

Bell'Italia

Maggio 2023





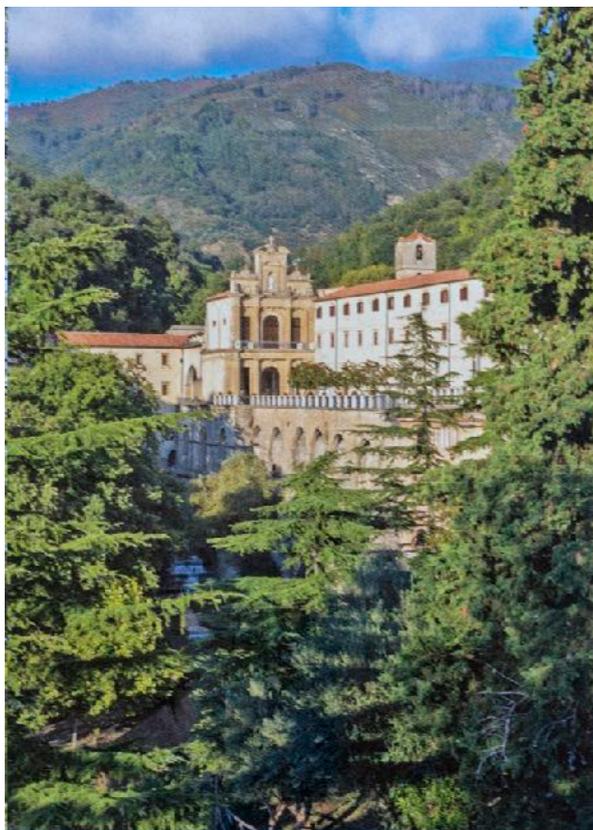
Un sentiero attraversa la spettacolare faggeta del Bosco Cinquemiglia, nel tratto finale della tappa del Cammino di San Francesco di Paola che parte da Cerzeto; in primo piano, sul tronco, il sole stilizzato che fa da segnavia al trekking calabrese.

DA SAN MARCO ARGENTANO A PATERNO CALABRO (Cosenza) | Cammino di San Francesco di Paola

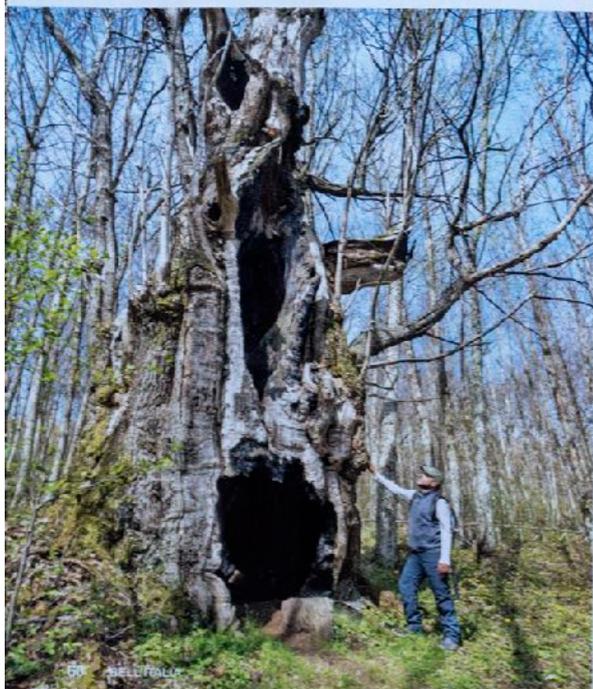
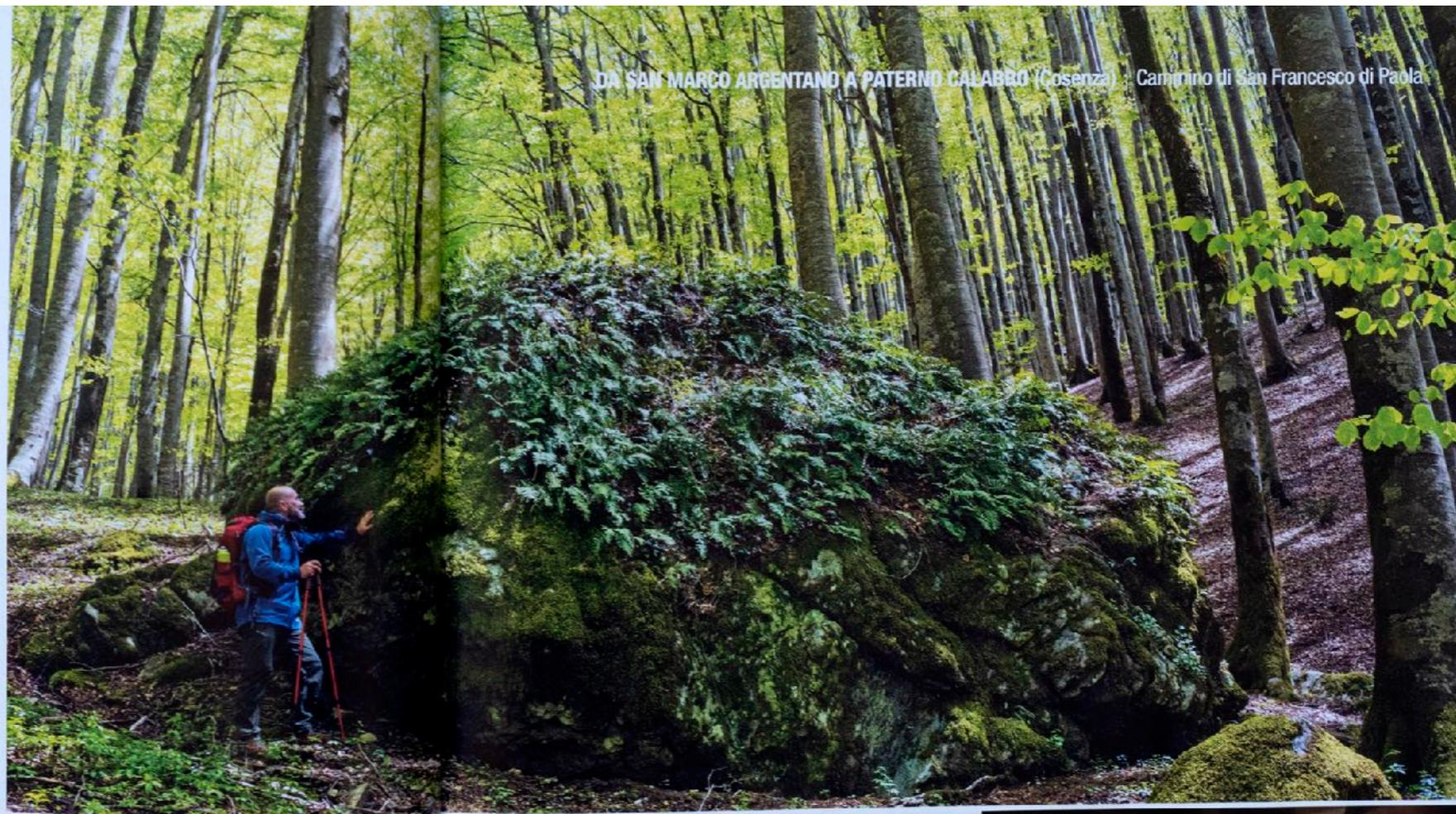
Sui **PASSI** del Santo calabrese

Tra le cime della Catena Costiera calabrese e il Tirreno, un trekking in più tappe ripercorre la vita e i luoghi legati alla memoria di Francesco di Paola. Intorno al santuario dove si formò l'Ordine dei Minimi si cammina tra spettacolari faggete, castagni monumentali e borghi fondati da profughi albanesi nel Quattrocento che hanno conservato le loro tradizioni

TESTI FABRIZIO ARDITO • FOTOGRAFIE DIONISIO IEMMA



Sopra: il santuario di San Francesco di Paola, cuore spirituale del Cammino. Sotto: il "Patriarca di Kroy Shtikan", castagno monumentale nel bosco di Cerzeto. A destra: il selvaggio Bosco Cinquemiglia. Pagina seguente, in basso: il "passaporto del pellegrino" con i timbri che certificano il transito dai posti-tappa.



Tra le case del centro storico di Paola, affacciate verso l'orizzonte del Tirreno sul quale s'intravede la sagoma triangolare di Stromboli, la casa natale di San Francesco (1416-1507) è una meta molto frequentata. Il vicino santuario, ai piedi delle ripide montagne della Catena Costiera calabrese, è la sede dell'Ordine dei Minimi, fondato dal santo paolano nel 1435. **Sull'ampio lastricato che circonda la basilica di Santa Maria degli Angeli e i chiostri del monastero, in mezzo all'andirivieni dei fedeli è sempre più facile avvistare i camminatori** che, zaino in spalla, hanno raggiunto la chiesa seguendo i sentieri del Cammino di San Francesco di Paola. Molti tra i grandi itinerari pedonali moderni che attraversano l'Italia e l'Europa devono la loro origine ai lunghi pellegrinaggi del passato, come insegnano le decine di tappe dei Cammini di Santiago e della Via Francigena. Anche qui, nel cuore della Calabria, l'ispirazione storico-religiosa è stata alla base della nascita di alcuni cammini di successo. Progettati con cura da un gruppo di appassionati escursionisti, storici e religiosi del Cosentino, gli itinerari dedicati a San Francesco di Paola si distinguono

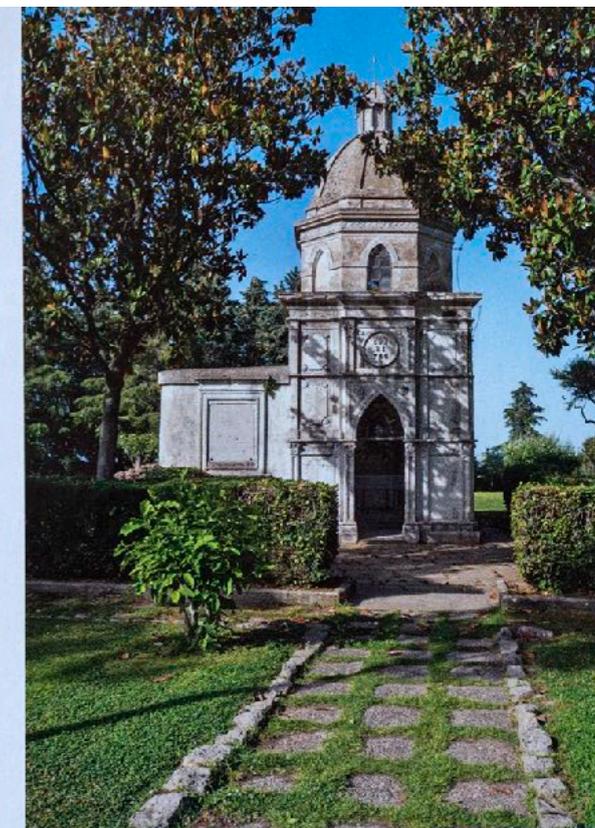
per la segnaletica accurata, la topografia digitale di ultima generazione e l'organizzazione delle accoglienze lungo la via. Insieme compongono un affascinante trekking a metà tra la Calabria tirrenica e le valli dell'interno, privo di difficoltà tecniche ma da non prendere troppo alla leggera a causa dei dislivelli considerevoli.

Nei luoghi dove nacque una vocazione

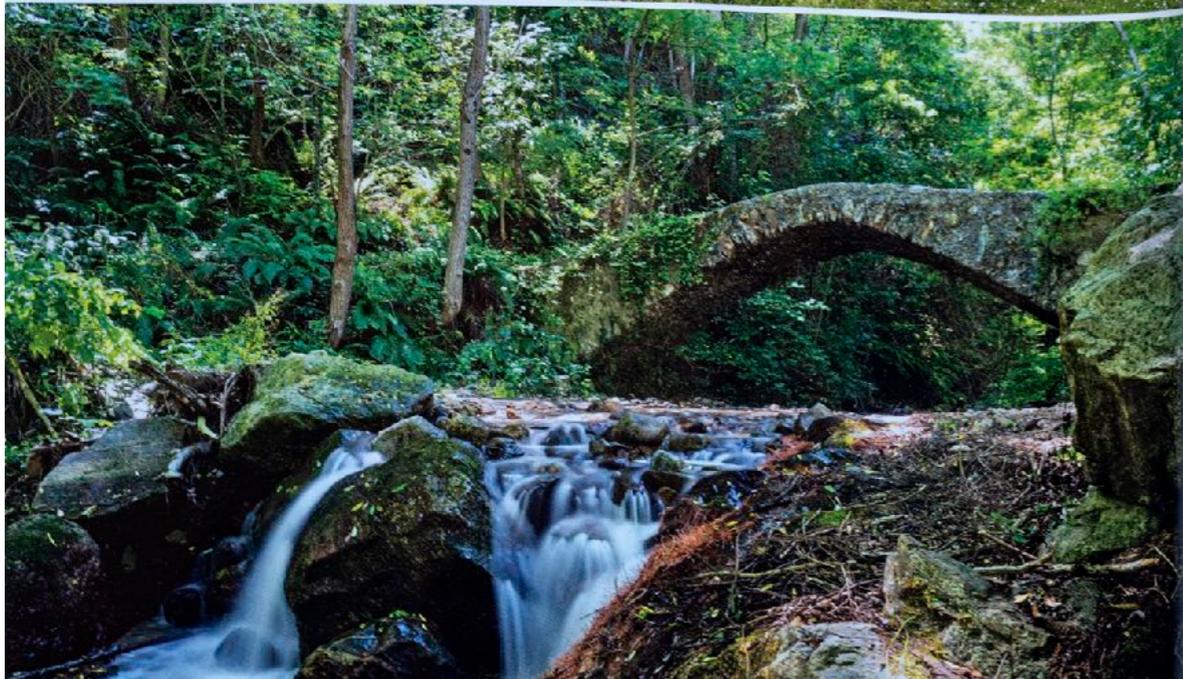
Per onorare un voto fatto dai genitori per la guarigione del bambino, che contrasse una grave infezione a un occhio, il piccolo Francesco entrò nel convento francescano di San Marco Argentano: proprio da qui parte il percorso della Via del Giovane, che in tre giorni di cammino conduce fino a Paola. Lasciata alle spalle la mole imponente della torre normanna voluta da Roberto il Guiscardo, **la prima giornata di cammino procede verso sud, a mezza costa, tra asfalto e sterrato, con belle viste sulla valle del Crati e sul massiccio del Pollino.** Il punto d'arrivo, Cerzeto, è un piccolo borgo di tradizione *arbëreshë*. Le migrazioni che portarono alla fuga di decine di comunità dai Balcani, di fronte all'espansione ottomana del XV secolo, hanno dato ▶



DA SAN MARCO ARGENTANO A PATERNO CALABRO (Cosenza) | Cammino di San Francesco di Paola



Sopra: la cappella La Benedetta (1762) a San Marco Argentano, edificata sulla grotta dove San Francesco pregava. Sotto: refettorio del santuario di San Francesco di Paola. A sinistra: l'altopiano di Acquabianca, lungo la tappa San Fili-Cerisano. Pagina precedente, in basso: il ponte delle Jumiceddre ("fiumicelle") vicino a San Fili.

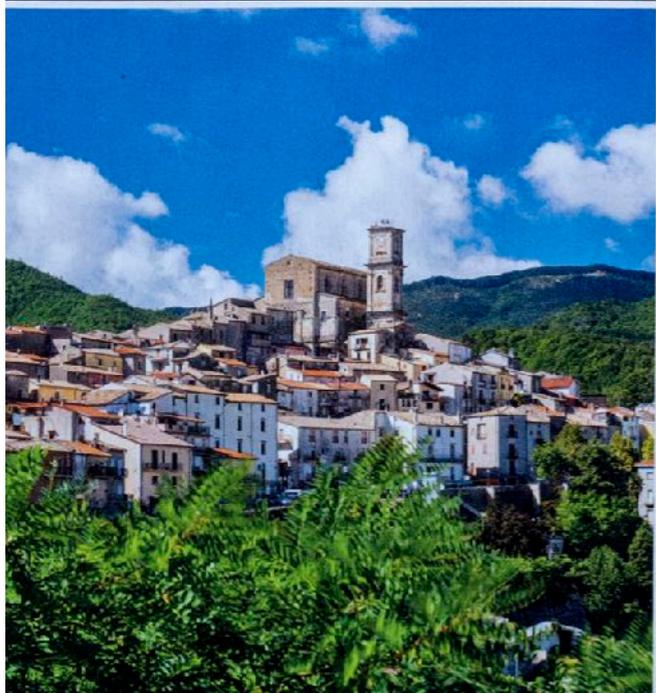


vita in Calabria a insediamenti come questo, dove ancora oggi la lingua e le tradizioni albanesi sono di casa. La seconda giornata, da Cerzeto al Bosco Cinquemiglia, di media difficoltà e con un dislivello più marcato, riserva altre sorprese. Il cammino attraversa foreste di castagni, cerri, abeti e faggi che coprono i fianchi delle montagne. Spiccano alcuni imponenti patriarchi vegetali come il "Patriarca di Kroj Shtikàn", un castagno con una circonferenza di circa dieci metri, e il faggio di San Francesco, poco dopo il passo della Guardia, dove il santo sostava per dissetarsi durante i suoi spostamenti da un villaggio all'altro. L'arrivo è in un autentico gioiello naturalistico, il bosco di Cinquemiglia, una delle faggete più preziose della Calabria; qui è anche possibile pernottare nel rifugio omonimo. Una discreta salita conduce, durante la terza giornata per sentieri, al Cozzo Cervello (1.389 metri), quota massima del nostro cammino: prima però si supera il piccolo specchio d'acqua del Laghicello, che ospita una rarissima varietà di tritone alpino. In alternativa, una variante panoramica raggiunge prima monte Palazzello, dove incontriamo uno dei simboli di questo viaggio lento: sul crinale affac- ▶





Sopra: la cartina del Cammino di San Francesco di Paola, con i due tratti della Via del Giovane (in arancione) e dell'Eremita (in blu). Queste le tappe: San Marco Argentano-Cerzeto, 4 ore, dislivello (in salita) 300 m; Cerzeto-Rifugio Bosco Cinquemiglia, 8 ore, dislivello 1.090 m; Rifugio Bosco Cinquemiglia-Santuario di Paola, 8 ore, dislivello 750 m; Santuario di Paola-San Fili, 8 ore, dislivello 1.300 m; San Fili-Cerisano, 7 ore, dislivello 900 m; Cerisano-Paterno Calabro, 8 ore, dislivello 850 m.



Sopra: il monumento dedicato a San Francesco in cammino, sul monte Palazzello (1.350 metri), inaugurato nel 2021. Le sagome metalliche ritraggono San Francesco

di Paola e due giovani escursionisti. In basso: il borgo di San Fili (566 metri) con la chiesa della Santissima Annunziata, di forme barocche ma citata già nel Trecento.

ciato verso il mare che brilla ai nostri piedi, le sagome metalliche del giovane santo e di due escursionisti compongono il monumento intitolato *San Francesco in cammino*; poi una lunga discesa termina al santuario di Paola.

Tra sacro e profano sulla Via dell'Eremita

Volendo si può abbandonare la quiete del santuario e intraprendere il secondo tratto del Cammino, lungo la cosiddetta Via dell'Eremita, aggiungendo altre tre tappe. La prima sale nuovamente verso le creste lontane per poi scendere in direzione delle case scure di San Fili. È una tappa difficile, con un dislivello in salita considerevole (1.300 metri) e senza centri abitati intermedi. Il piccolo borgo che ci accoglie, dopo l'ascesa fino a Croce Verranco (1.193 metri), si trova su uno sperone roccioso dominato dalla chiesa Madre. Negli ultimi anni è diventato una meta turistica grazie alle iniziative culturali e folcloristiche che animano Le Notte delle Magare ("streghe"), in piena estate. Uno dei luoghi più cari alle streghe pare fosse il silenzioso corso del torrente Emoli, ai piedi del ponte medievale delle Jumiceddre, che si supera all'inizio della tappa successiva. Tra altipiani carsici imponenti e grandi boschi si raggiungono poi le case del ripido abitato di Cerisano, tra le quali si nascondono chiese e palazzetti dell'antica nobiltà locale.

Lungo l'ultima giornata di cammino si scende velocemente a Mendicino. Il paese vanta una storica tradizione tessile: nel locale Museo Dinamico della Seta, ospitato in un'ex filanda, si scopre che nel 1857 erano attivi quaranta laboratori di filatura e che nel 1870 era nato un opificio dedicato alla lavorazione dell'organza, destinata al mercato della nobiltà napoletana. Tra salite e discese, ormai manca poco per raggiungere la meta finale, il santuario di Paterno Calabro, la cui costruzione avvenne sotto la supervisione del santo a partire dal 1472. I restauri si sono appena conclusi, riportando il complesso all'antico splendore. È l'ultima fatica sulle tracce lasciate dai sandali di Francesco. ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Dove Come Quando

PAOLA (Cosenza)

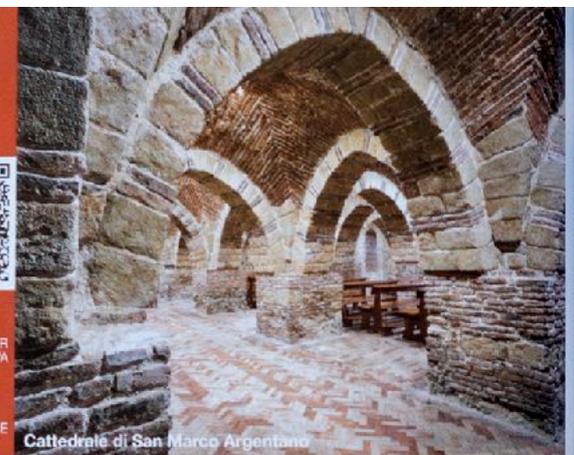


TESTI FABRIZIO ARDITO
FOTOGRAFIE DIONISIO IEMMA



FACILE!
INQUADRA IL QR CODE E RITROVA TUTTE LE INFORMAZIONI DI QUESTE PAGINE SUL TUO CELLULARE

Cattedrale di San Marco Argentano



Come arrivare

In auto: Paola, cuore del Cammino di San Francesco, si raggiunge in auto con l'autostrada A2, uscita Rende/Cosenza Nord, da dove si segue la statale 107. Per San Marco Argentano (a 50 km da Paola), punto di partenza del trekking, l'uscita è Tarsia Nord, poi statale 283. Per Paterno Calabro (a 52 km da Paola), punto d'arrivo, l'uscita è Rogliano, poi provinciale 61.
In treno: stazione di Paola, sulla linea Tirrenica.
In aereo: aeroporto di Lamezia Terme.
In camper: area attrezzata a San Marco Argentano, largo Rocco Trento.

Per la visita

CAMMINO DI SAN FRANCESCO DI PAOLA

Il trekking è diviso in due tratti da tre tappe ciascuno: la **Via del Giovane** (da San Marco Argentano a Paola, 47,8 km) e la **Via dell'Eremita** (da Paola a Paterno Calabro, 67,2 km); a questi si può aggiungere la nuova Via dei Monasteri, verso la Sita. Tutte le info sono su www.ilcamminodisanfrancesco.it, dove si scarica l'app con la cartografia dettagliata.

Le buone soste

LA GIARA

(Cerzeto, piazza dei Santi Pietro e Paolo 6, 0984/52.34.65).

Decisamente consigliata una cena ai tavoli di questa trattoria legata alla tradizione arbëreshë: oltre alla melassa di fichi si possono assaggiare il cinghiale e le patate impacchiate con la cipolla. Conto 30 €.

VECCHIA PAOLA

(Paola, corso Garibaldi 75, 0982/58.31.62). Trattoria in pieno centro storico con i piatti della tradizione calabrese di montagna e di mare, insieme a buone pizze. Conto 30 €.

RISTORANTE DA ALESSANDRO MAGNO

(Paterno Calabro, via San Francesco 11, 0984/47.60.12).

I sapori calabresi ci sono tutti: dagli antipasti (con ricottine, olive ammassate, salumi e verdure sott'olio) alle paste di casa, dalle carni, tra cui l'agnello, ai dolci. Conto 30 €.

Per gli acquisti

CIAVOLA NERA

(San Marco Argentano, via Salvo d'Acquisto, 328/377.22.87). Questa piccola cooperativa nella valle dell'Esaro propone due vini dedicati ai cammini paolani. Su richiesta si può visitare l'azienda e degustare le sue produzioni, che comprendono anche olio d'oliva e fichi.

PANETTERIA LICO

(Paterno Calabro, piazza San Francesco). Sulla piazza centrale, a poca distanza dalla chiesa di San Francesco di Paola, la panetteria offre una grande scelta di paste, dolci tradizionali e fragranti pani fatti in casa.

Per dormire

B&B I DUE PRINCIPI

(San Marco Argentano, via XX Settembre 21, 328/388.42.58). Nel centro del paese, a due passi dalla torre normanna, offre camere spaziose e un'ampia cucina in comune in un palazzetto d'epoca.

B&B ANTICA CALABRIA

(San Fili, via Sant'Antonio Abate 34, 340/127.87.44).

Tra le stradine del centro, un piccolo b&b con camere ben ristrutturate e un'ottima prima colazione con torte fatte in casa.

DA VEDERE

Nei luoghi della fede

Lungo le tappe del Cammino di San Francesco di Paola non mancano occasioni di sosta per visitare chiese e monumenti. A San Marco Argentano la **cattedrale** (piazza Duomo) cela una suggestiva cripta normanna dell'XI secolo, coperta da volte in cotto a spina di pesce. Riscoperta dopo il crollo della chiesa superiore negli anni Trenta, nacque forse come luogo di sepoltura per i nobili normanni. Il cuore della spiritualità dell'ordine dei Minimi batte al **Santuario di San Francesco di Paola** (Paola, largo San Francesco, 0982/58.25.18), sorto nel luogo dove il santo fondò, nel 1435, una cappella dedicata a San Francesco d'Assisi. La chiesa, dalla facciata in parte rinascimentale e in parte barocca, ospita la cappella con le reliquie. Da non perdere anche un giro al **Museo Dinamico della Seta** (Mendicino, s.p. 81, 349/727.35.74): un'ex filanda è stata trasformata in uno spazio che ripercorre le tappe della lavorazione della seta, dal baco all'organza. ■



INFO Associazione "Il Cammino di San Francesco di Paola". Paola, via San Francesco, 328/657.29.43; www.ilcamminodisanfrancesco.it