



Equipes Notre-Dame

Il silenzio custodisce il mistero

Ritiro del silenzio - Santuario della Guardia

17 e 18 maggio 2025

**In cammino
intorno al santuario**

Il ritiro e i sentieri del monte Figogna

La meditazione personale (o anche in dialogo e compagnia) è un elemento essenziale del ritiro. La soluzione semplice è ad esempio restare sul piazzale del santuario, oppure recarsi in chiesa o nella cappella, o ritirarsi in camera.

Per chi lo desidera, c'è la possibilità di meditare passeggiando lungo i sentieri che si estendono attorno al Santuario. Questa piccola nota serve proprio per questo, e descrive i sentieri “al contrario”, cioè, partendo dal Santuario e scendendo (per poi risalire).

Indicazioni pratiche



E' bene avere delle scarpe adeguate, meglio se da trekking. Anche se si tratta di un percorso facile è comunque dissestato, può essere fangoso e scivoloso.



In zona ci sono attività sportive di mountain bike, tenetene conto, meglio evitare di percorrere le discese più ripide.



Se sei abituato a bere mentre cammini, portati una borraccia, ci sono poche fonti in zona.



Occorre tenere conto delle condizioni atmosferiche, pioggia, caldo, freddo, vento



Considera che per risalire al santuario impiegherai facilmente un tempo doppio di quello che hai impiegato a scendere.

Per esempio, se scenderai per 20 minuti la risalita potrebbe prendere altri 40.



Attenzione alle zecche, meglio rimanere su sentieri ampi e non infilarsi nella vegetazione fitta. Meglio usare pantaloni lunghi e calze, una tecnica è di infilare il bordo inferiore dei pantaloni nelle calze



Il Santuario si trova a 806 metri di altezza sul livello del mare.

Il sentiero dei misteri del rosario

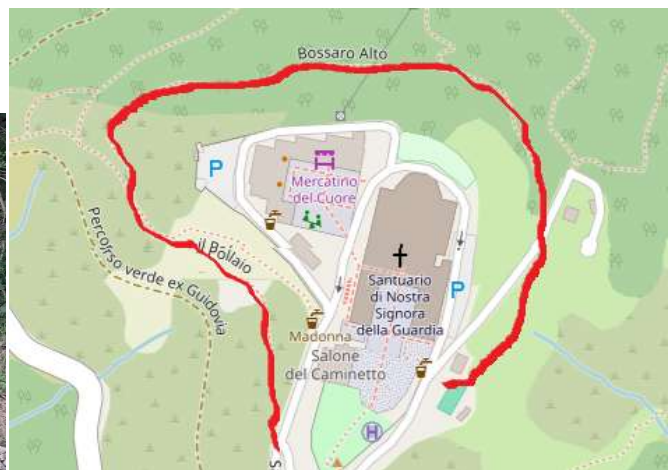
Percorso semplice e pianeggiante, attrezzato con cinque stazioni per i cinque misteri. Contorna il Santuario percorrendo un semicerchio che lo avvolge dal lato settentrionale, tenendosi circa 40 metri sotto la cima del monte Figogna. Sulla cartina è riportato con l'indicazione "Bossaro Alto".

Inizio: lungo l'ultima rampa stradale asfaltata che sale al santuario, sulla sinistra parte il sentiero pianeggiante (vedi foto), sul versante ovest, in direzione nord.



Dopo poche decine di metri si incrocia il sentiero che scende verso Lencisa, per i misteri del rosario si prosegue in piano. Si prosegue sempre in direzione nord, poi est e infine sud, tutto intorno e dietro il santuario, per tutte e cinque le stazioni, fino a terminare all'estremità sud-orientale del piazzale antistante il santuario

E' bene non inoltrarsi nelle discese dal sentiero, che sono piste da ciclocross.



Il sentiero delle beatitudini

Breve percorso lungo le pendici sud-ovest Monte Figogna, che si ispira alle beatitudini del Vangelo, che sono rappresentate in una serie di cartelli.

Inizio: il sentiero parte dalla cappella dell'apparizione, scendendo in direzione di Genova su scalinate consolidate con tronchi e anche alcune ringhiere in legno. Il segnavia sono due triangoli rossi.



Scendendo oltre i cartelli si arriva se lo si desidera fino ad incrociare di nuovo la strada asfaltata principale di accesso al santuario,

Il sentiero proseguirebbe verso il basso in direzione di San Bernardo e Geo (frazioni del Comune di Ceranesi) per poi scendere ancora fino al fondo della Val Polcevera all'altezza di San Biagio.

Al pellegrino che saliva a piedi al santuario, dopo più di un'ora di cammino partendo dal fondovalle, in prossimità della Cappella dell'Apparizione si presentava il tratto finale, il più ripido e impervio di tutto il percorso, che chiamiamo oggi Sentiero delle Beatitudini.

I nostri avi immaginando che questo ultimo ostacolo fosse stato messo lì apposta per scoraggiare anche il pellegrino più tenace lo chiamarono Sentiero del Diavolo.

Oggi il sentiero è stato reso più agevole ed è sembrato opportuno togliere quel riferimento, poco consono alla santità del luogo: è stato deciso di chiamarlo Sentiero delle Beatitudini e l'apposizione lungo lo stesso di lastre di pietra con incise le beatitudini evangeliche vuole essere un invito al pellegrino ad avvicinarsi al Santuario abbandonando le logiche di questo mondo per rifarsi invece alle logiche evangeliche.

Le due denominazioni, quella antica di Sentiero del Diavolo e quella più recente di Sentiero delle Beatitudini così estreme l'una all'altra perché ogni radicale scelta evangelica nello spirito delle Beatitudini scatena comunque la lotta col nemico di Dio e dell'uomo, il Diavolo.

L'antica guidovia

Dal 1929 al 1967 è stato possibile salire alla Guardia tramite la “guidovia”, una sorta di tram mosso da motori a scoppio montati sulle carrozze, le quali percorrevano appunto un binario in salita simile a quello del tram, che partiva dalla val Polcevera e saliva lungo il versante settentrionale della montagna. I mezzi avevano ruote di gomma piena e salivano lungo i binari metallici fissati al terreno dal cemento. A volerla e finanziarla fu l'imprenditore piacentino Carlo Corazza in segno di devozione per grazia ricevuta. Negli anni '60, con la realizzazione della strada carrabile, con la diffusione delle automobili e delle corriere, non c'erano più le condizioni economiche di esercizio e la guidovia fu dismessa.



Lungo questo percorso, seguendo gli evidenti binari, è impossibile perdersi, è ampio e con una pendenza contenuta, con vasti tratti in ombra.

Inizio: la stazione superiore della guidovia, con il caratteristico arco in metallo (vedi foto), si trova sul versante occidentale del Monte Figogna, in prossimità della cappella dell'Apparizione, subito accanto alla strada.

Scendendo verso nord con destinazione il fondovalle, si incrocia prima il sentiero che scende a Lencisa, poi si arriva ad una stazione con scambi, quindi alla Casa Bianca (ruderi

a valle del percorso) e poco sotto ad una Galleria, dalla quale tramite traccia di sentiero si può anche in altri 10 minuti scendere alla Cappelletta della Sosta (vedi anche sentiero verso Gaiazza).

Se si proseguisse ancora si scenderebbe fino in fondovalle.



Il sentiero verso la Trattoria del Bossaro e Lencisa

Sul fianco ovest del monte Figogna arriva un sentiero che raccoglieva pellegrini da molte parti: Sestri Ponente e Pegli, San Carlo di Cese e Borzoli, Bolzaneto passando a sud della cima, Torbi (Cerano) e Praglia passando da Lencisa, Murta e Monte Gazzo. L'ultimo tratto comune parte dalla Trattoria del Bossaro, 730m slm, chiusa da molti anni.

Inizio: sul lato occidentale del Santuario, accanto ad una caratteristica statua della Madonna.



Il sentiero scende in direzione ovest, attraversa prima il sentiero dei

misteri del rosario e più sotto la guidovia. Continuando a scendere piega verso sinistra, in direzione della strada asfaltata che sale poco sotto. Anche il sentiero diventa a questo punto asfaltato, memoria di un antico tracciato carrabile, piega adesso a destra e giunge alla Trattoria del Bossaro. Con un ulteriore cammino si potrebbe raggiungere Lencisa, oppure l'Osteria dello Zuccherero.

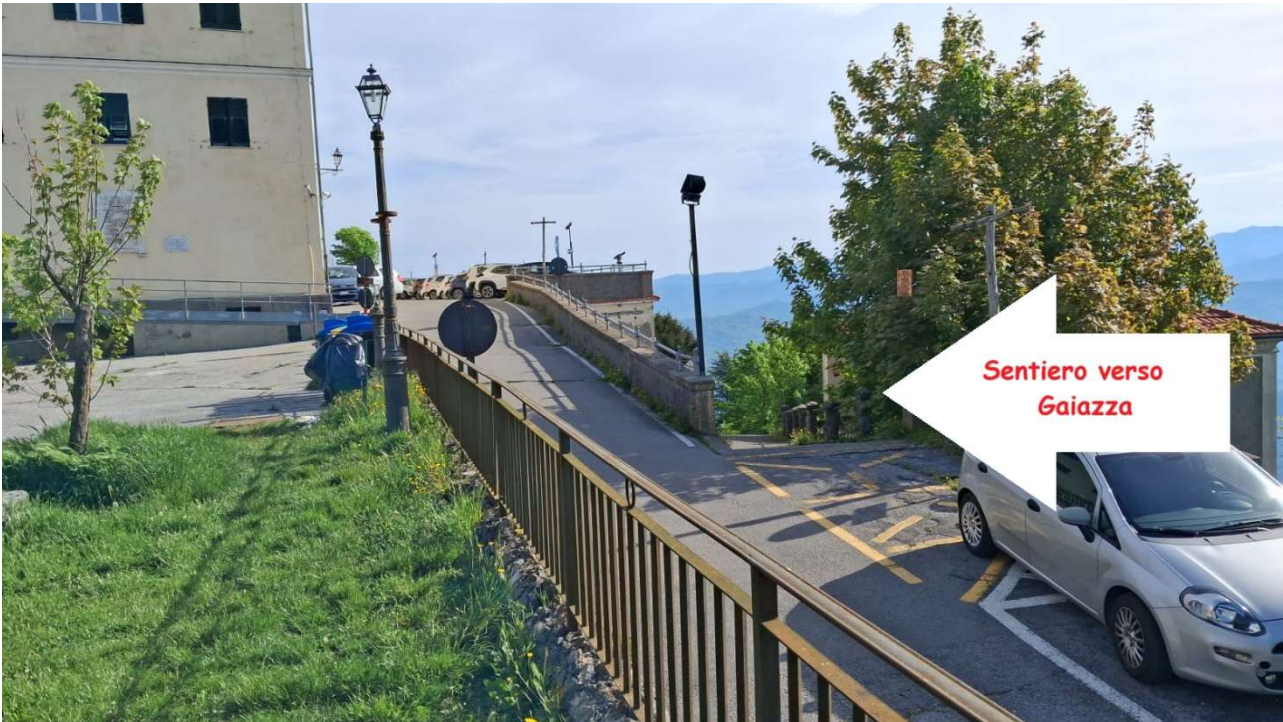


Tornando dalla trattoria del Bossaro, in alternativa al ritorno diretto al santuario, se si vuole fare un percorso ad anello si prende un sentiero a sinistra, che taglia il versante nord del monte Figogna in leggera salita, e in 15 minuti raggiunge il percorso della guidovia, con cui si raggiunge la cima

L'antico sentiero verso Gaiazza

E' l'antico accesso principale che sale da Pontedecimo attraverso la località Gaiazza.

Inizio: sul lato orientale del piazzale antistante il santuario scende una strada carrabile, il segnavia è costituito da due cerchi pieni rossi. Dopo poche decine di metri una targa sulla sinistra recita "Cranesi, sentiero alpino".



Il sentiero prosegue nella discesa decisa nel bosco, diventa sterrato, si mantiene ampio, e arriva poco sotto ad incontrare la guidovia in corrispondenza dei ruderi denominati "casa bianca". Scendendo ancora si può raggiungere la galleria della guidovia e per un sentiero che scende la Cappella della Sosta. E' possibile risalire al Santuario lungo il percorso della guidovia completando così un anello.



Il cristiano è sempre in cammino

Il Signore invia i suoi discepoli, chiede loro di andare avanti; e questo significa che il cristiano è un discepolo del Signore che cammina, che va sempre avanti: “Non si può pensare a un cristiano fermo: un cristiano che rimane fermo è ammalato, nella sua identità cristiana, ha qualche malattia in quella identità”.

Il cristiano è discepolo per camminare, per andare.

Ma il Signore alla fine di un salmo dice: “Andate in tutto il mondo e proclamate il Vangelo”.

Andate. Camminate.

Ecco: un primo atteggiamento dell’identità cristiana è camminare, e camminare anche se ci sono difficoltà, andare oltre le difficoltà”.

Il cristiano, dunque, “cammina” e “se ci sono difficoltà, va oltre, per annunciare che il Regno di Dio è vicino”.