

ITINERARI

ALLA SCOPERTA DEI BORGHI E DELLE STRAORDINARIE BELLEZZE STORICHE, ARTISTICHE, CULTURALI E GASTRONOMICHE DEL "BEL PAESE"

Castro dei Volsci e la Valle del Sacco

di Giuseppe Ibrido

L'afosa estate del 2009 ormai volge al termine lasciando il passo all'autunno con il suo tripudio di colori e con le sue giornate miti che invitano a lasciare la città anche per un breve week end. Questo è un modo semplice ed economico per "staccare la spina" e rompere con la quotidianità, un metodo che dovremmo adottare spesso per dimenticare tutte le tensioni e le difficoltà della vita. Anche un breve viaggetto, oltre a rigenerarci, può costituire una importante esperienza e un arricchimento culturale.

Per questo motivo, *Voce del Rotary* con la nuova rubrica "Itinerari", aperta naturalmente anche alle vostre segnalazioni, vuole offrire consigli utili e pratici per trascorrere una piacevole fine settimana alla scoperta delle straordinarie bellezze storico-artistiche e naturalistiche del Lazio, delle Regioni vicine e della Sardegna, usufruendo soprattutto delle esperienze di chi quell'escursione o quel breve viaggio l'ha già fatto.

Cercheremo di non trascurare piccole e grandi curiosità, le chiese e naturalmente la buona cucina locale segnalandovi, dopo averli sperimentati, i "posti giusti".

Ecco quindi, una destinazione persa nel tempo, dove antico e moderno si confondono, dove odori, sapori, fragranze evocano l'infanzia, dove il profumo dell'erba tagliata nei campi a valle, anche a chilometri di distanza, raggiungerà le nostre narici e ci regalerà sensazioni ed emozioni antiche.

Ma quanta strada bisognerà fare per arrivare in un luogo siffatto? Niente paura, solo cento chilometri appena dalla Capitale, poco più di un'ora di macchina. Un itinerario che può essere realizzato in uno o, meglio, in due giorni nella Valle del Sacco, ai confini tra lo "Stato Pontificio" ed il "Regno delle due Sicilie", un luogo intrigante dove alcuni secoli fa dilagava il fenomeno del brigantaggio, incubo delle gendarmarie del tempo, ma che tuttavia ha sempre acceso la fantasia popolare per le "epiche gesta" a volte, si dice, ispirate alla difesa dei poveri di fronte alla prepotenza delle classi ricche.



I briganti, che già all'epoca erano, *ante litteram*, una specie di attrazione turistica per taluni audaci aristocratici viaggiatori del Grand Tour, hanno mantenuto anche ai giorni nostri un innegabile fascino, tant'è che a ricordo dei pittoreschi nomi di ineffabili "galantuomini", come Gasparone, Massaroni di Vallecorsa, Fra' Diavolo etc. sono rimaste oggi alcune tipiche osterie e rinomati ristoranti, dove il più delle volte si può gustare una buona cucina regionale, senza correre rischi, come un tempo, per la propria incolumità.

Per non divagare troppo, è bene precisare che la meta del nostro viaggio è il Borgo medievale di Castro dei Volsci, nel cuore della Ciociaria, la zona archeologica del Casale di Madonna del Piano e le vicine Grotte di Pastena.

Per chi parte da Roma, è bene avviarsi in macchina la mattina del sabato prendendo l'Autostrada A1 direzione Napoli ed uscire a Ceprano. Dal casello autostradale, seguire le indicazioni per Pastena. Superato il paese, prendere la strada per Castro dei Volsci. Dopo 4 km e mezzo siete già arrivati all'ingresso delle famose Grotte di Pastena, meraviglia naturalistica di grande suggestione, annoverate tra i maggiori complessi speleologici dell'Italia Centro-meridionale.



Non perdetevi, dunque, un' esplorazione guidata delle Grotte, dove le sale di grande effetto spettacolare si susseguono in un crescendo di fantasiose raffigurazioni. Il percorso turistico, di circa un chilometro (sia in andata che al ritorno), dove si incontrano stalattiti, stalagmiti, singolari colonne e stranissime volte, si suddivide attraverso un ramo superiore fossile ed un ramo inferiore dove scorre un fiume sotterraneo.

Non dimenticate naturalmente di portare con voi scarpe comode, un golfino o un giacchetto. Non impressionatevi per i grandi nugoli di pipistrelli abbarbicati a testa in giù alle volte e alle pareti delle grotte! Alcuni di questi piccoli mammiferi voleranno sopra la vostra testa senza infastidirvi. Il costo della visita guidata della durata di circa 50 minuti è 8 euro per persona adulta. Orario estivo: dalle 8.30 alle 19. Orario invernale: dalle 10 alle 16 (il telefono dell'ufficio turistico delle Grotte è 0776.546322).

Al termine della visita, si proseguirà per la vicina Castro dei Volsci. Pochi minuti di macchina e si è già a Madonna del Piano, frazione di Castro, dove faremo la nostra seconda tappa.

Castro dei Volsci è un paese posto nel mezzo della Valle del fiume Sacco, arroccato su una collina con l'antico borgo medievale circondato da una possente cinta muraria.

Il borgo domina tutta la fertile valle, ricca di storia, tea-

tro di molti accadimenti sin dal paleolitico superiore e dove abbondano le testimonianze del periodo preromano, romano, di epoca alto medievale e medievale. Lo sviluppo della zona è dovuto alla presenza di questa importante arteria fluviale che per secoli è stata fonte di prosperità e che dai monti Prenestini attraversa tutta la valle sino alla confluenza con il Liri. Lungo la direttrice del fiume Sacco si sono sviluppati, infatti, vari centri di interesse storico artistico come Anagni, Ferentino, Alatri, Frosinone, Ceprano, attraverso la cui storia si possono effettivamente ripercorrere le vicissitudini e le fortune dell'uomo dalla preistoria sino ai giorni nostri. Risalgono a ben 700.000 anni fa i rinvenimenti di età paleolitica. Il periodo di maggiore ricchezza dei Volsci è poi testimoniato dai resti delle mura megalitiche dell'insediamento di "Montenero". La conquista romana è dimostrata dai numerosi siti archeologici presenti sul territorio, tra i quali il più importante è quello del Casale, che attraverso varie trasformazioni e sovrapposizioni è sopravvissuto dall'età repubblicana all'alto medioevo. È proprio questo sito che fa di Castro dei Volsci un centro di interesse archeologico di rilevanza non strettamente locale, come dimostrano tra l'altro i reperti esposti nel piccolo e grazioso Museo Civico Archeologico, che certamente merita una visita.

Il borgo, nella sommità del colle, si sviluppa dal IX secolo in poi, quando, allo scopo di proteggersi dai pericoli dei saccheggi e delle devastazioni, la zona del Casale si spopola gradualmente per dar vita al fenomeno dell'incastellamento. Le popolazioni insicure abbandonano le campagne per rifugiarsi all'interno del Castrum.

Il periodo che va dall'anno 1000 al 1816, vede quindi la crescita di Castro dei Volsci legata alle alterne vicende politiche delle varie famiglie nobiliari alle quali fu affidata la castellania, pur rimanendo sempre possesso della Chiesa, in quanto considerata roccaforte con particolari funzioni strategiche a difesa dello Stato Pontificio. Tuttavia le sorti di Castro furono legate principalmente alla Fa-



miglia Colonna che per oltre quattro secoli a partire dal 1409 ne fu feudataria.

Oggi nel Borgo sono visitabili le quattro porte con la relativa cinta muraria, la Chiesa di S. Nicola con affreschi del Vecchio e del Nuovo Testamento del XI sec., ed ancora molto di più si può ammirare passeggiando per il centro storico, come per esempio le tipiche botteghe medievali, i vicoli caratteristici, figure portafortuna che scongiurano gli influssi maligni, nonché passatempi scolpiti nella roccia ecc.

La nostra visita inizia nella zona a valle, in località Madonna del Piano dove si potrà vedere il Museo Civico Archeologico (via Carnevale, 21 - Castro dei Volsci - tel. 0775.686829). Il sabato è aperto dalle 10 a mezzogiorno e dalle 16 alle 20. Negli altri giorni, meglio telefonare. Il costo del biglietto è di € 2,60 (ridotto € 1).



Attraverso l'itinerario che si sviluppa nelle 7 sale del museo si può ripercorrere la storia dell'uomo nel Lazio meridionale dal Paleolitico inferiore al Medioevo.

Nella vicina area archeologica (Casale di Madonna del Piano) sono visibili i pavimenti in mosaico e in marmo colorato di grande pregio e valore artistico.

A questo punto è certamente arrivata l'ora del pranzo! Nella zona di sicuro non mancano alcune tipiche trattorie caserecce molto ospitali ed economiche.

È bene però dirigersi verso il Borgo dove esiste un piccolo e grazioso "albergo diffuso" con annesso accogliente ristorante, la "Locanda del Ditirambo", gestiti da un'affermata ristoratrice romana (Beatrice Gazzelloni, pronipote del celebre flautista) che, facendo una coraggiosa scelta di vita, si è trasferita stabilmente a Castro conquistata dal restauro del borgo, al quale in qualche modo contribuisce con la sua vivace operosità e imprenditorialità.

La reception dell'albergo si trova in via Porta dell'Orologio 2 (tel. 328.6123073 - 345.4045337); il ristorante in via dell'Orologio 11 A (tel. 0775.019828 - 3484037557).

Cucina buona e raffinata, lo chef presta particolare at-

tenzione all'uso rigoroso dei prodotti del territorio e alla tradizione della cucina locale rielaborandola. La lista dei vini, ricca, riserva uno spazio speciale alle etichette laziali.

Per quanto riguarda gli alloggi, le camere sono ricavate da vecchi edifici, sapientemente ristrutturati in modo da mantenere intatto il loro fascino e la loro storia. Tutte le camere sono diverse tra loro ed arredate con mobili d'epoca. Una curiosità: tutti i mobili che compongono l'arredo delle camere possono essere liberamente acquistati e portati via anche all'istante. La padrona di casa, infatti, è un'abile antiquaria e gestisce in loco finanche una bottega.

Il pomeriggio si consiglia di fare un giro per il Borgo. Si rimarrà colpiti dagli scorci da cartolina e dalla limpidezza delle viuzze strette e tortuose. Qua e là tipiche bot-

teghe medievali di artigianato locale che aprono solo nel week end (o su richiesta), dove sarete accolti dai negozianti con grande cordialità e simpatia, il più delle volte vestiti nei particolari costumi ciociari. Ricami, merletti, bijoux lavorati a mano, piccole sculture in legno, antiquariato, quadri e oggetti in ferro battuto. C'è solo quello che è sopravvissuto della tradizione artigianale locale.

Sulla Rocca di San Pietro domina il "Monumento alla mamma ciociara" che ricorda i tragici eventi della seconda guerra mondiale, durante i quali questa piccola e inerme comunità, Medaglia d'argento al valor civile, è stata martoriata prima dai tedeschi e poi dalle truppe marocchine al seguito degli alleati francesi. Tragiche vicende rievocate nel celebre film di Vittorio De Sica "La ciociara".

Il viaggio in questo splendido Borgo, che peraltro ha dato i natali al popolare attore Nino Manfredi, potrebbe finire qui, ma consigliamo di non rompere questa atmosfera magica, di non lasciarsi prendere dalla fretta e dall'ansia del ritorno: rilassatevi e rimanete almeno una notte a Castro, dove nella sua semplicità potrete apprezzare tutta la magia di un luogo sospeso nel tempo, che trasmette pace e tranquillità, lontano dai rumori e dall'inquinamento urbano, dove ci si può ritirare a sognare, dove la gente che vi incontra o che fa salotto seduta su un sedile di pietra affianco all'uscio di casa ancora sorride e vi saluta anche se non vi conosce.

E la mattina dopo, al risveglio, non mancate di affacciarvi alla finestra per godere, tra i colori accecanti, dello scenario mozzafiato della vallata e tirare una possente boccata d'aria, quella sana e pura della campagna ciociara, che vi infonderà una sferzata rigeneratrice capace di ricaricare in un solo momento il corpo e la mente. Buon week end.