

# Umbria, cuore verde d'Italia

Alla scoperta di Montefalco, Trevi, Spoleto e Narni.

di MARIO RISTORI



Sempre più al centro non solo dell'Italia, ma anche delle attenzioni di un turismo colto e amante dei ritmi pacati di questi luoghi un po' fuori dal tempo, di borghi attaccati alle pendici delle verdi colline e di sapori dimenticati, l'Umbria sta scoprendo da tempo una sua naturale vocazione all'accoglienza che stupisce e meraviglia anche il visitatore frettoloso e superficiale.

Ma mentre una visita in Umbria non lascia traccia in chi non sa cogliere i tratti essenziali di questa terra di tradizioni e di santi, in altri tocca tasti che ridestano una voglia di scoperta e di ricerca fuori dal comune.

Anche per questo in Umbria si torna volentieri, perché nonostante tutto e pur senza una metà precisa si riesce sempre a trovare un punto e un posto dove dare un senso alla vacanza o a un semplice week end.

Con questo spirito siamo partiti l'ultima volta, senza una metà precisa, ma seguendo l'istinto che ci ha portati prima a Montefalco, poi nella vicina Trevi, per proseguire poi in direzione di Spoleto e concludere a Narni.

## Montefalco

Un falco su sei monti, questo è rappresentato nello stemma del borgo umbro, a conferma del suo nome che è anche un omaggio a Federico II, appassionato di caccia al falcone, che qui soggiornò tra il 1249 e il 1250.

Ma il toponimo con il quale fu identificato il sito pare sia stato, in età romana, Coccorone, originato dalla presenza di numerose ville patrizie tra le quali quella di Marco Curione.

Nel XII secolo l'insediamento sul colle fu cinto da mura a difesa del castello e degli edifici religiosi, ma successivamente venne devastato dalle truppe di Federico II in lotta con Papa Innocenzo IV.

In seguito si insedia a Montefalco la curia del Ducato di Spoleto, mentre nel periodo dal 1383 al 1439 è la chiesa e poi i Trinci di Foligno a padroneggiare il borgo.

Dal 1446 Montefalco ritorna sotto l'autorità della Santa Sede che prima le riconosce l'autonomia di governo, poi le concede il titolo di città nel 1848.

Successivamente la sua storia si intreccia, con l'Unità d'Italia, a quella nazionale.

Rinomato per la vista che si gode dal suo Belvedere che gli ha valso il nome di "ringhiera dell'Umbria", è posto in splendida posizione e conosciuto per le uve di sagrantino e l'olio che si produce nella zona.