

SIMONE
FRIGNANI

«Camminando nella natura ho ritrovato Dio»

di Laura Badaracchi

C'era una volta un bambino scout che s'incantava davanti ai paesaggi e amava camminare, scoprendo la bellezza dell'essenzialità e della fraternità. Dopo gli studi classici e la laurea in Biologia, diventato chimico dei colori e poi tour operator, è tornato ad ascoltare quel bambino affamato di senso che nella Parola ha trovato risposte. **E si è rimesso a percorrere sentieri, sulle orme di santi che lo hanno preceduto, decidendo di cambiare anche professione e di insegnare religione ai ragazzi.** Difficile riassumere la storia di Simone Frignani, 49 anni, da sempre innamorato del creato e delle creature, da qualche anno di papa Francesco e dell'enciclica *Laudato si'*, di cui condivide «ogni parola, perché mette in correlazione tutela del creato ed equità sociale: i disequilibri derivano dallo sfruttamento dell'ambiente».

«Mi sentivo inquieto», dice Simone Frignani, ideatore del Cammino di san Benedetto. «Mettendomi in strada da pellegrino, ho scoperto la contemplazione e la mia vita è cambiata radicalmente»

Frignani vive una continua immersione nella natura anche grazie al Cammino di san Benedetto, che ha ideato e progettato. Un'esperienza condensata nell'omonima guida per i pellegrini edita nel 2012 da Terre di mezzo e nel sito *camminodibenedetto.it*, "casa" dell'Associazione amici del Cammino di san Benedetto da lui fondata nel 2014 e di cui è presidente. «Il santo originario di Norcia, patrono d'Europa, mi affascina perché prima è stato eremita, poi costruttore di cenobi. Ripercorrere i suoi passi significa fare a piedi 300 chilometri in 16 tappe dall'Umbria al Lazio».

L'affascinante percorso incrocia anche i luoghi di altri santi «come Rita da Cascia, Francesco d'Assisi, Tommaso d'Aquino, e figure meno note come Giuseppe da Leonessa, Agostina Pietrantoni e Pietro eremita».

CERCANDO IL SENSO

Un mix sapiente fra natura e spiritualità, dunque, salutare anche in tempo di Covid-19 perché lontano da assembramenti e immerso nei boschi all'aria aperta, con ritmi lenti a piedi o in bicicletta, che favoriscono contemplazione e preghiera.

Ma come è arrivato su questi



La sua esperienza in libri e guide

Nella foto: Simone Frignani
al monastero di San Benedetto
a Subiaco (Roma) con la
cabarettista Susy Blady.

Sopra: la cascata di Isola del
Liri (Frosinone), da cui passa il
Cammino di san Benedetto. Per
presentare l'itinerario Frignani ha
scritto la guida *Il Cammino di san
Benedetto* (Terre di Mezzo, 2012).

sentieri il pragmatico e riservato Simone? Originario di Maranello (Modena), si sentiva «un cattolico per tradizione. Vivevo la fede per abitudine, pensavo che la scienza potesse spiegare tutto. Nel '96, mentre lavoravo in Spagna come tecnico di laboratorio per un'azienda di ceramica, ho partecipato ad alcuni pellegrinaggi locali che esprimevano tradizioni e devozioni consolidate: mi avevano colpito come fenomeno sociale. Tre anni dopo sono approdato in Israele, visitando i luoghi santi con lo sguardo imparziale di chi è interessato alla storia, alla cultura e alla coesistenza

di popoli e religioni. E nel 2008 ho trascorso una settimana sul monte Athos, in Grecia, incuriosito dalla vita dei monaci ortodossi», ricorda.

Aveva un bel lavoro, successo, possibilità di viaggiare. Eppure alla soglia dei 40 anni si chiedeva «cosa fare da "grande"»: «A motivo di una dolorosa separazione affettiva, mi sono messo in discussione e provavo una continua inquietudine. Ero drammaticamente solo, avevo perso il contatto con gli amici e con la fede, dai tempi dell'università. Crollate le certezze, ho capito di non essere il padrone del mondo e di dover fare

quello che mi faceva stare bene: camminare a contatto con la natura. Mi è capitata fra le mani per la prima volta la biografia di un santo, Francesco: questa figura così radicale, fuori dagli schemi, mi ha scosso profondamente e ho deciso di andare in bicicletta da Camaldoli ad Assisi, dormendo in sacco a pelo, per capire meglio le scelte di quest'uomo per cui gli agi, a un certo punto, non hanno più avuto valore».

UNA PASSIONE DA CONDIVIDERE

Il 3 settembre 2009, durante la Messa al santuario di San Damiano, si è ribaltata la visione del mondo, e la vita, dello smarrito Simone: «Il Vangelo del giorno, al capitolo 5 di Luca, era la chiamata di Simone, che aveva il mio nome ed era invitato a gettare le reti. Quelle parole mi hanno folgorato, sembravano scritte per me: ho capito che la fede è un dono e che il Signore mi ripescava mentre stavo naufragando. Ed è successo quello che dovrebbe sempre accadere quando accogliamo la Parola: provocare delle trasformazioni. Così ho abbandonato il mio delirio di onnipotenza e messo Dio al centro». Anche grazie alla guida di alcuni religiosi, Frignani si allena a riconoscere nelle creature il Creatore e nel Poverello di Assisi un compagno di cammino «in cui ritrovo i miei aspetti più giullareschi e l'amore per la natura, mentre san Benedetto lo sento affine per la parte razionale, organizzativa. E gradualmente, leggendo le fonti e coltivando il silenzio, ho compreso che il cammino sulle tracce del santo di Norcia doveva diventare un percorso comunitario, a disposizione di tutti».

Contemporaneamente Simone ha studiato Scienze religiose - «per coniugare finalmente scienza e fede» - e ha cominciato a insegnare religione a Fiorano Modenese prima nelle scuole primarie, poi alle medie. «I ragazzi hanno bisogno di ascolto e di esempi. Poi scrivo altre guide, seguo i pellegrini attraverso i social e appena posso mi rimetto in cammino, trovando un mare di amici. Non sono più solo, soprattutto perché l'Amico per eccellenza è sempre con me». ◆