

**Tra Umbria e Lazio** Ad oggi sono davvero numerosi i percorsi d'Italia segnalati e percorribili sulle tracce di antiche vie di pellegrinaggio. Quello dettagliatamente descritto nel volume **Il Cammino di San Benedetto** (Simone Frignani, **Terre di Mezzo**, 18 euro) ha una ragione in più per essere riscoperto: tocca nelle sue prime tappe i luoghi colpiti dal sisma del Centro Italia, consentendo di offrire alle popolazioni di quei luoghi un concreto apporto economico e di solidarietà. Il tragitto, suddiviso in sedici tappe, parte da Norcia, città natale del fondatore dei Benedettini. Dall'Umbria ci si sposta nel Lazio fino a Rieti, attraverso antiche vie di transumanza, sentieri percorsi una volta da briganti e contrabbandieri, rocche, castelli medioevali e paesi abbarbicati sui colli. Da Subiaco e la Valle dell'Aniene si sale alle pendici dei Monti Ernici fino alla Certosa di Trisulti e all'abbazia di Casamari; quindi, attraverso Arpino e Roccasecca, si arriva infine a Montecassino, dove Benedetto fondò l'abbazia che ha saputo resistere e rinascere nonostante quattro distruzioni ([www.ilcamminodisanbenedetto.it](http://www.ilcamminodisanbenedetto.it)). **GS**

