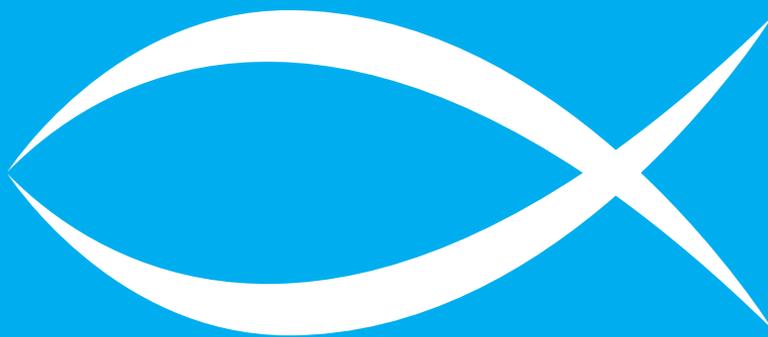


Circolo Culturale Navarca

Andrea Bellavite, Marco Bregant, Tiziana Perini



IL CAMMINO CELESTE

A piedi da Aquileia al Monte Lussari

「FRIULI VENEZIA GIULIA」



Aquileia, basilica patriarcale di Santa Maria Assunta

Il Cammino Celeste

A piedi da Aquileia al Monte Lussari

Il Cammino Celeste è un pellegrinaggio nato per iniziativa di un gruppo di persone appartenenti a diverse associazioni e accomunate dall'essere dei pellegrini, donne e uomini che si mettono fisicamente in cammino per raggiungere una meta spirituale.

È un Cammino che unisce tre paesi diversi ed è composto da altrettanti percorsi aventi origine in località particolarmente significative per la storia e la tradizione di fede delle nostre terre:

- Una in Italia: Aquileia dove per la prima volta è stato annunciato il Vangelo e da dove i missionari hanno portato

l'annuncio cristiano nel cuore dell'Europa.

- Una in Slovenia: Brezje, presso Kranj, il più importante luogo di invocazione della Madre di Dio in Slovenia.
- Una in Austria: Maria Saal, sopra Klagenfurt, splendida chiesa con origini intorno all'VIII sec., centro di grande importanza per la storia della Carinzia e per l'identità culturale e religiosa della cosiddetta Mitteleuropa.

I tre percorsi, partendo dalle rispettive località d'origine, si riuniscono a Camporosso, per risalire poi il Monte Lussari guadagnandone la sommità a 1760 metri s.l.m.

Il ramo italiano

Il Friuli Venezia Giulia si racconta

Dal mare è giunto Marco, l'evangelista, narra la leggenda, e dal mare comincia il Cammino. Dall'acqua alla terra, dal lontano al vicino. Ora, qui.

Ogni tappa è una vertebra. Seguire il Cammino è costruire una piccola colonna vertebrale del Friuli Venezia Giulia.

Saldare parte a parte: onde, più basse, sabbia, terra salmastra. Vento, lontano un gabbiano (un cocâl) che stride.

Terraferma, galleggiante tra l'onde: Grado.

Diga, scogli – vele nel porto, quiete – la basilica profumata d'incenso e il Cristo nella sua mandorla

cromatica. Profumo di pesce fritto tra le calli, scalette di pietra, basilico alle finestre.

Lasci l'isola, legata con un filo di ragnatela alla terraferma e sfiori l'inizio di questo piccolo cammino friulano. T'innalzi battendo le ali a ritmo, segui l'ala e vedi sorgere, dall'azzurra bruma della laguna, il profilo dell'isola di Barbana.

Ma sei già oltre, in quella città bella che fu conquistata dai Romani e poi distrutta da Attila e dall'inesorabile trascorrere del tempo: Aquileia.

Tutta da scoprire, anche dentro il frammento di un mosaico. Attraversi la campagna: entri nella pia-



nura. La piatta pianura, intervallata da campi, filari e strade. Gorgoglio di risorgive e fontane. Paesi, molti, che sembrano tutti uguali, ma cambiano: per lingua, suoni diversi del friulano.

Profumo di polenta, un tempo, oggi: pane, salame e vino buono in ogni osteria (frasca esposta all'e-

sterno: più fresche son le foglie, più giovane è il vino).

Dal secondo giorno il profilo del paesaggio s'increspa: rilievi, dolci, comè dolce il vino di quell'uva generosa. Le colline del Cormonese, scrigni di vigneti. Ci si inoltra verso Castelmonte: il monte di Maria. Le colline sono morbidi segni all'o-



2



3

rizzonte e i paesi sono più piccoli, qualche casolare sparso. Primi assaggi di boschetti, ancora tenuti sotto controllo dall'uomo.

Entrando nelle Valli del Natisone: cambio di lingua, di cultura, di paesaggio. Selvatico che avanza. Si ridiscende nella città ducale, Cividale del Friuli, ingioiellata dall'acqua smeraldina del Natisone. Gustatevi Forum Iulii: è l'ultimo centro cittadino e storico che incontrerete, seguiranno boschi e ancora boschi.

Da lì si risale verso rilievi intervallati da piccole, poche località, sospese tra foglie e sentieri.

E così fino a travalicare terre che si spingono verso la Val di Resia.

Altro mondo, altra lingua, diversa

cultura. Luoghi incantati in cui le fate d'acqua (agane friulane e krivapete delle Valli del Natisone) diventano volpi, come in Giappone. Poi uno strappo.

Dai boschi alla strada, arteria verso il Nord. I rumori si sentono così forti, dopo giorni di fruscii e canti segreti. Intorno, un levarsi di rocce e profili, si stagliano i monti: più forti, più aspri. Ultimo tratto prima di giungere alla meta, al Lussari.

E da lassù, dalla cima, se chiudi gli occhi, puoi vedere, capovolto, il cammino percorso.

Il Cammino Celeste è il Friuli Venezia Giulia che si racconta nel silenzio dei passi, spazi bianchi tra righe scritte.



4



5



6



7



8

1. Aquileia, presbiterio basilica (aula sud)
2. Grado, basilica di Sant'Eufemia
3. Isola di Barbana
4. Collio, Rocca Bernarda
5. Santuario Beata Vergine di Castelmonte
6. Cividale del Friuli, Fiume Natisone
7. Val Resia
8. Santuario del Monte Lussari



1



2



3

Note tecniche sul percorso ed alcuni suggerimenti

Quando andare: da fine maggio a settembre circa. A che andatura: ognuno ha il suo passo. Ognuno misuri il suo andare in base a come si sente. La lunghezza delle tappe è una scelta di ciascun pellegrino.

Alcuni consigli:

- D'estate il sole picchia forte; pertanto bisogna sfruttare le fresche ore del mattino. L'orario classico di partenza va dalle 6 alle 6 e 30.
- Non allungare troppo le tappe, ma farle terminare non più in là del primo pomeriggio.



4

Attrezzatura consigliata: il kit del pellegrino

- **Zaino.** Di peso e grandezza in base alle proprie possibilità. Preferire zaini con tasche esterne. Se non si usa la mantellina a dromedario, diventa indispensabile il copri-zaino per la pioggia.
- **Mantellina.** Possibilmente di quelle "a dromedario", che proteggono anche lo zaino senza che piova "in mezzo".
- **Sacco a pelo.** Preferibile al sacco-lenzuolo (ci sono rifugi ben oltre i 1200 metri).
- **Materassino.** Anche autogonfiabile.
- **Stuoia in gommapiuma.** Pesa



5

poco e niente, e spesso diventa utile per sdraiarsi all'aperto o per una sistemazione di emergenza.

- **Cuscino gonfiabile.** In molti posti non c'è il cuscino.
- **Abbigliamento.** Cose leggere, se possibile abbigliamento tecnico e biancheria e asciugamani in microfibra. Da non dimenticare un cappellino o berretto.
- **Scarpe.** Dato che il Cammino si fa a piedi, si consigliano scarponcini o scarpe da trekking, più un paio di sandali sempre da trekking, per le parti di pianura.
- **Coltello.** Il multiuso è utile.
- **Cordino o spago.** 7 o 8 metri possono servire per molti usi.



1

Piante medicamentose che si possono incontrare nel pellegrinaggio

Dato lo sviluppo altimetrico del Cammino Celeste numerose sono le fasce di vegetazione che si intercettano lungo il percorso.

Il soprassuolo arboreo del Friuli Venezia Giulia è quanto mai ricco di specie di grande valore forestale e terapeutico.

L'elemento determinante del paesaggio vegetale montano è costituito dai boschi di faggio che è un energetico drenante e diuretico.

Si trovano però anche il carpino che è l'albero del mal di gola accompagnato da tosse stizzosa, il castagno che è un potente attiva-

tore della circolazione periferica e il frassino che contrasta gli aspetti gottosi.

Spesso ai margini dei boschi si notano cespugli di biancospino (che utilizzato sotto forma di infuso o decotto è un valido ipnotico sedativo e ipotensore) e di viburno che è un forte antiasmatico.

Nei prati più o meno soleggiati è facile trovare il ginepro, antisettico delle vie respiratorie, diuretico e fluidificante sanguigno, la cicoria e il tarassaco ritenuti fra i migliori drenanti epatici conosciuti, il finocchio efficace contro i gonfiori e disturbi gastroenterici e la melissa, l'ansiolitico naturale per definizione.

Ancora, ai margini dei sentie-



2



3

ri, l'achillea, indicata per i disturbi mestruali, il rovo e le sue more che contengono persino dei principi attivi che coadiuvano terapie contro il diabete.

Nelle radure fresche è facile trovare la fragola, frutto dissetante e rimedio ginecologico della fitoterapia moderna.

Ascendendo si possono quindi individuare degli indicatori montani come la genziana, specie amaro-tonica, ampiamente conosciuta e, in presenza di abeti rossi, il mirtillo e il lampone, il primo rimedio a valenza plurima, in particolare per il sistema gastroenterico e per la vista, il secondo estremamente interessante per i suoi usi antichi (dissetante,

diuretico, apportatore di vitamina C) e quelli più moderni (inerenti alla sfera ginecologica).

Nelle praterie montane, infine, l'alchemilla, il cumino e il trollo, rimedi plurisecolari della medicina popolare.

1. Bosco di Conifere
2. *Crataegus monogyna* (biancospino)
3. *Vaccinium myrtillus* (mirtillo)



1

La Credenziale

Come per il Cammino di Santiago e gli altri cammini anche per il Cammino Celeste è stata predisposta una credenziale.

La Credenziale è il documento che ha come funzione primaria quella di attestare che il viandante è

un pellegrino e non un escursionista o un turista.

È un documento importante: “consegnare la credenziale” significa in pratica “garantire, almeno moralmente, che la persona che se ne serve è un vero pellegrino”, e che saprà come comportarsi, sotto tutti i punti di vista. È un minimo di garanzia per chi ha dato la propria disponibilità ad accogliere i pellegrini.

Infatti, similmente agli altri cammini, l'utilizzo di qualcuna delle strutture di ospitalità potrebbe non essere consentito a coloro che sono privi di tale documento.

La credenziale ha anche un altro scopo: quello di attestare che il Cammino è stato effettivamente



2

percorso. Nel caso del Cammino Celeste non esiste una “Compostela”, almeno non ancora; tuttavia la credenziale può essere usata nel medesimo modo, facendo apporre su di essa, nei luoghi di sosta ma non solo, i timbri.

La credenziale potrà essere ritirata ad Aquileia, presso Souvenir Aquileia di Ghiretti Andrea, via Patriarca Popone 2, tel. +39 0431 919045, souvenir.aquileia@libero.it oppure presso Souvenir alla Basilica e, in caso di necessità, anche ad Aiello del Friuli presso il Circolo Navarca (circolonavarca@libero.it).

In ogni caso è scaricabile dal sito web www.camminoceleste.eu alla pagina ‘Pernottamenti e notizie utili’.

La credenziale viene consegnata ai pellegrini previa compilazione di un modulo apposito, da firmare e consegnare all'incaricato. E con la raccomandazione di leggere con attenzione questo foglio.

Le modalità di consegna, però, potrebbero in futuro variare; pertan-



3

to attenti alle indicazioni che troverete su www.camminoceleste.eu.

Sono stati predisposti, inoltre, dei “registri dei pellegrini”, che sono stati distribuiti nei punti di ospitalità.

1. La Credenziale del Pellegrino
2. Souvenir Aquileia
3. Souvenir alla Basilica

Il ramo sloveno e il ramo austriaco del Cammino Celeste

Tre popoli, una fede

Il ramo sloveno del Cammino inizia dal frequentato santuario di Maria Ausiliatrice a Brezje, circa 45 km a nord di Lubiana.

Attraverso soprattutto strade sterrate e piste ciclopedonali, in circa 80 Km, si sale dai circa 500 metri s.l.m. della località di partenza al passo di Rateče (Fusine) a 850 metri, per scendere poi a Tarvisio e da lì raggiungere l'inizio del sentiero del Pellegrino e percorrere l'erta finale verso il Monte Lussari. È un itinerario semplice, poco faticoso, adatto a camminatori/pellegrini di qualsiasi età in buone condizioni fisiche.

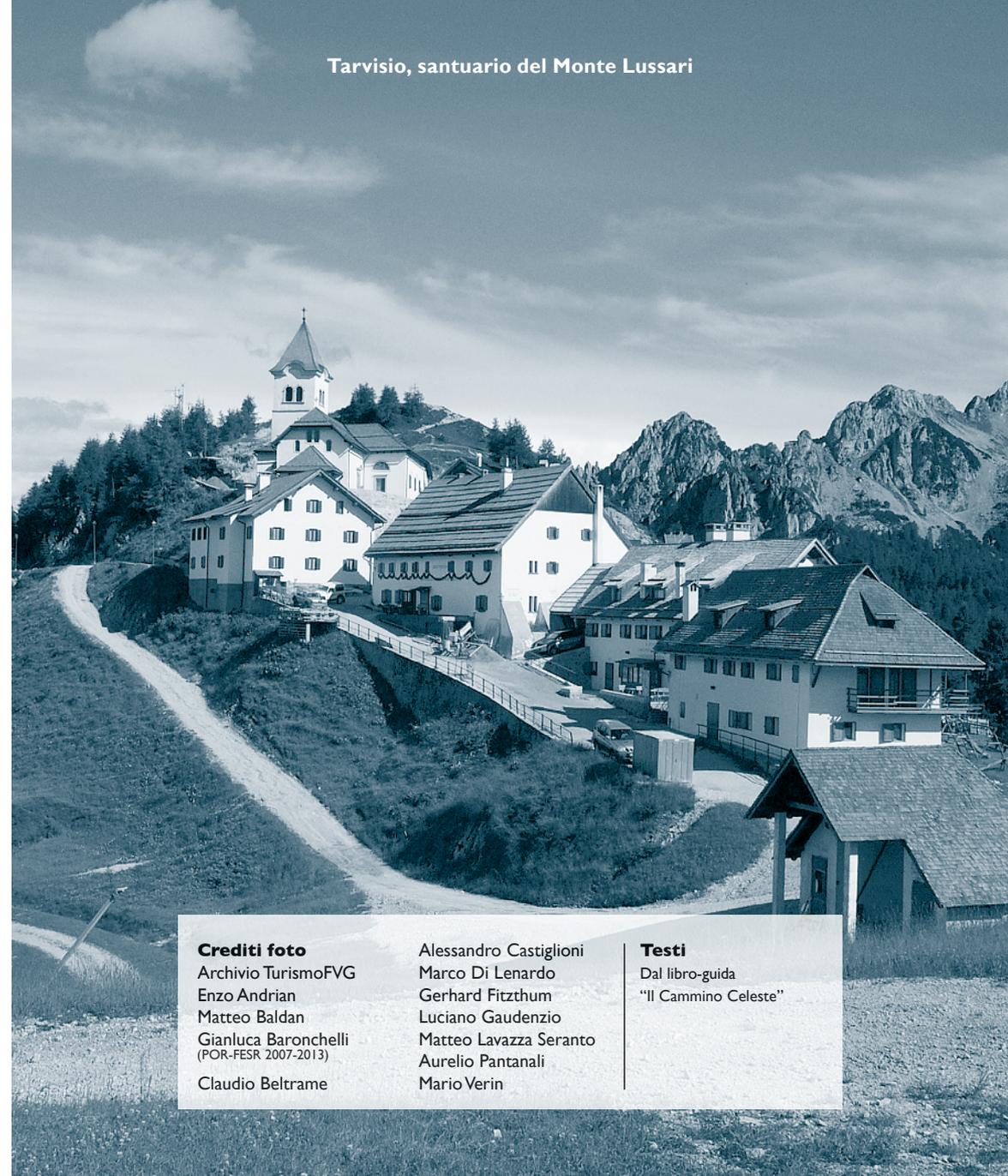
Il ramo austriaco del Cammino Celeste conduce i pellegrini da Maria Saal a Monte Lussari passando

per Klagenfurt, Maria Worth, Arnoldstein e Coccau.

Maria Saal è gemellata con Aquileia e le due località sono unite anche da una via di pellegrinaggio a piedi, una via sperimentata, viva. Questo è un motivo in più per considerare i due rami del Cammino Celeste come "un unico cammino", o, meglio, parte di un grande cammino che lega tutti i luoghi santi.

I rami sloveno e austriaco del Cammino Celeste, non sono ancora attrezzati in modo tale da essere percorsi in modo organizzato.

Tutti gli aggiornamenti sull'evoluzione del loro stato sono disponibili comunque sul sito del Cammino Celeste: www.camminocelste.eu.



Crediti foto

Archivio TurismoFVG
Enzo Andrian
Matteo Baldan
Gianluca Baronchelli
(POR-FESR 2007-2013)
Claudio Beltrame

Alessandro Castiglioni
Marco Di Lenardo
Gerhard Fitzthum
Luciano Gaudenzio
Matteo Lavazza Seranto
Aurelio Pantalani
Mario Verin

Testi

Dal libro-guida
"Il Cammino Celeste"



FRIULI VENEZIA GIULIA

Realizzato nell'ambito del progetto interregionale di sviluppo turistico, L. 29/6/2006 – art. 1, comma 1227 - "Itinerari della fede - Cammini di fede", col finanziamento del Dipartimento per lo sviluppo e la competitività del turismo, Presidenza del Consiglio.

FRIULI VENEZIA GIULIA

Agenzia Turismo Friuli Venezia Giulia

Villa Chiozza, Via Carso 3 – 33052 Cervignano del Friuli (Ud)
T. +39 0431 387111 – F. +39 0431 387199
info@turismofvg.it – Numero Verde 800 016 044

Il Cammino Celeste unisce Aquileia, sede titolare di un glorioso patriarcato dalla storia millenaria, al Monte Lussari, nel cuore delle Alpi Giulie, sulla cui cima è stato edificato un Santuario Mariano; lungo circa 200 chilometri, si percorre orientativamente in dieci giorni, soprattutto su strade sterrate, viottoli di campagna e sentieri di montagna.

Il Cammino permette all'escursionista di ammirare l'incantevole paesaggio del Friuli Venezia Giulia in tutte le sue trasformazioni, dal mare fino ai monti.



Stampato su carta riciclata
100% biodegradabile