

# Una guida sui passi del patrono d'Europa

**O**ltre 310 chilometri da Norcia, vicina ai Monti Sibillini, fino a Subiaco, nell'alta valle dell'Aniene, a Rieti e a Cassino, nella valle del Liri. È il percorso proposto da Simone Frignani ai pellegrini che vogliono scoprire i luoghi più significativi della vita del patrono d'Europa. La guida s'intitola «Il cammino di san Benedetto», edita da Terre di Mezzo, e ripercorre i passi del santo nato a Norcia, padre del monachesimo occidentale che a Subiaco pose le basi della sua Regola e a Montecassino, dove visse gli ultimi anni della sua vita, fondò l'Abbazia che ha saputo resistere e rinascere nonostante quattro distruzioni. Presentato sabato scorso nell'Abbazia benedettina di Santa Scolastica, a



Subiaco, l'itinerario si articola in sedici tappe a piedi o in sella a una bicicletta, che corrispondono ad altrettanti giorni di cammino attraverso sentieri e boschi, carrarecce e strade a basso traffico, antiche vie di transumanza e sentieri battuti un tempo da briganti e contrabbandieri. Nel libro,

cartine dettagliate, altimetrie, luoghi da visitare e dove dormire. Circa 19 chilometri la lunghezza media delle tappe, puntellate da rocche medioevali e splendide Abbazie, castelli e paesi abbarbicati sui colli. Tra le località descritte fra Umbria e Lazio, oltre ai più importanti monasteri benedettini come quello di Subiaco e Montecassino, la certosa di Trisulti e l'Abbazia di Casamari, anche luoghi che hanno ospitato santi come Rita da Cascia, Francesco d'Assisi, Tommaso d'Aquino, Giuseppe da Leonessa e Agostina Pietrantoni, patrona degli infermieri.

**Laura Badaracchi**