

IL CAMMINO DEI LATTARI

E' semplicemente una proposta dei Moscardini dell'Associazione "il Chianiello" presentata in occasione del VII Incontro con la Montagna tenutosi ad Angri il 27-28-29 Aprile del 2006.
Abbiamo bisogno di aiuto e consigli per migliorare e completare la proposta.
Scriveteci o contattateci.

Dalla Badia di Cava dé Tirreni al Santuario di San Michele del Faito,

Un cammino dello spirito nei luoghi santi dei Monti Lattari.
Dalle creste pietrose al mare della Costiera, tra limoni e castagni,
Nei borghi antichi, per i sentieri millenari
Fatti da uomini di fatica e da uomini di fede.
Alla scoperta di luoghi straordinari dove la storia e le vicende
Umane hanno lasciato
Tracce e monumenti,
Chiese e conventi,
Rifugi e ripari.

Informazioni

Il "Cammino" può essere intrapreso in qualsiasi stagione, non presenta particolari difficoltà, può essere considerato un itinerario escursionistico, ma sempre e comunque un itinerario di montagna, e come tale sono necessarie le rituali raccomandazioni per un cammino in sicurezza.

L'itinerario è segnato in giallo sulla mappa dei sentieri dei Monti Lattari delle sezioni del CAI di Napoli e Cava dei Tirreni. I tempi di percorrenza sono relativi ad un escursionista di medio livello.

I Rifugi e i Conventi alla fine di ogni tappa possono essere chiusi e non praticabili. Informarsi preventivamente presso gli Enti gestori della disponibilità, comunque è opportuno portarsi sacco a pelo o tenda per accamparsi nei pressi delle strutture indicate.

Raccomandazioni e consigli

L'approvvigionamento di acqua dalle sorgenti che s'incontrano lungo il sentiero può risultare problematica dovuta alla periodicità delle stesse, per cui si consiglia di rifornirsi di acqua nei centri abitati attraversati. Nei rifugi e nei conventi, se sono accessibili, si trovano cucine, tavoli e servizi igienici.

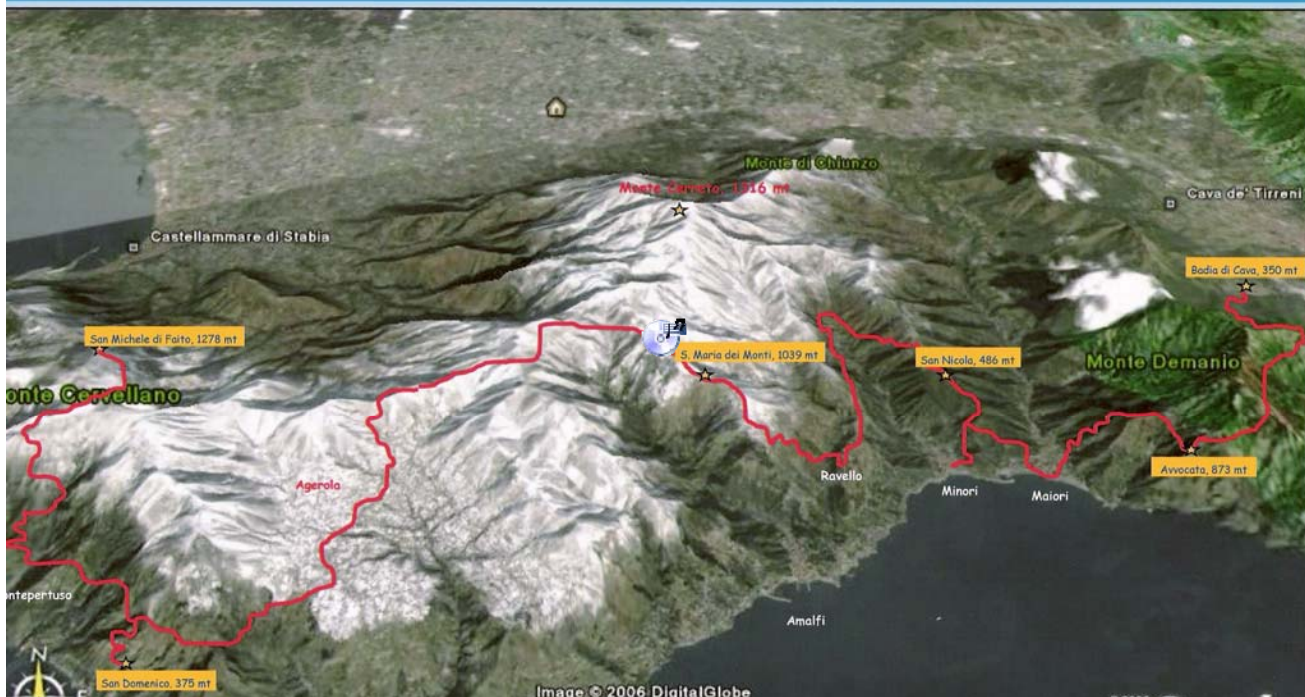
I tempi di percorrenza delle singole tappe consentono di effettuare soste e visite nei centri attraversati o di spostarsi con mezzi pubblici in altre località turistiche facilmente raggiungibili con i mezzi pubblici.

Non sempre il sentiero è segnato, per cui si raccomanda attenzione agli incroci, comunque segnalati nelle descrizioni delle tappe.



"IL CAMMINO DEI LATTARI"

Dalla Badia di Cava dè Tirreni a San Michele del Faito: **Mappa d'insieme**



Itinerario d'insieme, il sentiero è segnato in rosso

Dalla "Carta dei sentieri dei Monti Lattari-CAI sezioni di Napoli e Cava dei Tirreni" scala 1:30.000. Il Cammino è segnato in giallo



"IL CAMMINO DEI LATTARI"

Carta dei sentieri Monti Lattari : da Badia di Cava a Maiori

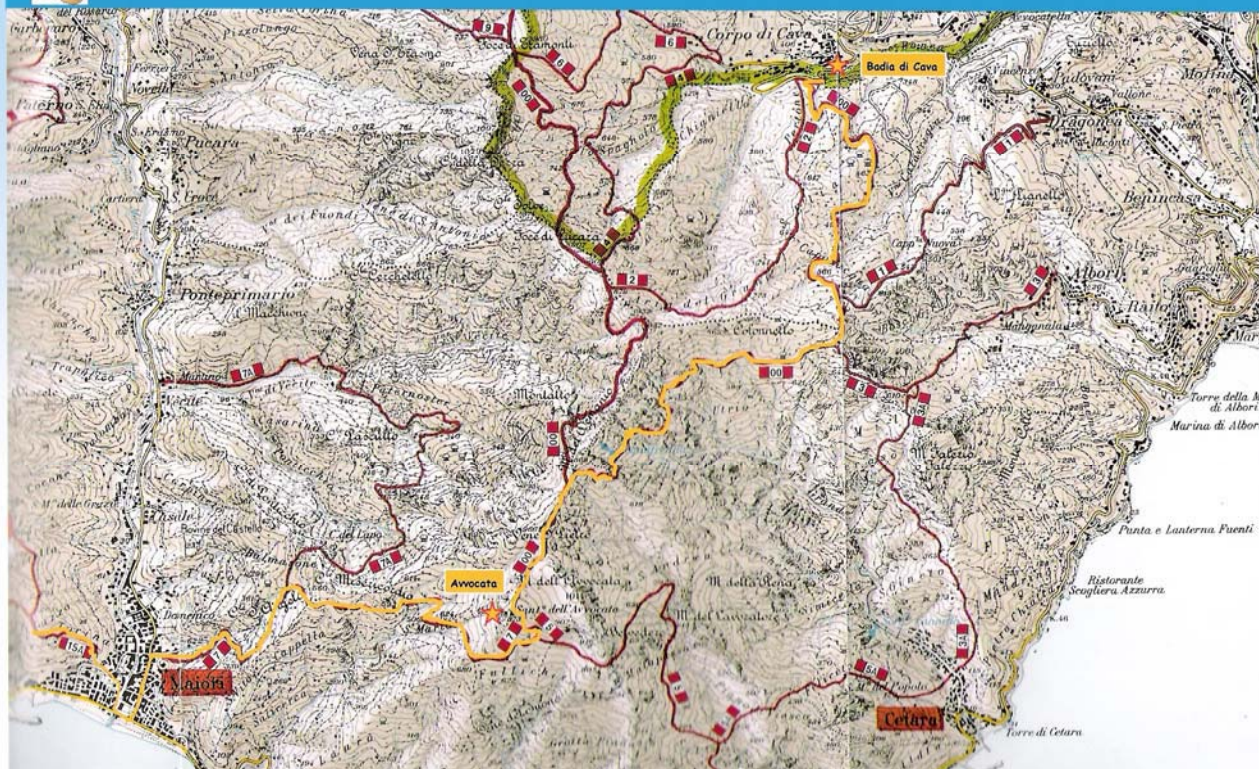


Tavola n.1 : dalla Badia di Cava a Maiori

"IL CAMMINO DEI LATTARI"

Carta dei sentieri Monti Lattari : da Maiori a Monte Rotondo

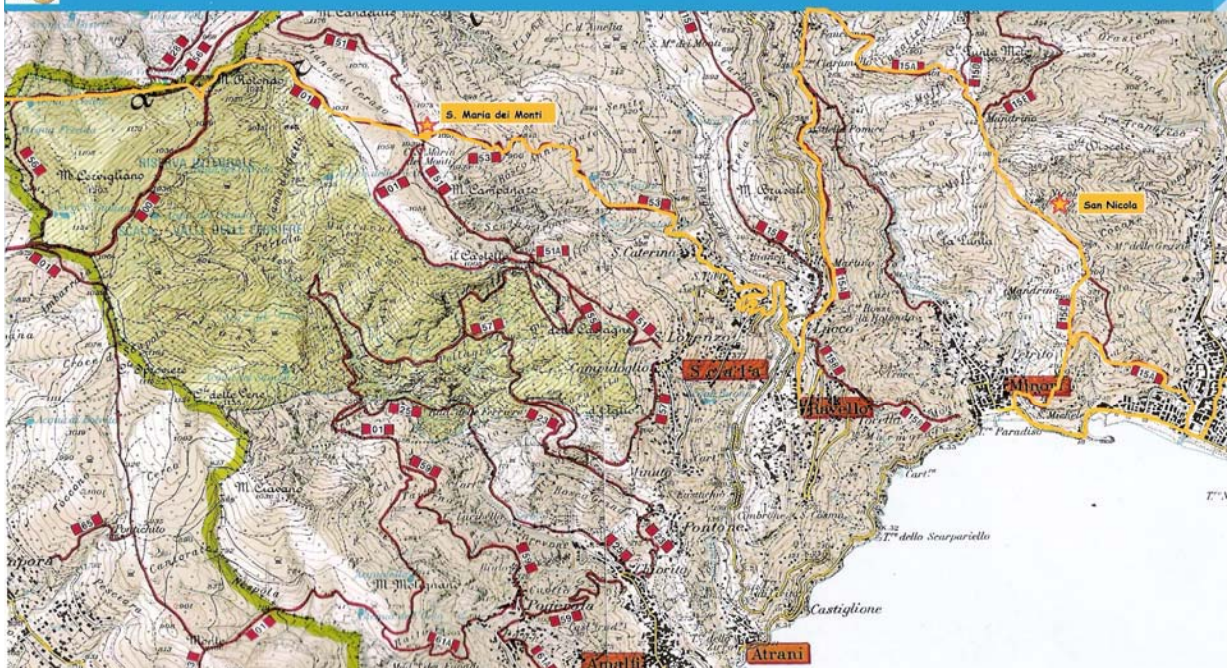


Tavola n. 2 : da Maiori a Monte Rotondo

"IL CAMMINO DEI LATTARI"

Carta dei sentieri Monti Lattari : da Monte Rotondo a San Michele del Faito

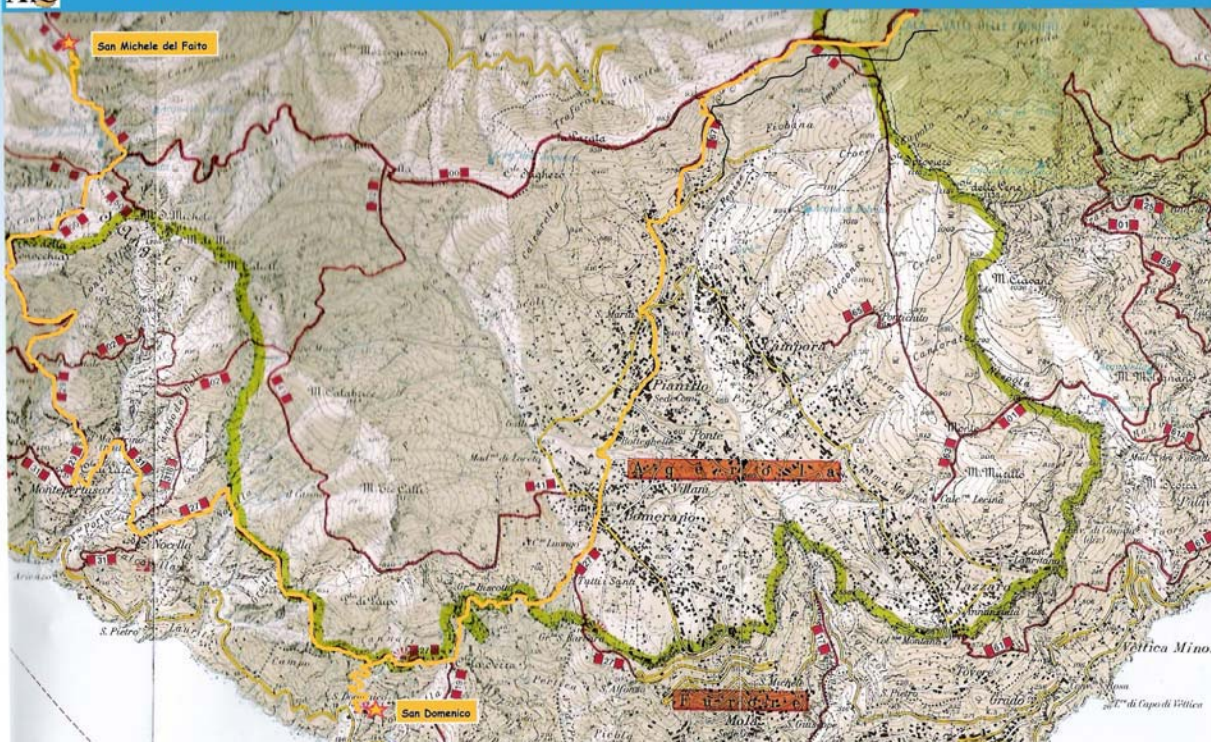


Tavola n. 3: da Monte Rotondo a San Michele del Faito



"IL CAMMINO DEI LATTARI"

Dalla Badia di Cava dè Tirreni a San Michele del Faito: Tabelle di marcia

I Tappa Badia-Avvocata	Altimetria, mt	Tempo	III Tappa San Nicola-S. Maria dei Monti	Altimetria, mt	Tempo	IV Tappa Santa Maria- San Domenico	Altimetria, mt	Tempo
Badia di Cava, <i>sentiero n. 00</i>	406		San Nicola, <i>sentiero n. 15 A</i>	486		Grotta del Biscotto	587	30'
Capod'acqua	566	45'	Colle del Mandrino	442	20'	Colle La Serra	578	30'
Cappella Vecchia	610	45'	Contrada Ciaramello	355	30'	Bivio San Domenico, <i>sentiero non segnato, sx</i>	540	15'
Acquafredda	765	1 h	Sambuco, <i>strada comunale</i>	334	30'	Convento di San Domenico	365	45'
Colle San Pietro	976	1 h	Ravello, <i>strada provinciale, sx</i>	365	1 h			5 h
Santuario	873	30'	Scala, <i>strada provinciale</i>	377	30'			
		4 h	Campidoglio, <i>sentiero n. 51</i>	605	40'			
			S. Maria dei Monti	1039	1 h 30'			
					5 h			
II Tappa Avvocata-San Nicola			IV Tappa Santa Maria- San Domenico			V Tappa San Domenico-San Michele		
Santuario, <i>sentiero n. 7</i>	873		S. Maria dei Monti, <i>sentiero n. 01</i>	1039		Convento di San Domenico	365	
Colle Santa Maria	624	1 h	Monte Rotondo, <i>sentiero n. 00, sx</i>	1038	40'	Bivio San Domenico, <i>sentiero n. 27, sx</i>	540	1 h
Colle Sant'Angelo	560	1 h	Bivio San Giuliano	979	40'	Nocella	420	1 h
Maiori, <i>strada statale, sx</i>	25	45'	Colle Sant'Angelo, <i>sentiero n. 67, sx</i>	935	15'	Montepertuso, <i>sentiero 29, dx</i>	431	30'
Minori, <i>sentiero n. 15 C</i>	10	25'	Trafofo	690	40'	Caserna Forestale, <i>sentiero n. 00, dx</i>	767	1 h
San Gineto, <i>sentiero n. 15 A</i>	300	1 h	Bomerano piazza, <i>sentiero n. 27</i>	638	45'	Croce della Conocchia	1288	1 h 30'
San Nicola	486	50'			Casa del Monaco, <i>sentiero n. 50, sx</i>	1297	40'	
		5 h			San Michele	1278	40'	
								6 h 20'

Badia di Cava



La Costiera Amalfitana



San Michele del Faito



1° tappa: Badia di Cava-Avvocata, 4 ore, Rifugio

Questo è uno dei luoghi che ti strega per sempre; questo è il sentiero che ti fa innamorare dell'*andar pei monti*, un percorso che ti fa provare, se hai il corpo e la mente pronta, tutte le sensazioni, le emozioni, i profumi e le segrete bellezze della montagna. Tutti quelli che ci sono stati una prima volta, se ne innamorano e ci tornano almeno una volta all'anno come è usanza per i luoghi santi e sacri.

Il percorso coincide con la parte iniziale del mitico '00' del CAI, l'alta via dei Monti Lattari, che finisce dopo settanta chilometri a Punta Campanella toccando tutte le cime della Catena.

Il sentiero '00' inizia dal sagrato dell'antica Badia benedettina di Cava e sulla sella di San Pietro (897 mt) se ne va a destra per i Monti del Demanio passando sotto le dolomitiche creste di Monte Finestra (1145 mt) per poi arrivare al Valico di Chiunzi (656 mt) e da qui per il Cerreto (1316 mt) verso il Faito (1444 mt).

Ma torniamo sul sagrato della Badia della Santissima Trinità, che, avendo tempo, merita una visita. Il fondatore fu Alferio Pappacarbone, un nobile salernitano, che nell'anno 1020 costruì un primo insediamento monastico nei pressi della grotta dove si era ritirato da eremita, ne fu il primo vescovo e qui morì in santità.

L'attuale basilica fu eretta nel 1761 in stile barocco; al suo interno marmi policromi, un ambone del XII secolo, sculture rinascimentali, un prezioso coro ligneo con intarsi e intagli e un organo di mille canne che mani maestre fanno vibrare durante i sacri riti.

Dal sagrato si scende nell'alveo del rio che nasce dalle rocce del versante nord di Monte Finestra, oltrepassato il ponte si prende a destra per poi subito dopo imboccare a sinistra il sentiero che sale abbastanza ripidamente affacciandosi sul complesso della Badia che appare in tutta la sua monumentalità. La salita si addolcisce e si va per larghi tornanti su una sterrata ombrosa per secolari castagni. si passa per la sorgente canalizzata di Capodacqua dove puoi riposare all'ombra di un'edicola votiva.

Ripreso il cammino si passa su un primo valico dove una croce di ferro ricorda una vittima della montagna del 1926. E già a destra vedi apparire Vietri, Salerno e il suo golfo, poco dopo sei alla Cappella Vecchia e ti fermi per goderti uno splendido panorama sulla Costiera e i monti lontani dell'Alburno e del Cilento, fino a Capo Palinuro.

Si prosegue per un sentiero che è tutto esposto al sole, soltanto arbusti mediterranei e qualche solitario rovere: a destra si succedono in alto le creste tormentate ed erose, a sinistra alla fine di uno strapiombo di seicento metri i primi villaggi della Costiera, con il ridente abitato di Cetara. Prima del colle di San Pietro si arriva alla sorgente

dell'Acquafredda, detta anche 'Scetate che è juorno' e da qui in pochi minuti si è sulla sella di San Pietro dove appare a destra la valle di Tramonti, con le tredici frazioni, e in fondo la torre di Chiunzi, che ancora fa da baluardo alla valle del Sarno. Dalla sella si sale fino alle Vene di San Pietro, proprio sotto il Monte dell'Avvocata (1014); adesso si scende fino alla spianata a 873 mt dove, oltrepassata una porta tra antiche mura, ti appare il Santuario (durata del percorso facile e panoramico tre ore).

IL MIRACOLO E LA STORIA DEL SANTUARIO

"Si racconta che nel novembre del 1485 il pastore Gabriele Cinnamo, misteriosamente guidato da una colomba entrò in una grotta dove ebbe due visioni della Vergine. La Madonna chiese che le venisse dedicata una Chiesa in suo onore. Nel 1508 Gabriele indossò il saio e con il nome di Fra Giovanni visse come eremita nella grotta dell'apparizione. Venne edificata a partire dai primi anni del '500 la chiesa dedicata per volere del popolo a Maria SS, dell'Avvocata, a fianco contemporaneamente sorse un piccolo monastero che fino al 1687 fu sede di un gruppo di eremiti.

In quell'anno arrivarono i Camaldolesi di San Romualdo, che avevano già fondato alcuni eremi in Costiera, come quello di Astapiana di Vico Equense, e di San Giacomo a Capri. I padri bianchi diedero impulso e fecero del Santuario il luogo più santo di tutta la Costiera. Senza dubbio questo periodo, in cui fra l'altro il monastero ospitò una ricchissima biblioteca, rappresenta il secolo d'oro della vita del Santuario

Dopo gli eventi napoleonici, anche il Santuario dell'Avvocata fu soppresso (1807), ma nel 1850 arrivarono i Benedettini della Badia di Cava, ancora oggi proprietari e custodi del Santuario. Nel periodo napoleonico il Santuario andò in rovina e la miracolosa statua cinquecentesca della Madonna dell'Avvocata fu portata nella chiesa di Santa Maria a Mare in Maiori.

In seguito ad un nuovo miracolo (la guarigione di una ragazza che era in fin di vita), cominciò la ricostruzione della chiesa, sopra l'antica grotta, con la foresteria dei pellegrini ed un piccolo monastero per i religiosi. La facciata della chiesa è sobria, in semplici mattoni rossi innervati dalla pietra chiara. Sotto la volta della navata centrale è rappresentata la visione di San Romualdo che in estasi vede i suoi figli salire al cielo. Sulla parete dell'abside è raffigurata la Madonna Assunta in cielo con gli apostoli che scrutano la tomba vuota".

Ogni anno numerosissimi fedeli, il lunedì dopo la Pentecoste, giorno della festa della Madonna dell'Avvocata, salgono sul monte. Vengono da Cava, da Vietri, da Cetara, da Maiori, da Minori, da Atrani, da Amalfi e da Postano, testimonianza di una fede sempre viva, trasmessa di generazione in generazione. Al suono ininterrotto delle campane (è usanza che ogni pellegrino faccia qualche rintocco) a mezzogiorno si svolge la suggestiva processione della Madonna tra una pioggia di petali di rosa.

La festa tira avanti fino al pomeriggio tardi tra canti, balli e tammorriate".

Una curiosità o un'altra leggenda: prendendo a sinistra prima della porta, per uno stretto sentiero si arriva al Belvedere.

Qui c'è una grotta detta di Matteo Salese, un terribile brigante del settecento, che accerchiato dai gendarmi, alla forza preferì tuffarsi nel mare sottostante di Capo d'Orso.



Cappella vecchia



La spianata dell'Avvocata



La Madonna dell'Avvocata

2° tappa: Avvocata—San Nicola, 5 ore, Convento

Dal Santuario a Maiori, il sentiero, il n. 7, è quasi una scala fatta di migliaia di gradini che scende tortuosa tra le sporgenze del Monte dell'Avvocata, toccando la grotta dell'apparizione della Madonna. Subito dopo si lascia a sinistra il sentiero n. 5 che scende a Cetara, dopo un'ora si è sul Colle di S. Maria (506 mt), qui l'occhio spazia dalla Valle di Tramonti alla baia di Maiori. Adesso si passa tra i terrazzi coltivati a limoni e tra ruderi di antiche case di contadini; un'altra ora di saliscendi e si arriva sul Colle Sant'Angelo (560 mt), qui si lascia a destra il sentiero n. 7A che porta nella valle di Tramonti. Si continua a scendere sempre tra terrazze fino ad arrivare alla contrada Lama di Maiori, sulla provinciale che sale al Valico di Chiunzi. Prendendo a sinistra sulla provinciale si arriva alla spiaggia ed al mare. Tre ore di sentiero tra il cielo e il mare.

Prima di riprendere il sentiero che porta a San Nicola è d'obbligo dedicare un po' di tempo alla visita della cittadina e se è la stagione perché non tuffarsi nel mare della Costa d'Amalfi.

Maiori, denominata in epoca romana Reginna Maior, per distinguerla dalla vicina Minori (Reginna Mimor), fu il principale centro commerciale della repubblica marinara di Amalfi, oggi è un rinomato centro balneare di villeggiatura. Maiori fu devastata dalla tragica alluvione del novembre del 1954.

Il centro del paese è sovrastato dalla grande cupola, ricoperta di mattonelle maiolicate, della Chiesa di Santa Maria a Mare, eretta a partire dal XII secolo; il 15 agosto si festeggia la Madonna con una processione a mare e con uno spettacolo notturno di fuochi a mare.

Proprio a ridosso della chiesa ha inizio il sentiero, n. 15 A (vedi foto), che porta in circa 1 h30' al Convento di San Nicola, 486 mt.

Si può salire a San Nicola anche da Minori: per la statale amalfitana, aggirato il Capo, si giunge a Minori (15'), qui proprio a ridosso della Chiesa di Santa Trofimenà si prende il sentiero, n. 15 C, che in 1h 30' porta al Convento.

IL CONVENTO DI SAN NICOLA E I MOSCARDINI

"Se vuoi provare a salire in cielo devi andare a san Nicola e se ci vai il 23 di Dicembre prendi la scorciatoia"

Quante volte venendo dal valico di Chiunzi poco prima di arrivare a Ravello mi sono fermato a guardare una costruzione solitaria e abbandonata che si erge sul finire del crinale che dal Montalto di Tramonti finisce nel mare tra Maiori e Minori.

La osservavo e mi incuriosivo, volevo sapere della sua origine, dei segreti e le storie degli uomini che ci erano stati o vi erano passati. Guardando individuai il sentiero che dalla valle di Sambuco saliva a mezza costa tra terrazzi e piazzole coltivate, volgendo per le gole, uscendo su pietraie, e alla fine arrivava su fino alle mura del fabbricato calcinate dal sole e dall'incuria. Mi ripromettevo sempre di soddisfare la curiosità salendovi e fermandomi, ma sempre le vicissitudini e le incombenze quotidiane mi prendevano, e quel mistero da svelare restava un desiderio.

Fino a quando Vincenzo e Gigino una sera di dicembre di alcuni anni fa, mi parlarono di San Nicola, questo il nome del luogo, mi descrissero gli ambienti: era un vecchio convento dirupato e ridotto fino a pochi anni addietro a rifugio per le greggi. Lì avevano incontrato Baldassarre e i suoi amici che da anni volontariamente, sacrificando tempo libero ed altre occasioni di lavoro e di affetto, salivano da Minori per ricostruire, ristrutturare, far rinascere l'antico convento dedicato a San Nicola. Mi dissero che erano stati invitati a ritornare per la sera del 23 dicembre per partecipare alla celebrazione del Santo Natele e alla processione del Bambino.

E fu così che incuriositi salimmo a San Nicola il pomeriggio del 23 di dicembre; eravamo in pochi, nemmeno una diecina. Lasciammo le macchine a Sambuco, dove finisce la strada e inizia il sentiero che si stacca nel punto più nascosto della valle, dove il sole arriva per poche ore e soltanto nei mesi estivi.

Superato un primo ruscello che va ad alimentare la cascata che precipita a mare nei pressi di Marmorata, passammo per le piazzole coltivate a viti e olivi, ai bordi i primi zafferani e tanti pungitopo con le palline rosse, tradizionali ornamenti del Natale; dopo un secondo ruscello il sentiero incominciava a salire e per larghi giri ci portò su una piccola sella dove riposammo e contemplammo il panorama che dalla vetta del Cerreto scende fino a Ravello e poi al mare. Da lì poco dopo arrivammo alla sella del Mandrino (442 mt) che divide le valli di Sambuco e quella di Tramonti. Nelle vicinanze resti di alcune pertinenze del convento, adibite probabilmente a magazzini e depositi. Sulla sella arriva anche il sentiero che parte dalla frazione di Paterno S.Elia di Tramonti e conduce prima ai ruderi del castello di Montalto e poi alla sorgente dell'Acqua del Salice.

Sulla sella arrivammo che era da poco passato il tramonto e i raggi purpurei indoravano ancora le creste delle onde del mare appena mosso, di fronte, laddove la catena dei Lattari assomiglia a uno scorcio delle Dolomiti, il santuario dell'Avvocata risplendeva riflettendo l'ultima luce del giorno. In fondo alla valle si scorgeva il nastro asfaltato della strada che scende da Chiunzi e va a Maiori. Stavamo fermi ad indicarci l'uno con l'altro i vari luoghi, che da lontano, facevamo fatica a riconoscere, quando un lieve belare ci fece voltare: una pecora aveva appena partorito e l'agnellino tentava di sollevarsi. Salvatore, il Cappit, svelto lo aiutò e richiamò l'attenzione dei pecorari che erano nei pressi.

Rintocchi di una campana ci ricordarono della nostra meta che era vicina e che ci affrettammo a raggiungere.

Appena usciti da un fitto bosco di castagni eccoti apparire una bianca chiesetta con ai lati l'antico convento.

Un falò ci accolse e ci riscaldò e conoscemmo Baldassarre, Salvatore e Angioletto, i magi di San Nicola.

Baldassarre ci raccontò alla sua maniera la storia del Convento, delle iniziative che da anni resistevano per il suo recupero e ci parlò dei sacrifici e del lavoro dei tanti volontari che si erano succeduti negli ultimi trent'anni.

Avevano riaperto la piccola chiesa, avevano riparato il soffitto crollato, irrobustite le mura portanti, ripristinato alla meglio il semplice pavimento originale, innalzata un'edicola e un altare al santo di Mira e di Bari, ma soprattutto avevano riportato le genti di Minori e della Costiera a percorrere un'antico sentiero di fede e di fatica. Poi fu la volta di Salvatore, personaggio uscito dalle commedie di Eduardo, che prese a parlare del presepe, che occupava metà dell'unica navata della chiesetta, un presepe napoletano con la grotta, con il dormiglione, la tavola degli apostoli, delle case e dei palazzi piazzati sulle quinte di scene, degli angeli e della stella. E proprio partendo dalla stella che ci raccontò la più bella storia di Natale che non avevamo mai ascoltato. Parole semplici, ma di un candore d'innocente, che ci presero il cuore e la mente.

Iniziò la cerimonia religiosa, condotta da Baldassarre con a fianco Angioletto, vestiti di bianco. Alcuni di noi che non erano più avvezzi alle pratiche religiose, come per incanto, incominciarono a ricordare, appresso alle note di tenore dell'imbianchino di Minori, perché Baldassarre di mestiere fa *ò pittore*, e ad intonare le canzoni dell'infanzia, quando Natale era la festa della famiglia, quando gli amici erano amici, quando la pace e la serenità erano vere, quando non c'era ancora il panettone (che venne da Milano) ma c'erano zeppole struffoli e lambiccato, la tombola e i presepi.

Il Te Deum, in latino, fu l'apoteosi di Baldassarre, un canto solenne e mistico che raggiunse i boschi e le balze circostanti e idealmente abbracciò tutti gli uomini di buona volontà. Alla fine il Bambino fu portato in processione

tra incensi, fuochi, candele, zampogne e ciaramelle, mentre le campane avvertivano la Costiera che a san Nicola era nato Gesù, con un giorno d'anticipo, ma lassù il tempo non conta.

E da quella prima volta siamo sempre tornati a San Nicola per abbracciare Angioletto per rivedere il presepe parlante di Salvatore e per ascoltare la parola di Baldassarre, autentico uomo di fede e di montagna.

Ritorniamo sempre più numerosi per poi scendere accompagnati dalle stelle, che ogni anno sembrano brillare sempre di più, e riesci facilmente a trovare la Stella di Natale che t'indica il sentiero della pace e della fratellanza.

LA STORIA DEL CONVENTO DI SAN NICOLA

Scriva Matteo Camera nella sua opera "Memorie storico-diplomatiche dell'antica città e ducato di Amalfi" pubblicata nel 1881:

"Sull'altura dei monti di Forcella giace il profanato convento di San Nicola, un tempo di frati agostiniani eremitani. Vedesi situato su di un vertice sporgente di una deliziosa collina, sovente bersagliato da' fulmini all'infuriar della tempesta. Quivi abita la calma, la solitudine ed un profondo silenzio. La serenità di quel cielo ridente, l'aria salubre che vi si respira, quel romitorio posto sull'erto pendio e coronato intorno intorno di verdeggianti colli, ispirano una grata energia al cuore, e tutto invita trattenersi in sì ameno soggiorno".

In quel luogo esisteva già a partire dal I secolo a.C. un minimo insediamento che poi portò alla fondazione di Minori. Intorno all'anno mille, sempre sul colle e nei dintorni, esistevano ben quattro chiese, cui si aggiunse un secolo dopo quella di San Nicola, voluta da marinai e pescatori di Minori per onorare il santo di Bari e di Mira e che dovette costituire un valido punto di riferimento sia geografico che naturale cui rivolgere il cuore e la mente.

Fino al XVII secolo si alternarono per la chiesa di San Nicola periodi di abbandono e momenti di grande sensibilità. Una nuova ed energica ansia spirituale mosse il vescovo di Minori Tommaso Brancolino a chiamare nel territorio della sua diocesi i frati agostiniani ed il 1° aprile del 1628 furono a questi consegnate le chiavi della chiesa collinare e subito iniziarono i lavori per edificare il convento grazie alle generose e continue donazioni del popolo minorese. Nel 1638 i lavori erano conclusi e cinque frati agostiniani si stabilirono nel convento.

Ma dopo solo 28 anni la vita e l'attività del convento ebbero fine: in primis il convento venne soppresso in virtù della bolla "Instaurandae" del papa Innocenzo X del 1652 che decideva la riorganizzazione conventuale e poi per l'epidemia di peste del 1656 che colpì tutto il Regno di Napoli. La popolazione minorese scese da mille a poco più di cento persone. Per il convento di San Nicola cominciò il declino e l'abbandono: prima cessò la vita cenobitica poi furono venduti i beni appartenenti al convento dalla curia minorese e non furono più assicurate opere di manutenzione. Vennero sul convento nel '700 alcuni eremiti che trovarono su questo colle non soltanto solitudine e silenzio, ma anche da sostenersi coltivando le terre e gli orti abbandonati.

Fino al 1798 e i conseguenti provvedimenti napoleonici, la chiesa e il convento resistettero alle intemperie grazie all'impegno di custodia dei vari eremiti succedutesi fino ad allora. Nell'ottocento e per metà del secolo scorso a San Nicola ci fu veramente solo silenzio, solo il passaggio di qualche avventuroso viaggiatore di montagna. Poi cominciarono i pastori con le greggi e i boscaioli a ritornare a frequentare per lavoro il colle di San Nicola, le pecore e le capri presero a ricoverarsi nella chiesa e tra i resti del convento. Poi man mano risalirono anche i fedeli, il sentiero fu di nuovo reso agibile e nuovi fermenti cominciarono a spuntare. Nel 1980 sorse il "Comitato per la ricostruzione di San Nicola", fu ricostruita la chiesa e si mise mano alla ristrutturazione del convento che continua, malgrado incomprensioni e rallentamenti vari, ancora oggi.

E continuiamo con la descrizione di Camera:

"Da quel vertice si scopre, come in un amplissimo quadro, il limpido e cristallino mar Tirreno, solcato da candide vele e barchette di pescatori. Di là osservarsi il torreggiante Falezio, dominatore della sottostante contrada di Maiori, ed il promontorio di Capo d'orso tanto spaventevole e pericoloso ai naviganti. Ad un girar del guardo vedesi giù e su una disuguaglianza di colli, vestiti di elci, castagne, quercie ed arbusti, che in lunga catena si protendono e si congiungono al nord colla giogaia finitima di Tramonti e di Ravello."



Il colle di San Nicola



Minori



La Chiesa di San Nicola

3° tappa: San Nicola—S.Maria dei Monti, 5 ore, Rifugio

Si riprende il cammino in leggera discesa verso il passo del Mandrino (442 mt) che si raggiunge poco dopo, oltrepassato il fitto bosco di castagni. Antico e strategico crocevia tra le valli di Ravello e di Tramonti, importanza testimoniata dalla presenza di ruderi di pertinenze del convento di san Nicola e di insediamenti abitativi. Il

panorama è straordinario, a destra la cresta dolomitica dei Monti del Demanio che si alza pietrosa e spettacolare dal mare di Capo d'Orso, per filare fino al santuario dell'Avvocata e poi a Monte Finestra e a Monte Sant'Angelo di Cava, a sinistra il versante meridionale del Cerreto che si allunga sul poggio di Ravello per poi precipitare con falesia a mare. Le due valli, prosperose e soleggiate, si incuneano nei fianchi della catena, quella di Tramonti si eleva fino al valico di Chiunzi, che mette in comunicazione la costiera con i paesi dell'agro nocerino-sarnese, mentre quella di Sambuco sale fino al Montalto e al passo di Ravello. Al passo del Mandrino si va a sinistra, sempre seguendo la traccia del sentiero n. 15 A, per ampi tornanti si arriva in testa alla valle di Sambuco (1 h30'), frazione di Ravello, dopo aver oltrepassato tre piccoli rivoli.

Da Sambuco si va a Ravello (45') per strada comunale che incrocia la provinciale che viene da Chiunzi e poi a sinistra, sul marciapiede che è un'interminabile balcone sulla costiera amalfitana e sulle baie di Maiori e Minori.

La seconda galleria porta sulla Piazza del Duomo e qui è obbligo fermarsi e dedicarsi ad una visita dei monumenti più preziosi di questa antica cittadina medioevale, potente e imprendibile ai tempi della Repubblica marinara di Amalfi: il Duomo romanico, Villa Rufolo, Palazzo Sasso, la Chiesa di San Francesco e Villa Cimbrone.

Da Ravello si può scendere ad Atrani e Amalfi con i mezzi pubblici.

Dalla piazza del Duomo si riprende scendendo al bivio di Scala, si va a destra e per tornanti si arriva davanti al Duomo di San Lorenzo (30') che merita una visita, come le altre emergenze storiche di Scala.

Da San Lorenzo si continua sempre su strada asfaltata fino alla frazione di Campidoglio (605 mt) dove si imbecca il sentiero n. 51 che risale un vallone stretto e sassoso fino a Santa Maria dei Monti, 1039 mt (2 ore).

S. MARIA DEI MONTI

S. Alfonso Maria dei Liguori, una grande figura della storia della Chiesa nei secoli dei "lumi", giunse per la prima volta in costiera amalfitana nel maggio del 1730 per ricercare e trovare clima salubre e tranquillità per ristabilirsi e allontanarsi da Napoli dove l'intenso lavoro tra i diseredati lo aveva debilitato fisicamente. Il 9 maggio raggiunse Scala accompagnato da alcuni sacerdoti, ma non volle fermarsi nel centro abitato e raggiunse un pianoro, Piano del Ceraso, a circa mille metri di altitudine. Qui c'era una specie di eremo ed una chiesetta dedicata a Santa Maria dei Monti, ed Alfonso si fermò per circa due mesi. Di tanto in tanto scendeva a Scala richiamato da impegni spirituali e pastorali, memorabile la sua predica la domenica del Corpus Domini nella cattedrale. Ritornò a Scala e a Santa Maria dei Monti nel settembre dello stesso anno, poi dopo Natale e ancora a settembre del 1731. Durante le sue permanenze sul pianoro stava con i pastori che con le loro greggi ivi trascorrevano buona parte dell'anno, con loro si intratteneva e parlava della Madonna, ma la maggior parte del suo tempo lo passava in preghiera e meditava davanti alla statua lignea della Vergine con il Bambino che era sull'altare della piccola chiesetta. Lassù il culto a Maria preesisteva alla visita del santo, vi si celebrava la festa "la domenica tra l'ottava dell'Assunta e nell'ottava se questa viene di domenica" (così aveva stabilito il vescovo di Scala, Francesco Benni, nel 1600), e alla festa partecipavano numerosi fedeli che venivano dalle contrade dei Monti Lattari, finanche dalla valle di Nocera e di Pompei. La chiesetta e l'eremo vennero gravemente danneggiati dall'alluvione del 25 gennaio del 1764 e poi con la frequentazione dei briganti, scomparvero del tutto, rimasero soltanto le mura dell'eremo, che venne poi più volte riedificato e riattato a diversi usi, tanto che anche oggi appartiene alla Comunità Montana ed ha anche funzione di rifugio. Suggestivo per la posizione era il campanile della chiesetta che si trovava lontano dal fabbricato, eretto sul ciglio che si affaccia sulla valle di Scala e Ravello in modo che il suono dell'unica campana poteva essere sentito dai borghi sottostanti. Il campanile crollò definitivamente nel 1764, sui pochi ruderi rimasti nel 1987 vi è stata posta una statua della Vergine visibile dalla valle. La campana, fusa nel 1650, fu portata nel Duomo di Scala da dove fa sentire ancora il suo suono. La statua lignea, davanti alla quale S. Alfonso meditava e pregava, raffigurava la Vergine che su un braccio regge il Bambino e con l'altro mostra la Bibbia, fu scolpita nel tardo cinquecento e dopo la distruzione della chiesetta fu portata anch'essa nel Duomo di Scala.

Ridotta in condizioni pessime e prossima a disfarsi, nel 1953, fu consegnata ai Redentoristi che la portarono a Roma nei gabinetti dei Musei Vaticani per il restauro. Il restauro, che pur fermando la sicura distruzione, ha tolto alla statua la primitiva espressione e il movimento dato dalle linee e dai disegni presenti sul manto. Attualmente la storia si trova nella cappella del convento dei padri Redentoristi e in tanti, seguaci di San'Alfonso, vengono a Scala per pregare dinanzi a colei che essi chiamano come faceva Alfonso "la nostra Mamma".



Il sentiero verso Sambuco



Panorama di Ravello



Rifugio di S. Maria dei Monti

4° tappa: S. Maria dei Monti- San Domenico, 5 ore, Convento

La prima parte del cammino di questa tappa è di alta montagna, costantemente sopra i mille metri, lungo il sentiero n. 00, mitica strada dell'Alta via dei Monti Lattari, attraversa la parte alta della Riserva Integrale della Valle delle Ferriere, ambiente unico per biotipi unici di macchia mediterranea.

Da Santa Maria si prende il sentiero n. 01 che taglia il Piano del Ceraso lasciando a sinistra gli ultimi pendii di Monte Rotondo, fino all'incrocio con il sentiero n. 00 che viene da destra, dal Monte Cerreto e dall'altopiano del Megano. Qui si va diritto seguendo la sterrata. Se si vuole, andando a destra, per il n. 00, in pochi minuti si può raggiungere la sorgente dell'Acqua del Vrecciaro, subito al di sotto di una piccola radura dove è splendida la veduta sul golfo di Napoli ed il Vesuvio.

Ritornati al bivio si procede verso destra sulla sterrata che attraversa la parte alta della Riserva Integrale; mantenersi a destra, dopo l'uscita dalla Riseva, fino a giungere al bivio che a destra porta all'Acqua di San Giuliano. L'Acqua di San Giuliano è una sorgente perenne che imbrigliata alimenta gli acquedotti di alcuni comuni, qui si può sostare e fare rifornimento di acqua. Si ritorna indietro, al bivio si va destra e poco dopo si arriva sul Colle di Sant'Angelo, qui si vedono i due golfi. A destra la baia di Napoli e a sinistra il mare di Salerno, di fronte i pinnacoli del Molare e di Monte Sant'Angelo a tre Pizzi, e vicino alle antenne televisive, a destra, si intravede il santuario di San Michele, meta finale del cammino. Sul colle, prima di una dritta erta, si prende a sinistra il sentiero n. 67 (non ci sono segnali) che ripidamente e su roccia scende al Traforo di Agerola. Si arriva sull'asfalto e si prende a sinistra scendendo nella valle di Agerola, luogo di villeggiatura e di pascoli con rinomate aziende latte-casearie. Si raggiunge prima Pianillo e poi Bomerano, contrade che formano il comune di Agerola. A Bomerano in piazza ha inizio il sentiero n. 27, comunemente chiamato "Il sentiero degli Dei" che passando accanto al campo sportivo porta sul versante marino dei Monti di Agerola raggiunge prima la Grotta del Biscotto e qui la strada ritorna sentiero alto e gradevole per gli scorci e le quinte naturali incredibilmente e pazientemente modellati dalla natura e dal tempo. E poi in breve si è sul colle la Serra.

Mai vista più spettacolare è data a vedersi da questo punto. Circondati da terrazze coltivate, isolati caseggiati, l'occhio guarda, estasiandosi, laggiù dove tra le nebbie appare l'isola di Capri con i faraglioni, poi Punta Campanella, Monte Comune, Postano, Praiano e appena sotto il Convento di san Domenico, con le cupole arabeggianti e i limoni e le viti che fanno corona.

Pochi gradini ed eccoci ad un bivio, a sinistra si scende a Vettica Maggiore, contrada capoluogo di Praiano e a sinistra il sentiero, sempre il n. 27. Qui c'è anche una fontanina e l'acqua c'è sempre.

Dopo la sosta riprendiamo a camminare, prendendo a destra, e passiamo per dolci tornanti lievemente in discesa fino ad arrivare ad un bivio. Qui anche se non ci sono indicazioni, frecce, segnali e cartelli, si scende a sinistra e si va a San Domenico.

Il tratto è accidentato e roccioso, gira vertiginosamente attorno ad un costone roccioso fino a raggiungere le terrazze di ulivi; non lasciatevi incantare dal panorama, tenete gli occhi bassi e attenti.

Alla fine del tratto di roccia si va a sinistra tra gli ulivi, si passa accanto ad un arco naturale, e si raggiungono le antiche mura della chiesa e del convento. Un ultimo sforzo e si è sulla terrazza del paradiso. Il convento, attualmente è deserto, i frati francescani che erano ritornati alla fine degli anni ottanta del secolo scorso sono ripartiti, la chiesa è aperta ai pellegrini ed ai viaggiatori di montagna.

Sono in corso lavori di rifacimento della copertura per eliminare il costante pericolo di infiltrazioni di acqua. Se non è possibile alloggiare nella foresteria del convento, si può pernottare con discrezione e il dovuto rispetto tra le navate della chiesa, ma se il tempo è bello e la temperatura mite si può provare a dormire fuori avendo per tetto il cielo stellato e respirando aria profumato di limoni e zagara.

LA CHIESA DI S. MARIA AD CASTRO E IL CONVENTO DI SAN DOMENICO

Prima del XIV secolo non si hanno notizie certe dell'esistenza su questo piccolo pianoro di un insediamento religioso, un edicola, una cappella, sorta pagana o cristiana. Le notizie affiorano da una lettera del papa Gregorio Magno che nel 596 invita il vescovo di Amalfi a risiedere con i suoi fedeli nel Castrum per meglio difendersi dalle incursioni dei Longobardi.

Il castrum è un insediamento fortificato sorto intorno ad un luogo di culto posto lungo un sentiero che porta a valicare la cerchia dei monti incombenti. Una leggenda non suffragata da eventi miracolosi parla del ritrovamento da parte di una giovane contadina di un'immagine dipinta "in vera muraglia di pietra" e subito dedicata alla Vergine delle Grazie; questa immagine o meglio i resti sono ancora nella chiesa, dietro l'altare della navata centrale. Da allora, sempre da tradizione orale, l'immagine e la chiesa diventano luogo di pellegrinaggio e di raccoglimento per le genti del luogo, e di generazione in generazione si è tramandato questo tesoro di fede e di vita.

A partire dal XIV secolo si trovano notizie della Chiesa, ormai dedicata a S. Maria a castro, in documenti e relazioni che dicono di restauri, manutenzioni, in gradimenti e arricchimenti materiali. Si ha notizia della frequentazione di questa chiesa da parte di padri francescani che venivano dal convento di Cospita e delle iniziative di carattere partecipativo con feste ed appuntamenti religiosi.

Si ricostruisce man mano l'intero edificio con mura sempre più solide, si aggiungono navate, si costruisce il campanile per una sola campana, si affrescano le piccoli absidi laterali con immagini del Redentore e di una Madonna con in grembo il Bambino, circondata da uno stuolo di angeli musicisti, varie volte si interviene per riparare il tetto e le cupole. La Chiesa rimane l'unico insediamento di quel luogo fino al 1599 quando la gente di Praiano chiamò i padri Domenicani da Napoli ed affidò loro la cura della Chiesa di S. Maria e delle sue pertinenze, che man mano, grazie alle donazioni, erano diventate cospicue e produttive. Fu deciso di costruire un piccolo convento con sei celle e servizi per ospitare fino a dieci frati e due conversi; in verità quando il convento fu edificato (1606) e vennero i

Domenicani a stabilirsi erano state costruite soltanto tre celle, un piccolo ripostiglio e un minuscolo tipico servizio igienico.

Questo fatto e l'insorgere di dissidi di natura organizzativa, accompagnata dalla cultura e dalla organizzazione che non aveva confronti con altre realtà conventuali, incrinarono i rapporti tra il clero tradizionale, gli amministratori delle confraternite, i poteri locali da un lato e i frati domenicani dall'altro. E' strano il destino di questo Convento che non ha mai vissuto lunghi periodi di tranquillità, sempre conflittualità, prima coi Domenicani, poi con le ordinanze repressive napoleoniche. Nel gennaio del 1994 il convento fu affidato provvisoriamente ad una nuova comunità religiosa, francescana questa volta, i frati minori del Cuore Immacolato di Maria, comunità fondata nel 1975 dal missionario-cappuccino Fra' Felipe Maria, operante nella parte meridionale della Colombia. Ricordiamo con piacere l'incontro avuto con Fra' Samuel, francescano colombiano, che nel 2001 accolse e benedisse i Moscardini che giunsero in quel luogo. Nel 2003, i frati furono costretti ad abbandonare il convento in quanto l'autorizzazione, che aveva carattere *ad experimentum*, non ha avuto successiva pienezza giuridica con la stipula di una convenzione e così il convento è oggi chiuso. Resta aperta la chiesa ai pellegrini ed ai viaggiatori di montagna, Tuttavia continua la devozione, a distanza di secoli, alla madonna e a San Domenico che si è mantenuta intatta anche se limitata alla festa di San Domenico, quando nella notte tra il 3 e 4 agosto migliaia di luci si accendono in ogni casa e i fedeli vengono alla Chiesa dalle contrade marine e montane della costiera. Vengono e portano la *mortella*, rami di mirto, che depositano sull'altare per essere benedetta nella notte della luce.



Nel castagneto



La Chiesa di S. Maria ad Castro



Panorama dal sentiero

5° tappa: San Domenico-San Michele del Faito, 7 ore, Rifugio

E siamo giunti all'ultima tappa, alla fine del nostro cammino tra i luoghi di fede dei Monti Lattari.

Questa è la tappa più impegnativa, qui valgono finalmente le doti di camminatore; il sentiero da Montepertuso, 435 mt, è in salita fino a San Michele, 1278 mt.

Si riprende il sentiero che ci ha portato a San Domenico, si ritorna sul sentiero n. 27, prendendo a sinistra. Il sentiero si restringe e gira vertiginosamente intorno ai costoni di friabile arenaria dei Monti Paipo e Calabrice, per arrivare a Nocella, frazione di Postano che si può raggiungere con una stradina fatta di mille e mille scalini. Da Nocella si va a Montepertuso; poco prima dell'abitato si prende a destra il sentiero n. 29 che porta alla Caserma della Forestale, 767 mt. Poco prima s'incontra la grotta della Madonna e se c'è acqua una bella, fresca cascata. Nelle vicinanze della Caserma s'incrocia il sentiero n. 00, si va destra e si ricomincia a salire fino alla Croce della Conocchia, 1268 mt. Qui il sentiero è decisamente accidentato, ripido, assolato, ma spettacolare sulla costa che da Punta Campanella arriva a Capo d'Orso. Si fa fatica, ma le soste rinfrancano corpo e spirito e giunti al vertice della Conocchia si può anche tentare di provare l'estasi di trovarsi in Paradiso. Contemplazione e stupore si diluiscono mentre si riprende il cammino giungendo alla sorgente dell'Acqua Santa. Con questo nome la tradizione popolare indica una sorgente, che fuoriesce lentamente, quasi goccia a goccia dalla roccia, collocata in una rientranza naturale sul fianco della montagna a poca distanza dalla grotta dove si narra che San Catello visse e pregò. Altra caratteristica dell'Acqua santa è la presenza di una delle rare specie di pianta carnivora: la *Pinguicula Hirtiflora*, che si nutre prevalentemente dei piccoli insetti che finiscono sulla superficie collosa dei suoi fuori.

Al bivio dell'Acqua santa si prende a sinistra e per il sentiero n. 50 si arriva a Castellone dove s'incrocia la strada asfaltata che a sinistra porta alle antenne e poi al santuario di San Michele.

IL SANTUARIO DI SAN MICHELE

Questo luogo così santo e sacro è comunemente indicato come Faito, ma per i viaggiatori e gli appassionati di montagna, nonché per la storia e la geografia del luogo, è indicato come Monte Sant'Angelo a tre Pizzi. Tre pizzi, per il profilo che distingue il Monte San Michele o Molare, 1444 mt, il Monte di Mezzo, 1425 mt, e il Monte Canino, 1326 mt.

La storia e le leggende s'intrecciano soprattutto sul Monte San Michele e tutto nasce con la presenza nel VI secolo d.C. di due santi uomini San Catello e sant'Antonino, venuti quassù per vicende terrene, ma trattiene poi dalla necessità di una parentesi eremitica fatta di solitudine e di contemplazione.

Gli anfratti naturali, i boschi, le copiosi sorgenti favorirono la permanenza di questi santi uomini, che provarono e riuscirono a portare su queste montagne per la prima volta il culto di San Michele. E proprio l'Arcangelo un giorno apparve a Catello ed Antonio che lo videro luminoso e fulgente, dall'ingresso della grotta dove avevano posto dimora, proprio sulla cima del monte che poi sarebbe stato Monte San Michele. Cominciarono a salire fedeli dalla contrade ai piedi del Monte richiamati dall'evento miracoloso e per la fama di santità dei due eremiti. Antonino si

lasciò condurre dai fedeli a Sorrento dove morì il 14 febbraio del 625, mentre Catello, nominato vescovo, si dedicò alla gente di Stabia, della quale dopo la morte divenne Patrono. I due eremiti, subito dopo l'apparizione dell'Arcangelo, si diedero a costruire un tempietto dedicato a san Michele sulla cima del monte che divenne meta di annuali pellegrinaggi, soprattutto nella ricorrenza del 1° agosto da fedeli dei due versanti.

La chiesetta, varie volte distrutta da intemperie e terremoti, fu sempre ricostruita sempre più bella e accogliente, impreziosita da opere d'arte e la sua storia documentata durò fino alla metà del sec. XIX.

D'allora per diverse ragioni venne progressivamente abbandonata e lasciata andare in rovina, ma la memoria resisteva e nella metà del secolo scorso venne ricostruita, stavolta più a valle e in un luogo più accessibile a 1280 mt da dove domina ancora oggi tutta la valle sottostante e parte del golfo di Napoli. Oggi è Santuario e nel suo interno, sull'altare maggiore, si può ammirare una splendida statua in marmo bianco di Carrara dell'Arcangelo, giovane arcangelo con la clamide e senza le ali.



Panorama di Positano



La parete della Conocchia



Santuario di San Michele

santuario@sanmichelealfaito.it

www.sanmichelealfaito.it

tel. 3392191780