

Il Cammino di Francesco ***da Assisi a Poggio Bustone - 180 km attraverso i luoghi più significativi della vita di San*** ***Francesco, percorrendo valli e monti dell'Umbria e del Lazio***



Dopo la bella esperienza del Cammino Meditativo del settembre 2011 che ci ha portati da La Verna sino ad Assisi sulle tracce del santo Patrono d'Italia, io e Roberto abbiamo deciso di percorrere la 2^a parte del “Cammino di Francesco” da Assisi fino a Poggio Bustone passando per Spello - Trevi - Spoleto – Terni - Narni - Greccio e Rieti . 180 km tra pianure, foreste e vallate ricche di arte e storia attraversando a passi lenti i luoghi dove visse e operò Francesco, per scoprire il segreto di una vita speciale .

Anche questa volta ci iscriviamo al “Cammino Meditativo” proposto dall’Associazione Amici del Cammino “di qui passò Francesco” con un organizzazione che si rivelerà puntuale e perfetta sotto ogni punto di vista.



Siamo arrivati ad Assisi il 3 ottobre nei giorni della festa a lui dedicata; infatti nel pomeriggio si è svolta nella chiesa di S.Maria degli Angeli, la cerimonia dell’offerta dell’olio che alimenta la lampada che brilla davanti alla tomba del Santo. Ogni anno tocca a una regione italiana e quest’anno era il turno del Friuli, presente con le delegazioni di 17 comuni. La sera ci incontriamo con i nostri compagni di viaggio, 11 pellegrini provenienti da Como, Bergamo, Alassio, Ragusa e Terni più la nostra guida Oreste, casertano doc ma trapiantato a Latina. Il gruppo non è giovane, superiamo quasi tutti la sessantina ma, come scopriremo strada facendo, lo spirito è quello giusto, siamo tutti motivati e ansiosi di iniziare la nuova esperienza di cammino meditativo di gruppo. Anche il giorno successivo è stato dedicato alla visita dei luoghi più significativi della vita di Francesco ad Assisi: la Basilica dove riposa, la Chiesa di S.Chiera, l’Eremo delle Carceri, il convento di S.Damiano e l’Oratorio dei Pellegrini dove nel medioevo, davanti agli affreschi raffiguranti scene della vita di S.Giacomo di Compostela, i pellegrini ricevevano una benedizione. Ospite nel nostro Ostello era anche un gruppo di pellegrini provenienti dagli Stati Uniti, Canada, Australia, Danimarca e Norvegia che percorreranno il nostro stesso itinerario precedendoci di un giorno. Potenza del fascino di questo piccolo uomo e grande santo che a distanza di secoli richiama, affascina e ispira il passo a gente venuta da ogni dove.

Il mattino successivo ci attende la salita al monte Subasio, dalla cui vetta a 1.100 m si gode una veduta stupenda sulla piana di Assisi, ma non c’è tempo da perdere, la tappa è di 28 km con destinazione Spello. Dopo aver visitato la cappella Baglioni con gli affreschi del Pinturicchio siamo ospiti nel Convento delle suore Missionarie Francescane che ci preparano una cena a chilometri zero, con prodotti del loro orto; si dorme tutti insieme in una camerata da 20 posti con bagni e docce in comune e, dopo l’iniziale impaccio, ci rilassiamo ritornando con la mente alle esperienze giovanili di vita comunitaria.

I giorni successivi ci vedono attraversare le splendide e verdissime campagne dell’Umbria, passando per Trevi, Foligno, Spoleto, Collescipoli, cittadine medioevali ricche di storia e cultura.

Il percorso è però impegnativo, con un susseguirsi di salite e discese in un emozionante succedersi di boschi, pascoli, radure e piccoli paesi arroccati sul fianco dei monti che fanno da contorno alle pianure di Terni e Rieti. In questa prima parte del cammino il tempo è buono, soleggiato e con temperature gradevoli.

A metà cammino ci attende un luogo speciale, la Romita di Cesi, eremo francescano abbarbicato in cima a una montagna sperduta. L'eremo, dopo oltre 60 anni di abbandono che lo avevano ridotto in macerie, è stato ricostruito pietra su pietra da fra' Bernardino, coraggioso frate francescano di 74 anni che da solo, con l'aiuto di pochi volontari, in dieci anni di lavoro incredibile ha riportato il convento alle condizioni originali. Siamo ospitati per la notte nelle vecchie celle dei frati e assaggiamo la cucina spartana, ma gustosissima di fra' Bernardino; nell'eremo non c'è corrente elettrica (solo negli spazi comuni e prodotta da pannelli solari), manca l'acqua corrente e le docce, alimentate da acqua di cisterna freddissima, sono in una radura nel bosco sottostante.



L'atmosfera è però incantata, con i vesperi serali e le lodi mattutine recitati al lume di candela, in un silenzio assoluto e in compagnia dei tre cani maremmani e dei gatti che seguono Bernardino come ombre. Qui abbiamo veramente colto lo spirito di Francesco, fatto di armonia e pace verso ogni cosa del creato, dalle pietre agli animali, dalle piante al cielo stellato.

Ma altri luoghi ricchi di spiritualità ci attendevano: lo Speco di Narni, dove Francesco si isolava in preghiera in una spaccatura della montagna a strapiombo sulla valle e i quattro conventi della valle reatina: Greccio, dove il santo diede vita al primo presepe, il convento di Fonte Colombo dove, gravemente malato, fu operato agli occhi; il Convento de "la Foresta", dove si narra che S.Francesco abbia avuto l'ispirazione per il Cantico delle Creature e che oggi è sede di una comunità di recupero giovani gestita da "Mondo X".

E per finire il Convento di S.Giacomo a Poggio Bustone, meta finale del nostro cammino, dove Francesco si rifugiò con il primo gruppo di frati quando dovette fuggire da Assisi dove era malvisto e osteggiato.

Gli ultimi giorni sono stati autunnali, con piogge anche violente e al mattino siamo dovuti ripartire indossando maglie e scarponi ancora umidi, ma si sa, il "pellegrino" ha una protezione dall'alto, non si scoraggia e non si ammala mai!

Lungo il percorso, l'ospitalità è sempre stata calorosa, le persone incontrate cordiali, disponibili al saluto e a quattro chiacchiere. Che differenza rispetto al vivere frenetico e spesso anonimo delle nostre città! E la sera ci attendevano i piatti della saporita cucina umbra o laziale che ci ripagavano delle fatiche della giornata.

L'integrazione con gli altri compagni di cammino, è stata immediata e spontanea, grazie anche all'attenta regia della nostra guida Oreste e ai momenti di meditazione e condivisione che Teresa, la nostra guida spirituale, giornalmente ci proponeva con grande sensibilità.



L'esperienza di questi 10 giorni vissuti in fraternità e comunanza d'intenti, mi ha arricchito dal punto di vista umano e spirituale, mi ha ritemperato fisicamente lasciandomi la voglia e il desiderio di ripartire perché **"se sei stato pellegrino una volta lo sei per sempre, la strada ti attende..."**.

Claudio Tintori