



www.beborghi.com

a blog by Valentina Borghi

COSA VEDERE A ROMA IN 1 GIORNO

Cosa vedere a Roma in 1 giorno. "Rome wasn't built in a day", ma se avete solo un giorno a disposizione..vi aiuterò a sfruttarlo al meglio!

Spesso mi chiedete consigli su Roma, la mia incredibile città natale, ed è sempre difficile per me pensare a cosa non si può non vedere la prima volta che ci si va, la scelta è dura e ardua.

Sarà il classico modo di dire, ma Roma è veramente un museo a cielo aperto, come nessuna altra città del mondo. Passeggiare per Roma significa fare un salto nel passato, al tempo dei romani prima, poi nel medioevo, nel rinascimento, nel barocco e..in minima parte, nell'era moderna. Una città che, nel bene e nel male, è rimasta immutata nei secoli, piena di contrasti, caotica, rumorosa, ma vera e sincera come poche.

L'itinerario che vi propongo parte all'alba e finisce a tarda sera, è lungo più o meno 7/8 km che dovrete percorrere a piedi. Siete pronti?

(a Roma dimenticatevi di usare autobus o metro, potreste metterci il doppio del tempo e vi perdereste tante cose meravigliose!).

Alba sul Gianicolo

Un must per tutti i romani ma non solo. Ci si viene da adolescenti con il fidanzatino/a, il 1° dell'anno dopo la ballata di capodanno, ma ogni occasione è buona per vedere Roma illuminarsi di rosso con i primi raggi del sole che sorge proprio lì davanti, dietro i castelli romani. Non so quante volte ci sono stata! L'appuntamento è in piazzale Giuseppe Garibaldi, lo stesso piazzale del Gianicolo su cui è posto il famoso cannone che, dal 1904, spara a salve ogni giorno a mezzogiorno in punto.

San Pietro e i Musei Vaticani

Da qui, in circa 20', arriverete in zona San Pietro. Dopo una colazione rinvigorente in un bar nei vicoli medievali di Borgo Pio, entrate nella basilica (2a ormai) più grande del mondo. San Pietro è immensa e, indipendentemente dalla vostra fede religiosa, lascia letteralmente senza fiato. Alla sua costruzione contribuirono, tra gli altri, Bramante e Raffaello, ma è considerata soprattutto il capolavoro di Michelangelo che concepì la cupola e la commovente "Pietà" (che troverete proprio all'inizio della navata destra). Piazza San Pietro, con il magnifico colonnato progettato dal Bernini, non è da meno. Da lì spostatevi ai Musei Vaticani: la prenotazione anticipata del biglietto è d'obbligo se non volete fare ore di coda (si può fare comodamente on-line del sito dei Musei). È un peccato vedere i Musei Vaticani in poche ore (una visita approfondita richiederebbe almeno 2 giorni!), ma credo che non si possa prescindere dalla vista della Cappella Sistina e delle stanze di Raffaello. I Musei sono molto ben organizzati, ci sono diversi itinerari segnalati per chi ha poco tempo e può vedere solo il meglio della collezione. Le cosiddette stanze di Raffaello costituivano l'appartamento privato di papa Giulio II e le sue pareti furono affrescate in buona parte da Raffaello, appunto: dire che sono belle è un eufemismo! Ma è la Cappella Sistina che vi lascerà letteralmente senza parole. È considerata, a ragione, uno dei più grandi capolavori dell'umanità e, anche se avrete visto mille foto dei suoi affreschi, trovarvela davanti agli occhi avrà tutto un altro effetto. Dopo il recente restauro che ha richiesto ben 10 anni, negli affreschi è tornata la vivacità dei colori originali.

Quando uscirete da lì con gli occhi ancora a forma di cuore vi sarà venuta anche fame. Qui vi do 2 possibilità: un pranzo/brunch a La Veranda (il ristorante con volta affrescata che si vede anche ne "La grande bellezza" di Sorrentino, da prenotare con anticipo) o un pasto più rapido a base di specialità romane: la pizza a taglio e il

gelato. Sì, lo so che il gelato è ovunque in Italia, ma a Roma, più che in altre città, ci sono gelaterie veramente eccelse.

Castel Sant'Angelo e il "suo" ponte

Dirigetevi poi verso il lungotevere e noterete subito Castel Sant'Angelo. Nato come mausoleo di Adriano, nel VI secolo fu trasformato in una fortezza per i papi e ancora oggi conserva il famoso "passetto", un passaggio segreto che lo collega a San Pietro attraverso il quale i papi si sarebbero potuti rifugiare all'interno della fortezza. Non avrete il tempo, ma se mai vi capiterà in un altro momento, entrate a visitare il museo che si trova la suo interno e, soprattutto, andate sulle terrazze da cui si gode una vista magnifica sui tetti di Roma. Lasciate Castel Sant'Angelo attraversando il ponte degli Angeli, così chiamato dalle tante sculture degli angeli che vi si trovano, tutte scolpite da allievi del Bernini.

Piazza Navona e il Pantheon

Alla fine del ponte prendete via dei Coronari per raggiungere Piazza Navona. Neanche a dirlo, anche questa piazza ha origini romane e il suo nome deriva proprio dal fatto che veniva allagata per permettere lo svolgimento di finte battaglie navali. Ha ospitato per almeno 3 secoli il mercato principale della città e oggi ospita saltimbanchi, pittori, cartomanti e altri personaggi in cerca di turisti da acchiappare. Non perdetevi la stupenda fontana dei Quattro Fiumi del Bernini e, subito di fronte, la chiesa di Sant'Agnese in Agone progettata dal Borromini.

Da lì dirigetevi nella mia piazza preferita di Roma: piazza del Pantheon. Il Pantheon è di una bellezza disarmante, sia visto da dentro che visto da fuori; la sua cupola è la più grande opera architettonica della Roma antica e fu addirittura imitata da Michelangelo per la costruzione della cupola di S. Pietro! Inizialmente un tempio romano, fu consacrato come chiesa nel 609 D.c. e al suo interno troverete le imponenti tombe di Vittorio Emanuele II, Umberto I e Raffaello. Subito dietro piazza del Pantheon passate a visitare anche Piazza della Minerva con la famosa statua dell'elefantino (un obelisco egizio originale portato in spalla da un elefantino di marmo bianco) e la Chiesa di S. Maria Sopra Minerva che conserva alcuni affreschi superbi di Filippino Lippi e una scultura di Michelangelo. In questa zona si trovano anche i 2 bar/torrefazioni più buoni e famosi di Roma: la Casa del Caffè Tazza d'Oro e il Caffè Sant'Eustachio, assolutamente da non perdere! Se fate questo itinerario in estate, al posto del classico espresso, è d'obbligo una granita al caffè con panna.

<http://www.tazzadorocoffeeshop.com/>

<http://santeustachioilcaffe.it/>

Piazza Colonna e Fontana di Trevi

Prendete via del Seminario per uscire da Piazza del Pantheon, passate davanti a Montecitorio (che riconoscerete molto facilmente) per arrivare a Piazza Colonna. Al centro della piazza non potrete non notare la bellissima Colonna Antonina, alta 30 metri, ornata di magnifici bassorilievi che raccontano le battaglie condotte contro le tribù germaniche. Da qui, se sentite di avere ancora tanta forza nelle gambe, potete fare una deviazione per visitare Piazza di Spagna con la famosa scalinata, oppure proseguire dritto per raggiungere Fontana di Trevi. Resa celebre da Fellini nel film La Dolce Vita, questa fontana è la più grande e stravagante di Roma. Incastonata sulle pareti di un palazzo, l'usanza vuole che si debba gettare una moneta nella fontana, rigorosamente girati di schiena, per assicurarsi di tornare a Roma. Rispetto alle dimensioni della fontana, la piazza è minuscola e super affollata di turisti, ma non si può non prescindere da questo rituale. In realtà il momento migliore per vederla sarebbe la sera tardi o la notte, quando è magnificamente illuminata (è stata restaurata da pochissimo e il marmo bianco è tornato a risplendere) e la piazza è deserta.

Piazza del Campidoglio e il Vittoriano

Ritornate su Via del Corso e percorretela fino a Piazza Venezia, dove si staglierà davanti ai vostri occhi il monumentale Vittoriano. Progettato nel 1885 per commemorare l'Unità d'Italia, oggi è dedicato al Milite Ignoto. Salite fino alla terrazza in cima (la scalinata è aperta dalle 9:30 alle 17:30) per avere una stupenda vista su Roma, quasi a 360 gradi. Da qui spostatevi nell'adiacente Piazza del Campidoglio, che ospita il Comune di Roma e i Musei Capitolini. La piazza e gli edifici che vi si affacciano furono progettati da Michelangelo ed è considerata, a ragione, una delle piazze più belle di Roma. Concentratevi, in modo particolare, sul magnifico motivo della pavimentazione. Uscite dalla piazza imboccando Via di S. Pietro in Carcere (passerete sotto la famosa scultura della lupa che allatta Romolo e Remo, simbolo della città) che vi condurrà direttamente su Via dei Fori Imperiali.

Foro Romano e Colosseo

Purtroppo non avrete il tempo di entrare nel Foro Romano, ma passeggiando lungo via dei Fori Imperiali riuscirete comunque a farvi un'idea di cosa potesse significare vivere a Roma ai tempi di Cesare o Augusto. Partendo da Piazza Venezia, subito sulla sinistra vi apparirà il Foro di Traiano, con la magnifica colonna omonima, e i Mercati di Traiano, una versione antica dei moderni centri commerciali. L'edificio è a 3 piani e ospitava botteghe. Non so bene perchè, ma è uno posto che continua ad affascinarci moltissimo e ci passo tutte le volte che torno a Roma. Proseguendo sempre sul lato sinistro troverete il Foro di Augusto, il Foro di Nerva, il Foro di Vespasiano e il Foro di Cesare; costruiti tra il 42 a.C. e il 112 d.C. perchè i fori esistenti non erano più sufficienti alle necessità dell'impero. Esattamente di fronte, sull'altro lato della via, vedrete il cuore dell'antico foro con la curia, la piazza del foro e quello che resta degli edifici amministrativi più importanti dell'antica Roma. Man mano che vi avvicinate al Colosseo non potrete non notare, sulla destra, l'imponente Basilica di Massenzio, che ispirò tutti gli architetti del Rinascimento, Michelangelo incluso. Era l'edificio più grande del foro, qui venivano trattati gli affari e amministrata la giustizia. Sulle pareti esterne della basilica soffermatevi a vedere le 4 grandi mappe che descrivono l'espansione dell'impero romano fino al 117 d.C. Ormai ci siete, il Colosseo è proprio davanti a voi! Il monumento che più di tutti rappresenta Roma nonchè uno dei più famosi del mondo. Questo gigantesco anfiteatro, in cui i gladiatori combattevano fino all'ultimo sangue e i prigionieri condannati a morte lottavano contro i leoni, continua ad emozionare grandi e piccini sin dall'80 d.C., quando fu inaugurato dal figlio di Vespasiano.

Tramonto dal Giardino degli aranci e cena a Trastevere (o Testaccio)

Circumnavigate il Colosseo (fermatevi a vedere il bellissimo Arco di Costantino) e prendete via di San Gregorio fino a raggiungere il Circo Massimo. Non vi aspettate nulla di chè perchè non resta quasi nulla di quello che fu lo stadio più grande di Roma, vedrete un grande pratone ellittico e immaginate che riusciva ad ospitare fino a 200.000 spettatori!

Impiegate le ultime forze per salire fino al Giardino degli Aranci sull'Aventino e godervi uno dei tramonti più belli della città. Se la trovate aperta (chiude alle 19) entrate nella Basilica di Santa Sabina che si trova esattamente all'ingresso del giardino.

Stanchissimi ma felici (almeno si spera) vi sarete meritati una cena imperiale a base di amatriciana o carbonara a Testaccio o Trastevere (si trovano entrambi a meno di 1km dall'uscita del giardino). Per la scelta del ristorante potete far riferimento all'articolo Ristoranti a Roma

<http://beborghi.com/ristoranti-roma-magnamoselaunasciocchezzaognitano/>