PELLEGRINAGGIO AD ASSISI

Sui passi San Francesco, Santa Rita e San Benedetto
Con visita alle cascate delle Marmore

(4 giorni/3 notti)

DIOMIRA TRAVEL srl
Via Ada Negri, 20 – 20060 Pessano con Bornago – Milano
Tel. 02-39560841 – Fax 02-39622463 – info@diomiratravel.it
Autorizzazione nr.197716 provincia di Milano – P.I./C.F. 06617910960
www.diomiratravel.it

1° giorno:

LOC. DI PARTENZA – LA VERNA – ASSISI
Ritrovo dei Signori partecipanti in sede, sistemazione sul pullman GT e partenza per il santuario francescano della Verna (provincia di Arezzo). Costruito nella parte meridionale del monte Penna; a 1128 metri di altezza, il santuario ospita numerose cappelle e luoghi di preghiera e raccoglimento, oltre a diversi punti di notevole importanza religiosa. Arrivo nel luogo dove San Francesco ricevette le stimmate, pranzo nel ristorante del convento. Nel pomeriggio visita guidata da un frate francescano al convento dei francescani con la chiesetta di S. Maria degli Angeli, il primo nucleo del convento; la Basilica Maggiore, dedicata alla Madonna Assunta; la Cappella delle Stimmate, cuore del santuario, sorta sul luogo dell'evento miracoloso; infine il corridoio delle Stimmate dove si svolge dal 1431 la processione giornaliera. Celebrazione della S. Messa. Al termine trasferimento ad Assisi, sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

2° giorno:

ASSISI – EREMO DELLE CARCERI – SAN DAMIANO – ASSISI
Prima colazione in hotel. Al mattino trasferimento nella parte alta di Assisi e celebrazione della S. Messa presso la Basilica di S. Francesco. A seguire incontro con la guida e visita della Basilica Superiore ed Inferiore. Passeggiata con la guida nel centro storico, attraversando la Piazza del Comune, fino ad arrivare alla Cattedrale di S. Rufino ed alla Basilica di Santa Chiara. Rientro in hotel per il pranzo. Nel pomeriggio escursione all'Eremo delle Carceri, immerso in un fitto bosco di querce e lecci sulle pendici del Subasio, luogo in cui San Francesco e i suoi seguaci si ritiravano per pregare e meditare. L'Eremo sorge nei pressi di alcune grotte naturali, frequentate da eremiti già in età paleocristiana. L'escursione proseguirà al Convento di San Damiano, sorto intorno all' oratorio nel quale la tradizione vuole che il Crocifisso abbia parlato al Santo, esortandolo a sistemare la chiesa fatiscente. Nel 1212 vi si insediò S. Chiara con le sue compagne e nel 1224-25 S. Francesco vi compose il Cantico delle Creature. Cena e pernottamento in hotel.

3° giorno:

ASSISI – SANTA MARIA DEGLI ANGELI – CASCATA DELLE MARMORE – NORCIA – CASCIA
Prima colazione in hotel. Al mattino celebrazione della S. Messa presso la Basilica di S. Maria degli Angeli. Breve visita libera della Basilica con la Porziuncola, piccola chiesa all'interno della basilica, dove San Francesco comprese la sua vocazione, accolse santa Chiara e i primi frati, ricevette il Perdono di Assisi. A seguire escursione alle meravigliose Cascate delle Marmore, opera artificiale di sistemazione idraulica dovuta ai Romani; il fiume Velino, infatti, si allargava negli anni precedenti il 290 a.C. in una vasta zona di acque stagnanti, paludose e malsane. Allo scopo di far defluire queste acque, il console Curio Dentato fece scavare un canale che le convogliasse verso la rupe di Marmore, e da lì le facesse precipitare, con un balzo complessivo di 165 metri, nel sottostante alveo del fiume Nera. Pranzo in ristorante. Proseguimento per Norcia, città inserita nel cuore dell'Appennino umbro-marchigiano, in un sublime scenario naturalistico del Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Piccolo centro di antiche origini sabine poi

romane, passeggiando per i caratteristici vicoli si respira il senso di grande ospitalità e di profonda spiritualità di questo piccolo borgo. In questa terra nacque nel 480 a.c. S. Benedetto da Norcia, patrono d'Europa. La Regola benedettina e le abbazie hanno contribuito, sin dal Medioevo, a creare i presupposti della moderna identità europea. Nel territorio di Benedetto ancora oggi è possibile osservare il paesaggio quasi come il Santo lo conosceva, e altrettanto vicino alla realtà del V secolo è il silenzio che domina in questi luoghi, soprattutto in alcuni momenti della giornata. Purtroppo, questi luoghi sono stati gravemente danneggiati durante il terremoto del 2016: la Basilica, fondata sul luogo della casa dei genitori, è crollata, così come la cattedrale e le chiese di Santa Rita e San Francesco. Con il supporto di una guida locale potrete comunque visitare quello che resta di questi splendidi monumenti. Con la vostra visita potrete aiutare la realtà locale, che vive un periodo di grosse difficoltà. Norcia è rinomata anche per le sue prelibatezze gastronomiche a base di carni di maiale, abilmente lavorate da quelli che non a caso sono chiamati "norcini", oltre ad essere famosa per quello che è conosciuto da tutti come "l'oro nero": il pregiato tartufo nero di Norcia. Al termine si raggiunge Cascia, sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

4° giorno:

CASCIA – ABBAZIA DI VALLOMBROSA – LOC DI PARTENZA

Prima colazione in hotel. Al mattino visita dei luoghi di Santa Rita: il Monastero, dove la Santa visse servendo Dio e la comunità con una vita povera, spesa nella preghiera e nell'esecuzione di lavori manuali. Celebrazione della S. Messa. Partenza per il viaggio di rientro con sosta alla Abbazia di Vallombrosa. Fondata intorno all'anno Mille, è un'oasi di fede e pace immersa in un bosco. L'Abbazia **è** situata proprio nella splendida foresta creata e curata nei secoli dai monaci e dichiarata nel 1973 Riserva Biogenetica Naturale. Pranzo in ristorante. Proseguimento per il viaggio di rientro con arrivo previsto in serata.