

# Un pellegrino sul cammino di san Benedetto

## Prologo

Ci risiamo... la necessità di fare dei cammini è più forte di ogni altra cosa. Anche stavolta molte incertezze e dubbi in questo cammino.

Il primo dubbio?

Inizio a camminare il 1° di agosto che di per se promette bene con la stagione, ma mi fa correre il rischio di non trovare ospitalità, soprattutto nelle tappe che vedono piccoli paesi come punto di arrivo, dove ci sono solo pochi B&B o altri punti di sosta, il rischio di passare una notte sotto un portico o fac simile è concreto.

Ma poco importa. Una cosa l'ho imparata in tutti i miei cammini: non c'è tanto da calcolare, pensare, fare, progettare... ma sempre e solo affidarsi alla Provvidenza. Sarà lei a stabilire nei particolari il come il dove il perchè... io ho un altro compito più semplice. Camminare con gioia e per Gioia.

In più questo è un cammino che ha a che fare con il mio nome. Infatti mi chiamo Mauro e san Mauro era un discepolo diretto di san Benedetto. Ed ora un altro Mauro, sicuramente meno santo, riprenderà i passi di questo frate che oltre 1500 anni fa fondò il monachesimo come lo intendiamo oggi e la prima idea di Europa. Idea credo molto diversa dall'Europa che stanno cercando di creare.

La regola benedettina:

"ascolta, figlio, i precetti del maestro, porgi attento il tuo cuore, ricevi di buon animo i consigli di un padre che ti vuole bene e mettili risolutivamente in pratica, per tornare alla fatica dell'obbedienza a Colui dal quale ti eri allontanato per l'accidia della disobbedienza"

31 Luglio 2015

Si parte in treno da Salsomaggiore, proprio da casa.

Viaggio di 5 ore circa con intercity fino a Spoleto e da lì in pullman fino a Norcia, inizio ufficiale del cammino.

Unico particolare, arriverò (sto scrivendo in treno) a Spoleto alle 00.09 e il pullman c'è alle 6.30 del mattino. Quindi.... tanta pazienza e un poco di riposo nella sala di attesa della stazione Spoletina. Spero di dormire un poco.

Inizio del viaggio anomalo, ma il percorso e le mie ferie non mi permettono di fare altrimenti.

La prima tappa breve e pianeggiante, 18 km circa fino a Cascia dove ho deciso di fermarmi per riposare e partire di gran lena il giorno dopo.

Ora cullato dal pendolar del treno provo a dormire un poco.

Buonanotte gente

Buonanotte pellegrini del mondo.

31 Luglio 2015 bis

Esatto, bis ovvero quello che credevo non è stato vero.

Alla stazione di Spoleto la porta della sala d'attesa è chiusa e riaprirà solo alle 4.30 del mattino. Questo ha significato semplicemente una cosa: ho dormito su una panchina in simil marmo della stazione e sopra di me il tetto più grande che c'è. Il cielo.

Tra un socchiudere gli occhi, un poco di musica e un paio di chiamate al lavoro, arrivano le 4.30. Entro nella sala d'attesa, ma ormai non si dorme più e presto, dai vetri della stazione, le luci dell'alba hanno iniziato ad apparire.

01 Agosto 2015

Arrivano le 5.30, apre il bar della stazione e quindi un cappuccino caldo è quello che ci vuole per confortare un poco le ossa della nottata all'aperto.

Arriva il pullman, puntuale, alle 06.55 salgo e in meno di un'ora sono a Norcia. Lì entro nelle mura e faccio un giretto per la città, ma cosa più importante, riesco a far fare il timbro sulla credenziale dai frati Benedettini.

Ora posso aprire le bacchette e uscendo da Porta Ascolana iniziare ufficialmente il cammino. Sono le 08.30 del primo Agosto.

I primi km sono semplici, su strada asfaltata prima e poi ghiaiosa, in piano.

Le nuvole basse coprono i monti che circondano la piana di Santa Scolastica, ma da dietro le nuvole il sole sembra chiedere il permesso di passare. Infatti raggiungo il paese di Piediripa ed ecco che l'azzurro squarcia il cielo e il sole estivo si fa sentire sulla mia testa con tutto il suo calore. E' il momento del cappellino.

Inizio a salire oggi, circa 500 mt di salita, tutta in sterrato.

Sono lì che salgo con un poco di affanno quando dietro una curva in mezzo alla strada ci sono delle pecore. Tante pecore.

Mi fermo deglutisco e in silenzio mi sposto in modo da avere una visione più ampia del gregge, per fugare i miei dubbi che invece sono confermati.

Tra le pecore ci sono 5 maremmani e le mie esperienze precedenti non mi fanno presagire nulla di buono.

Mi guardo intorno, né a destra né a sinistra ho alcuna possibilità di aggirare il gregge a distanza. Allora decido di avanzare lentamente. Un maremmano mi vede, si siede e inizia ad abbaiare. Osservo gli altri che rimangono indifferenti e anche il suo abbaiare è tutt'altro che aggressivo. Sono maremmani buoni.

Cosa mi fa fare questa affermazione? Il 30 % certo dell'atteggiamento che tenevano, il 68% la speranza veridica di cemento armata di pazienza (cit.) che fossero buoni. Il rimanente 2% un pizzico di illusione che fossero buoni.

Con cautela passo per la strada tenendo i cani a sinistra, arrivo a due metri da loro, mi osservano senza dire nulla, e mi limito a superarli senza che nulla succeda.

Bene. Faccio qualche centinaio di metri e decido di fermarmi in una radura per una piccola pausa. Ho fatto già dieci km e la tensione dei cani un poco mi ha "fiaccato". Mi metto a mangiare una barretta di cereali quando ecco che uno dei maremmani dal muso tenerissimo si avvicina. Io per nulla intimorito spezzo un pezzo di barretta e la lancio ad un metro da me. Lui la prende, la mangia e si siede ai miei piedi. Ci guardiamo, ci osserviamo, ci curiosiamo, lui mi annusa (questo ho preferito evitarlo), ci salutiamo.

Riprendo il cammino. Il caldo e la salita sembrano alleati e uno mi prende la testa, l'altra il fiato e probabilmente la nottata insonne mi rende pesante il passo.

Arrivo finalmente ad un bel abbeveratoio su una selletta che dice fine alla salita. Bevo un poco e inizio la discesa, a volte leggera, a volte abbastanza ripida.

Supero il paese di Fogliano e da un incrocio intravedo una figura nota. Cappellino, zaino e braghette corte che gira senza una meta precisa in una strada laterale. Chiamo "Pellegrino", si gira ed è una pellegrina: Violet, brasiliana, ha mancato un segnale e aveva sbagliato strada.

Partita anche lei da Norcia alle 7.30 con destinazione Cascia ormai a 4 km, forse meno.

Lei va in un agriturismo appena fuori, io un albergo in paese. Domani lei si ferma a Monteleone, io invece raddoppio la tappa e andrò a Leonessa.

Nel poco che abbiamo camminato assieme però abbiamo scoperto che abbiamo fatto quasi gli stessi cammini, anche lei appassionata pellegrina.

Entro a Cascia, sono le 12.45. Gli scalini sotto il sole sono un vero supplizio e anche le gambe traballano.

Arrivo all'albergo, metto giù lo zaino e un panino con birra me li faccio (4 euro con mega panino senza parole) quindi doccia e riposo.

Alle 16.00 esco e giro un poco per il paese bello e poco affollato, ma purtroppo il mio girovagare è fermato da un temporale così intenso che sembrava decretare la fine del mondo. Appena cala di intensità, ne approfitto per entrare in basilica per dare una sciacquata all'anima e a prendere messa.

Alla fine della messa, di nuovo il sole...la fine del mondo è stata rimandata!

Vado in albergo, cena e poi in camera a scrivere della giornata di oggi.

La giornata è finita, bella e piacevole e con una rivalutazione personale sui maremmani con le pecore.

Aggiungo solo una cosa, una frase trovata su una brochure del cammino Assisi-Cascia (vediamo quando farlo), una frase di sant'Agostino:

"Canta e cammina viandante, canta e cammina.

Non tanto per godere il riposo, quanto per alleviare le asprezze della marcia,  
canta ma non indulgere nella pigrizia,  
Canta e Cammina.

Per me è proprio così!!!!!!!

Buonanotte pellegrini del mondo.

Buonanotte gente

02 Agosto 2015

Sono le 6 meno dieci e mi sveglio da solo... tra l'altro non avevo neppure puntato la sveglia.

Il cammino di oggi si prevede impegnativo. Due tappe in una.

Quindi non perdo tempo, preparo lo zaino ed esco dalla stanza. Faccio una rapida colazione nel bar dell'hotel. Sono le 6.30 in punto.

Primo tratto di tappa sul piacevole sentiero di santa Rita fino a Roccaporena, suo paese natale. Luogo perfetto per il mio canto iniziale di tappa come da tradizione. Il sentiero fiancheggia un torrentello dalle acque limpide il cui scroscio fa compagnia al rumore dei miei passi. Prima di arrivare, si erge su una punta di un monte, anzi uno scoglio, una chiesetta: è il luogo dove la Santa andava a pregare. La guida consiglia di andarci, ma saranno 150 mt di dislivello ripidissimi e se avessi fatto la tappa normale sarei andato, ma raddoppiandola non posso permettermelo.

Dopo un bel ginseng ad un bar del paese riparto di gran lena. La strada prima e la carraia dopo si inerpicano fino a portarmi ad una altezza di circa 900 mt, da lì mantengo con piccoli sali e scendi la quota e intorno a me si vedono montagne piene di boschi e null'altro.

Totalmente immerso nella natura.

Incontro qualche mucca, il silenzio è surreale, l'unico rumore che si sente è il battito di ali delle farfalle e a confermare questo è un cartello dopo alcuni km che definisce il sentiero "sentiero del silenzio". Difficile dargli torto.

Esco dal bosco e arrivo nella vallata di Monteleone di Spoleto. Prima tappa di oggi, bel panorama con visuale sul paese arroccato su una collina.

Sono le 10.40 ed entro in paese dove ho deciso di fare una bella pausa, ma prima di entrare sull'ultimo sentiero un paio di orticate non me le sono fatte mancare!!!

In paese incontro Roberto, più che incontro, vado al suo bar.

Appassionato di pellegrini, scambiamo due chiacchiere e soprattutto mi dà da mangiare. Capocollo, ottimo direi!!!! Faccio una visita al paese e alla bella chiesa di san Francesco, uno di quei gioielli dell'Italia minore che nessuno conosce, ma che nulla hanno da invidiare ad altri luoghi più famosi.

Riparto e sono le 11.30, quando ho detto una bella pausa intendevo proprio bella e così è stato.

Obbiettivo: il paese di Leonessa.

Ora solo 13 km che dopo una rapida discesa diventa una lunga camminata in piano in una carrareccia sotto un sol cocente, anzi, visto il luogo da dove parto e dove arrivo, direi sotto il solleone!!!!

In effetti la tappa sulla carta banale, sta diventando impegnativa per il caldo. In poco tempo faccio fuori un litro di acqua (non sono ancora senza, ho il mezzo litro che tengo sempre di riserva, ma non voglio intaccarlo... non ancora). Una volpe mi guarda curiosa, la saluto, ma lei si gira e con calma se ne va. Questo tratto mi ricorda le mesetas spagnole. Stesso caldo e quasi stesso panorama.

Arrivo al paese di Villa Lucci, sento da una finestra aperta una televisione parlare e quindi faccio una cosa semplice, ma non scontata: chiedo permesso di entrare (anche la porta era aperta) e mi accoglie una signora anziana che mi guarda stupita.

Io le chiedo se mi riempie la bottiglia e lei capito chi sono (un pellegrino) mi fa un bel sorriso e mi dà l'acqua. In cambio mi chiede una preghiera per lei lungo il cammino. Così è stato. Non so quanti pellegrini sanno che nello zaino, tra le poche cose indispensabili, tra quelle cose molto utili e quelle superflue ci deve esser sempre posto per un pensiero per gli altri. Così che il peregrinar non diventi fine a se stesso e a se stessi, ma dedicato a qualcosa di più grande che inevitabilmente ci fa alzare la testa per vederlo e alzando la testa si vede lontano e spesso si vede la strada buona che si deve percorrere.

Finalmente arrivo a Leonessa, ad accogliermi l'ospitiere Sandro che mi porta alla stanza dove dormirò. Doccia, riposino e poi via a visitare Leonessa. Bel paese, pieno di chiese che oggi, essendo domenica, sono tutte aperte. Quindi me le visito tutte. Tra le vie del centro c'è un sacco di gente, di tutte le età. Alla fine del giro mi fermo in piazza a bere prima un tè freddo e poi una bella birra.

Cena frugale, una pizza, non avevo fame.

Qui si conclude la giornata di oggi. Bella, ma impegnativa.

Ora vado a letto sapendo che domani sarà una giornata difficile. Anche domani si raddoppia una tappa (o quasi) Leonessa - Poggio Bustone e poi Poggio Bustone-Rieti... anzi, 4 km prima.

Totale: 28 km circa e 830 mt di dislivello positivo e ben più pesanti 1300 mt in negativo.

Buonanotte gente.  
Buonanotte pellegrini del mondo.

03 Agosto 2015

Mi sveglio da solo anticipando la sveglia.

Sono le 05.40, ma sonnecchio ancora 10 minuti.

Preparo lo zaino ed esco dalla casa dove avevo la camera. Direzione: il bar con cui mi ero accordato la sera prima.

Pancia piena, zaino sulle spalle, bacchette nella mano destra e sole che forse spunterà tra le montagne, gli indizi almeno ci sono. Si può partire.

Faccio dieci metri e subito mi fermo... una cosa che non mi è mai capitata in tutti i miei cammini: sono le 6.20 e trovo una chiesa aperta.

Entro e non c'è nessuno, all'altare una figura statua della Mamma del cielo e allora quale luogo migliore per cantare il canto di inizio giornata, Ave Maria splendore del mattino.

E già da qua, pur sapendo che non sarà una giornata scontata, la certezza che non sarà sopra le mie possibilità.

Inizio su una strada asfaltata che in costante e leggera salita mi porta verso i campi da sci del Terminillo. Dopo 4 - 5 km ecco il segnale, un bel cartello indicante una carraia in salita a destra e sull'asfalto in giallo il simbolo del cammino e un bel "buon cammino". Attacchiamo la montagna.

La salita è abbastanza irta, ma costante, non mi costa in fiato e infatti la faccio tutta fino alla prima radura dove decido di fermarmi per svariati motivi: il bel posto da ammirare, era due ore che camminavo, avevo un leggero languorino. Ovviamente non sono in ordine di importanza :-). Mangio una barretta al sesamo guardandomi attorno e riparto.

Il posto non è bello, è magnifico. Arrivo dall'oratorio di san Bartolomeo o meglio, dal gruppo di sassi che testimonia che lì una volta vi era un edificio. Al centro è cresciuto un frassino e da lì, con il cielo azzurro, le montagne intorno, il verde delle praterie, il suono di campanacci in lontananza, spontaneo dal cuore mi viene di cantare il non nobis!!!!!!

A dirla tutta avevo i sensi tutti in allerta... per me è un tipico luogo da vipere, ma a parte qualche ringola di vipere neanche l'ombra.

Il sentiero è ben segnato, ma purtroppo gli imprevisti sono dietro l'angolo. Alle mie narici è arrivato un qualcosa di familiare. Un qualcosa che sentivo spesso quando ero piccino e andavo con mio nonno nei boschi di Bardi (Pr),

scruto a terra e i miei occhi le vedono, piccole, minuscole, che come sono arrivate al mio palato sono esplose in tutto il loro sapore. Le fragoline di bosco. Mamma mia che buone che erano!!!!

Riprendo (solo dopo una perfetta pulizia del sottobosco) il cammino e arrivo al cippo di confine tra regno delle due Sicilie e stato Pontificio. Da lì a Fonte Petrinara è una bazzecola, così banale che non ho visto un segnale e stavo sbagliando. Ma pochi metri e mi sono fermato. Così il dubbio mi fa girare, non noto nulla, ma decido di tornare indietro. Venti metri.... e lì c'era la deviazione ben segnalata, ma non vista. 4° regola del pellegrino...FBL far ballare l'occhio.

Finalmente arrivo alla fonte. Bevo abbondantemente e da lì inizia una brutta discesa fino a Poggio Bustone. Una delle peggiori che abbia mai fatto, in particolare nel tratto sassoso, dove sassi grandi, instabili e pungenti rendevano incerto ogni passo. Quindi massima concentrazione, essendo solo non posso permettermi errori o farmi male.

Quando ormai non ne potevo più, il sentiero anzi, la pietraia sbuca su una carraia che in dieci minuti mi porta a Poggio Bustone. Arrivo al convento, entro per una rapida visita e per salutare fra Renzo che già avevo conosciuto sul cammino di san Francesco.

Pausa di almeno 40 minuti. Piccolo spuntino, riposo ai piedi e via che si riparte. Se ufficialmente qui finiva una tappa, ora da qui ne riparte un'altra che porta fino a Rieti.

Bella, spesso in ombra grazie al cielo, perché quando non ero sotto gli alberi il sole picchiava duro sulla mia testa.

Una brutta sensazione sotto il piede dx, mi sa che stasera dovrò cucire... Cucire delle belle vesciche. Durante il cammino (17 km circa) faccio diverse soste. Sono realmente stanco soprattutto i piedi dopo la pietraia dolgono. Arrivo a San Felice dove un "bifolco", così dice la tabella informativa, picchiando il terreno con una zappa o fac simile, ha fatto sgorgare acqua freschissima e miracolosa. Miracolosa penso... ok pediluvio... e in effetti i piedi dentro quell'acqua freddissima sono rinati!

Arrivo finalmente dalle suore, sono le 16.20. Stanco, accaldato e un poco dolorante vengo accolto con gentilezza e posso fare una doccia e riposare. Domani ancora tanti km, ma almeno in piano. Spero poco asfalto!!!!

buonanotte pellegrini  
Buonanotte mondo.



04 Agosto 2015

Non so quanto mi abbia benedetto la suora, infatti l'ho fatta alzare prima del dovuto. Io puntavo la colazione alle sei e alla fine della trattazione siamo arrivati ad un accordo: sei e un quarto. Colazione veloce e frugale saluto e via che si esce dal convento.

Oggi tappa lunga, 3-4 km per arrivare a Rieti, 20 come tappa ufficiale e circa 6-7 per arrivare a Posticciola, luogo deciso come fine tappa.

I cammini presso le grandi città non sono mai belli, traffico, strade e pattume ovunque, non per questo si può rinunciare al canto di inizio giornata, lodi e una bella sgranatina di mano.

Così facendo presto abbandono Rieti per inoltrarmi dapprima su un sentierino a lato della via salaria, per poi portarmi prima su carrareccia e poi su asfalto nella valle del Turano.

Bella valle, molto verde. Peccato che il sole caldo sull'asfalto non rendeva facile il mio cammino. Sentivo crescere le vesciche ad ogni passo. Secondo me pago la discesa per arrivare a Poggio Bustone di ieri.

Sul cammino non ci sono grandi cose da segnalare, strada quasi tutta in piano o falsopiano fino alle ore 12.20 quando davanti a me in alto, imponente si ergeva Rocca Simibalda. Quando l'ho vista per poco svengo. Acqua ce n'è, ma credo che per arrivare là in cima la berrò tutta.

Due note positive: da un paio di km ho abbandonato l'asfalto per prendere una carraia e in buona parte è ombreggiata, o quasi.

Inizio la salita che in poco più di un km mi porterà in cima, a naso direi 150 mt di dislivello, abbondanti. Veramente nella calura ogni due passi devo attingere alla bottiglia dell'acqua per evitare la disidratazione totale della bocca. Solo un'altra volta mi era capitato così, l'anno corso sul cammino con le ali ai piedi, tappa Sant'Elena sannita - Ripalimosano (spacciata per 23 km... ma secondo me erano almeno 30).

Arrivo sulla strada del crinale, ai piedi del paese l'acqua è finita... l'unica cosa che riesco a mettere a fuoco tra il sudore sugli occhi (e non scherzo) è un insegna: BAR.

Vado e mi bevo a piccoli sorsi un bel thè freddo, dell'acqua e ne approfitto per mangiare qualcosa. In tutta la mattina ho fatto una pausa di dieci minuti con una

barretta ai cereali biologica che, aggiungo, farà anche bene.... ma è "grama" molto!!!!

Piccolo giro per il paese dove trovo il castello chiuso. E da sotto non rende nella sua imponenza.

Riparto sono le 13.40, dalla strada asfaltata presto entro in un tunnel di alberi che ombreggiano perfettamente una carrareccia e qui sono circondato da decine e decine di farfalle vorrei dire centinaia, ma potrei non essere creduto. Mai viste tante farfalle tutte insieme, uno spettacolo incredibile.

Proseguo il mio cammino alternando asfalto e sterrato fino a quando la guida e i segnali sul sentiero mi portano a fare un sentierino stretto fortemente in discesa e sassoso che ha dato il colpo di grazia ai piedi.

Ogni passo un dolore, però sempre diverso, prima la vescica, poi il pollice, poi il tendine e via così... Unico sollievo che ho trovato è stato quello di prendere i sassi al centro della pianta del piede, unica parte probabilmente ancora sana. Fortunatamente il sentiero non è durato molto, circa 800 mt, ma sono stati interminabili e anche ansiosi. Perché ansiosi? Perché il sentiero era circondato da muretti di sassi in parte diroccati, un poco al sole e un poco all'ombra, in una zona che a veder dalla vegetazione era abbastanza umida e cosa vuol dire tutto questo? Vipere. Possibilità di trovare vipere o serpi in genere, animali che mi fanno abbastanza ribrezzo.

Finalmente giungo in paese, già da lontano Posticciola ha un bel colpo d'occhio. Arrivo e vengo accolto in modo splendido da Elena, l'ospitaliera, con cui avevo pattuito, essendo tutto pieno, un letto di fortuna e invece mi ospita direttamente a casa sua.

Un poco imbarazzato ringrazio.

Doccia, cura dei piedi, riposo e visita del paese come da schema classico.

Che dire, posto magnifico con le case non costruite sulla roccia, ma incastonate in essa, di chiara origine medioevale, dove tutto è conservato in modo splendido. Il castello, purtroppo non visitabile, per quello che si riesce a vedere, bello e imponente.

Unico neo la chiesa del XIII secolo chiusa.

Si chiude un'altra giornata di cammino impegnativo, non per le tappe in se, ma dato dal fatto della necessità di guadagnare giorni e dal gran caldo.

Stanco, con i piedi che cigolano, ma felice.

Buonanotte pellegrini del mondo.

Buonanotte gente.

05 Agosto 2015

Sveglia alle 5.45. In silenzio mi preparo e scendo. Nel bar l'ospitaliera Elena è già al lavoro, donna energica con la tempra delle persone che han fatto grande l'Italia.

Colazione classica e dopo un saluto affettuoso riparto camminando lungo la strada che da Posticciola porta a Castel di Tora. Percorso semplice e piacevole, immerso nel verde e con belle, anzi bellissime visuali sul lago, canto, lodi e sgranatina di mano sono perfette.

Arrivo finalmente a Tora e, pur potendolo evitare, decido di salire in paese e di dare un'occhiata a questo borgo quasi a strapiombo sul lago. Carino e piacevole, prendo un caffè vado in comune per il timbro e riparto di gran lena ignorando (ma intuendolo dalle cartine) che mi sarebbe aspettata una gran salita. Salita che da sola non sarebbe un problema, ma se a questa uniamo il gran caldo la cosa si fa impegnativa.

Così, passo dopo passo, mettendo e togliendo il cappellino, arrivo presto sul crinale della montagna, mi giro e vedo in tutto il suo splendore il lago del Turano. Che bella tappa.

Riprendo l'irta salita quando in alto, su una cresta, una figura mi osserva. Alta, snella, con in testa un cappellino e sulle spalle uno zaino che lo identifica per quel che era: "Ciao pellegrino" esclamo, "arrivo, muoio un attimo, risorgo e mi presento".

Così è stato. Si chiama Alberto di Cuneo, primo cammino e prima tappa. Visibilmente emozionato.

Iniziamo così a camminare insieme e a conoscerci e soprattutto gli racconto quella che è la mia esperienza e quello che è il mio modo di camminare.

Il caldo è veramente tanto e non vediamo l'ora di arrivare a Pozzaglia dove dovrebbe esserci un bar, purtroppo chiuso.

Quindi ci mettiamo vicino alla fontana del paese a bere e riempire le scorte d'acqua ormai esaurite.

Il tempo passa in fretta e la sosta si prolunga oltre l'ora. Quando ripartiamo sono le 14.30. Poco male, almeno la calura dovrebbe diminuire un poco e soprattutto il sole più basso all'orizzonte offrirà un poco di ombra in più.

Arriviamo finalmente al bel paesello di Orvinio. Ad accoglierci gentilmente e premurosamente Maurizio, marito di Simonetta, gestrice del B&B che addirittura interrompe una tradizione pellegrina, il bucato. Infatti viene a ritirarci i panni dopo la doccia e li farà andare nella sua lavatrice. Per quel che vale... Grazie.

Nel corso della giornata ho approfondito l'amicizia con Alberto, bravo ragazzo, contabile di Torino. Credo proprio che nei prossimi giorni cammineremo insieme.

Il resto della giornata: una visitina al paese con incontro di personaggi locali "tipici" e una cena al ristorante vicino al B&B. Gentilmente Simonetta viene a trovarci al ristorante e ci fa compagnia, raccontandoci di come Simone (creatore del cammino) abbia tirato fuori dal nulla e gratuitamente tutto il cammino.

Finita qui? Assolutamente no.

Infatti sulla strada del ritorno un gruppetto di signore intente a chiacchierare sulla panchina ci saluta e iniziano a chiedere da dove veniamo. Da lì inizia un bel dialogo e una delle signore (Maria) ci porta in casa sua dove ci offre un limoncino e ci dà dei biscotti fatti a mano da lei da mangiare il giorno dopo... in cambio, una bella preghiera!!! Garantita!!!

Ora si va a nanna, una bella dormita a chiudere una giornata di cammino impegnativa e intensa. Questo cammino si sta rivelando pieno di belle sorprese, ma la cosa che più di tutte mi porterò nella testa prima di dormire è la faccia di Alberto che ha conosciuto la vera accoglienza pellegrina. Non è sempre così, ma capita spesso.

Benvenuto Alberto.

Buonanotte gente

Buonanotte pellegrini del mondo.

06 Agosto 2015

Sveglia concordata con Simonetta alle 6.00. Tappa non lunghissima, ma impegnativa per salita e tipo di percorso e ancor di più a me fa paura il caldo.

La colazione, abbondante e buona, si è prolungata in chiacchiere piacevoli con Simonetta, ma poi bisogna partire.

Il percorso inizia subito con una bella salita e questo non mi consente di rispettare le tradizioni, ma al primo falso piano spiego ad Alberto che le mie giornate iniziano con un canto e lui stupito mi ascolta. E' rimasto molto colpito da questo e " Ave Maria splendore del mattino" gli è piaciuta molto. Camminiamo e parliamo, cerco di passargli le mie conoscenze pellegrine e soprattutto quella che è la mia cultura spiegando piccoli trucchi e segreti.

Devo dire già bravo perché come primo cammino ha uno zaino da 32 litri... un gran inizio.

Dopo quasi tre ore di cammino facciamo la prima pausa su un bel punto panoramico; la giornata splendida offre una vista sui monti intorno magnifica. Meta di oggi il paese di Mandela. Meta ancora lontana.

Ripartiamo e non posso non coinvolgerlo nell'altro gesto che caratterizza le mie giornate: un rosario. Quello classico da pellegrino, da sei decine. Sorpreso ed entusiasta accetta di buon grado la mia proposta.

Arriviamo a Licenza e ad accoglierci una piazza colma di gente, una fontana e un bar dove possiamo mangiare la focaccia comprata ieri a Orvino e bere un bel thè freddo.

Anche qui una bella pausa. È mezzogiorno passato quando ripartiamo. Ma sul cammino prima dell'inizio di un sentiero una piccola sorpresa: un gufo ferito, appollaiato a lato di un ponticello. Bellissimo. Chiamiamo i guardia parco del parco regionale dei monti Lucretili, allertando dell'animale ferito. Mi hanno assicurato che passeranno a prenderlo. Sarà, ma io ci credo poco.

Affrontiamo ancora un'altra impervia salita un poco all'ombra, un poco nel bosco, ma esposta anche ad un sole torrido e senza pietà. Il sudore grondava sulla fronte con la stessa portata delle cascate del lago Vittoria. Il cammino è quasi estremo in quelle condizioni di temperatura. Le soste per bere sono continue, piccoli sorsi per tener la bocca bagnata e per far durare le scorte

d'acqua, vero che manca poco, ma anche quel poco senza acqua potrebbe diventare un problema.

Raggiungiamo la cima tanto agoniata del poggio, cima che vuol dire 3 km a Mandela e fine della salita e a festeggiare questa nostra piccola vittoria l'aquila reale che con tutto il suo splendore vola sopra le nostre teste.

In Mandela andiamo subito a un bar vicino alla piazza principale, beviamo una birra e mangiamo due bruschettine, non buone, buonissime, anzi sublimi.

Veniamo ospitati al B&B del signor Fabrizio "Agorà" che ci accoglie splendidamente.

Doccia, riposino e poi via in giro per il paese e alle sette appuntamento con Fabrizio per visita guidata.

Che dire: piccolo paese, ma con tanta storia da far concorrenza a città ben più grandi.

La sera cena nella piazzettina a base di salumi locali e buon vino e a chiacchierare con Fabrizio, sua moglie e il sindaco del paese. Ora capisco il nome Agorà.

E' incredibile come in questi paesi ci sia ancora la voglia di stare in piazza a chiacchierare senza bisogno di nulla per ore, infatti siamo andati a letto quasi a mezzanotte, ma l'Agorà, è continuata ancora a lungo.

Finisce così anche questa giornata di cammino e devo dire che Alberto ha preso in tutto e per tutto i gradi di Pellegrino.

Buonanotte mondo

Buonanotte pellegrini

Buonanotte pellegrino Alberto.

07 Agosto 2015

Anche oggi sveglia presto, tappa breve, 15 km in gran parte in piano fino a Gerano.

Ma oggi vogliamo evitare il gran caldo, in più siamo in basso e tutto su asfalto.

La partenza è lenta, un po' per i piedi doloranti, un po' per guardarsi in giro dove dobbiamo andare. Infatti all'uscita del paese non vediamo segni e tutto è a interpretazione della guida.

Nulla da segnalare sul cammino di oggi, sicuramente ideale per canto lodi e sgranatina, non avendo salite o discese che impegnano particolarmente.

L'arrivo a Gerano è intorno alle 12.00, peccato che delle suore non ci sia neppure l'ombra. Poco male, ci rifugiamo in un bar a mangiare un boccone e bere qualcosa...se il cammino è stato semplice, il caldo si fa sentire.

Torniamo al convento e finalmente le suore sono arrivate. Suor Immacolata ci dà la stanza e quindi, dopo una bella doccia, si può riposare.

Alle 16.30 andiamo a fare un giro del paese tra cui, consigliato dalla mia amica Gisella, il museo delle scatole di latta.

Un vero capolavoro e tra le tante scatole anche tre della mia terra, di Salsomaggiore, una vera emozione. Un piccolo, ma stupendo museo.

Tra un giro e l'altro arriva ora di cena dalle suore, una cena per quattro anche se eravamo solo in due.

Nulla da aggiungere alla giornata.

Buonanotte pellegrini

Buonanotte mondo.

08 Agosto 2015

Oggi una ventina di km poco meno per arrivare a Subiaco e Santa Scolastica. La sveglia presto per arrivare prima del gran caldo, un saluto affettuoso a Suor Immacolata e poi fuori a camminare.

Tutto asfalto, ma camminata piacevole in mezzo la campagna laziale. Anche oggi nulla da segnalare di particolare sul cammino, almeno fino agli ultimi 4 km.

Durante una pausa veniamo raggiunti da pellegrini provenienti da Cerreto laziale che stanno facendo un pellegrinaggio fino a Subiaco in onore del millenario della fondazione della loro città.

Chiacchieriamo e ci scambiamo esperienze. E in meno che non si dica arriviamo a Subiaco. Io incontro subito il monastero di san Francesco, mentre Alberto, mio compagno di viaggio, ha deciso di dormire a San Biagio, sopra il sacro speco.

Il tempo di appoggiare lo zaino in stanza e poi via con Alberto prima alla visita della città, castello compreso e poi insieme a Santa Scolastica e Sacro speco.

La visita di Santa Scolastica è fatta con una guida, assieme ai pellegrini da Cerreto, mentre la visita al sacro speco è in solitaria.

Bellissimo, in nessun altro modo potrei definire il sacro speco se non bellissimo.

Un luogo sicuramente tra i più spirituali che abbia mai visto.

Il cielo si fa tetro e da lontano tuoni e fulmini cadono sulla terra.

È giunto il momento di salutarci, infatti Alberto finisce oggi il suo viaggio. I pochi giorni a disposizione e un bel problema al piede lo fanno finire qui.

Io riesco a scroccare un passaggio per il ritorno in macchina ai ragazzi di Cerreto, non tanto per la distanza, ma per il rischio di prendersi un temporalone sulla testa.

Arrivo in convento per le 18.40, ho preso due pezzi di pizza con cui cenerò e finalmente faccio una doccia tanto desiderata. Oltre la pizza, in due pezzi ci sono anche io.

Domani devo risalire a Santa Scolastica e riprendere il cammino per arrivare a Trevi nel Lazio.

Buonanotte pellegrini

Buonanotte pellegrino Alberto, ti auguro di cuore un buon cammino nella vita.

A Dio piacendo ci rivedremo un domani.

Buonanotte mondo.

09 Agosto 2015



La giornata della gratuità!!!

La sveglia alle 5.30. In silenzio nel silenzio del convento mi preparo.

Esco lasciando dietro di me il rumore sordo della chiusura del portone.

Inizio a camminare verso il monastero di Santa Scolastica.

Colazione da fare, ma tutti, proprio tutti i bar sono chiusi quindi non mi rimane che fare il canto di inizio giornata lungo il corso dell'Aniene e dire le lodi mattutine.

E ancora una volta una delle tante casualità ( che continuo a sostenere che casualità non sono) arriva puntuale... finisco le lodi esattamente davanti un bar, nel momento dell'amen finale, le saracinesche si aprono. Colazione!!!!!!!

Riparto felice e certo che anche oggi vivrò sotto l'occhio vigile del cielo.

Prendo la carraia che in breve mi porta allo svincolo del lago di san Benedetto, anche se è una deviazione di un km con circa 100 mt di dislivello (andata e ritorno) vale la pena andare a vedere quella che poi effettivamente è stata una meraviglia. Un luogo di pace e tranquillità. Unico neo: ma perché dobbiamo gettare ogni cosa a terra, buste, bottiglie, tappi, sigarette, cocomeri mezzi mangiati...??!! a volte penso che non meritiamo tutto questo, noi uomini dimostriamo un amore pari 0 della natura che ci circonda, che è uno dei modi che ha Dio di abbracciarci.

Riprendo il cammino, su una bella carrareccia in falso piano tra sali e scendi spesso a fianco del fiume Aniene, in uno spettacolo di suoni, colori e sensazioni. Con il vento che accarezza gli alberi in una splendida coreografia di movimenti di fronde.

Mentre cammino mi affianca un signore in bicicletta. E' anche lui un pellegrino, solo che lui li fa in bici. Sta andando al lavoro un tre km più avanti, lavora in un trocicultura e mi dice che se mi fermo il caffè è garantito. Detto fatto.

Parliamo dei cammini e gli do diversi suggerimenti sui prossimi cammini anche in base alla mia esperienza.

Riparto. Arrivo in breve tempo alle cascate di Trevi, luogo bello e suggestivo, ma anche qui ancora una volta spazzatura ovunque, pieno di campeggiatori vocianti, ma il top è ottenuto da una famiglia che ha occupato un'intera radura, con generatore di corrente e cassa alta un metro e larga almeno 70 cm (direi minimo un 800 watt) con musica rap techno a tutto volume. In mezzo alla natura. Non so cosa mi ha trattenuto dal dirgli qualcosa, anzi più di qualcosa. Il non rispetto assoluto del creato, non avere idea di dove si è e nessun rispetto

neppure degli altri. Ho desiderato una piena del fiume, non grossissima giusto per portargli via cassa, computer e generatore.

Mi avvio verso Trevi. Dopo un tratto nel bosco col fango, sbuco sulla statale e lì inizio a percepire che la temperatura sta velocemente salendo e lentamente sale la strada che dopo un paio di km mi porta a vedere Trevi.

Ora un dubbio: faccio il percorso ciclistico che sta alto o prendo il sentiero del percorso a piedi? Stiamo fedeli al secondo. In fondo di acqua ne ho ancora e non è ancora caldissimo.

Il tempo di arrivare a fondo valle e il clima da caldo è diventato torrido, anzi di più! Ad ogni respiro sentivo l'aria uscire più fredda di quando entrava, la sudorazione era intensa e il consumo di acqua ha iniziato a salire incontrollato.

Il percorso a piedi ti fa aggirare la collina dove poggia Trevi, arrivato a circa metà incontro due contadini e chiedo se questo sentiero (vicino a loro) porta in paese. Attraversa proprietà private? Risposta: vai tranquillo è facile.

Da lì ho scavalcato 6 staccionate, passato 3 rasai, finito l'acqua e arrivato alle prime case del paese in serio deficit di fiato con il cuore a 1000 con la gola secca. Vedo una signora e le chiedo un poco di acqua che gentilmente mi offre sciacquando la mia bottiglietta e aspettando che diventasse fresca. Troppa grazia.

Pochi minuti dopo sono in piazza al paese dove c'è un matrimonio, lì aspetto il mio ospitaliere che passa a prendermi. Intanto da buon amante delle cose belle, ammiro le trevesi tutte eleganti bevendo del thè freddo. Grande ricostituente grazie al fruttosio. Per la cronaca sono circa le ore 12.20. Passa Daniele, mi porta all'appartamento e prima di docciarmi decido di andare a prendere un panino. Una semplice ciabattina al cotto, giusto per mettere qualcosa sotto i denti.

Quando il commerciante ha capito che sono un pellegrino non ha voluto saperne di farsi pagare. Secondo gesto di gratuità della giornata. Semplicemente commosso.

Doccia e pisolo. esco, sono le 4 circa, visito le chiese e il castello anche qui visita gratuita accompagnato da una ragazza obiettrice del comune di Trevi. E' stata carina e gentile e 5 euro di mancia glieli ho lasciati. Vado allora al bar Collando e prendo un gelato e mi metto sui tavolini fuori appena asciugati (nel frattempo si è messo a piovere). Passa poco ed esce la proprietaria e mi chiede se sono un pellegrino e al mio si mi chiede scusa, perchè ai pellegrini fa il 20%

di sconto e offre il caffè... insistendo perchè lo prendessi. Io ho rifiutato, non per scortesia, ma perché di mio non lo avrei preso e non vedevo perchè anche se offerto approfittarne. Apprezzatissimo il gesto, mi ha messo quasi in imbarazzo.

Nel frattempo mi ha scritto Alberto. Dopo la messa al sacro speco ha deciso di mettersi in cammino e arrivare a Trevi. Un matto arriva alle ore 18.10, io sono a messa, esco e lo abbraccio.

Ha deciso di partire nonostante il piede perchè ha visto le mie foto... peccato che nel frattempo ha iniziato a diluviare e lui l'ha presa proprio tutta! Stanco e stremato andiamo al bar Collando dove un caffè caldo lui lo prende volentieri.

Timbro (fanno anche quello) e chiacchieriamo fino all'ora di cena.

Andiamo al Girasole, ottimo ristorante dove dopo un vita mangio un piatto di tagliatelle ai gamberi di fiume (di allevamento ndr). Ottimi.

Al proprietario del ristorante, un guardia parco, gli facciamo vedere le foto del gufo che abbiamo trovato e sostiene che è un piccolo di gufo reale, primo avvistamento da almeno 20 anni nel Lazio. Non ne è sicuro e chiede se gli inviamo le foto che girerà a sua volta all'ornitologo della regione ( o fac simile). Quando ha saputo che probabilmente i guardia parco non sono andati a prenderlo ha fatto un paio di chiamate...credo che qualcuno passerà delle brutte brutte giornate!!!!

Ci salutiamo ancora con Alberto, infatti lui ha l'alloggio a un paio di km da Trevi. Chi lo accompagna ? Il proprietario del Girasole. Ultimo gesto di gratuità della giornata.

Vado a letto. Giornata da pochi km, ma ricca di avvenimenti.

Non credo ci sia bisogno di aggiungere altro.

Buonanotte mondo,

Buonanotte pellegrini

10 agosto 2015

Sveglia alle 5.30, preparo lo zaino ed esco.

Trovo subito un bar aperto per la colazione e parto.

La giornata sembra limpida, il cielo azzurro mi sovrasta anche se ancora il sole deve vincere la silhouette dei monti.

Inizio scendendo per arrivare a ponte Teodoro, luogo dove avrei dovuto prendere la mulattiera e salire ieri.

Dopo un breve tratto a fianco del fiume il sentiero, abbastanza fangoso dopo le piogge di ieri, inizia ad inerpinarsi sulla montagna. Non concede tregue, una salita continua e costante abbastanza irta. Arrivo finalmente alla Madonna della Portella dove faccio una prima piccola sosta di contemplazione. Da lì il sentiero riprende un poco in quota, un poco in discesa. Guado un torrentello e vedo i segnali che puntano ancora verso l'alto. Il cammino non è sempre agevole, infatti il sentiero a tratti è molto fangoso e, dove posso, cammino nei prati a fianco stando attento a non perdere la traccia principale e i segnali. Saranno le tappe brevi degli ultimi tre giorni, ma ho i piedi rinati e riesco a camminare a un buon ritmo. Altra difficoltà è l'umidità nell'aria che è davvero pesante e rende più affannoso il camminare. Dopo un paio di km di salite quasi continue arrivo finalmente all'arco di Trevi. Arco di origine romana, posto nel luogo come dogana. Bello e suggestivo passarci sotto, strisciando, infatti a serrare l'arco c'è un cancelletto di filo spinato, solitamente facili da aprire, ma su questo è stato fatto un groviglio di corde inapribile, quindi o tagliavo oppure strisciavo sotto il filo spinato. La seconda.

Qualche centinaio di metri dopo l'arco raggiungo la strada e da lì tutta discesa fino al paese di Guarcino. Bella strada nel verde.

Da lì qualche difficoltà ad individuare il percorso che mi avrebbe portato a Civita. Come sempre chiedo e un signore del comune, insistendo, mi accompagna in macchina per un km e mezzo fino all'imbocco della sterrata... un km e mezzo di asfalto in meno... poco male.

Riparto. Il sole scalda l'aria e me ne accorgo quando iniziano le salite che portano a Civita..

Fortunatamente il tratto è breve e l'ingresso nel paese è assistito da un gruppo di anziani, che lì seduti sotto un arco all'ombra vedono il mio arrivo grondante di sudore. Dopo il saluto dovuto, una domanda: dov'è una fontanella di acqua fresca... in coro: "dietro di te". Chiedi e ti sarà dato.

Il cielo sempre più cupo mi impedisce una visita approfondita al paese, molto carino, di chiaro stampo medioevale circondato da mura turrette.

Riparto. Circa 6 Km a Collepardo. Una lotta contro il meteo, arriverò prima io o la pioggia??? In questi casi per sostenere il ritmo ci si dopa... quindi parte in

salita canti alpini... parte in discesa Davide van de Sfroos e Daniele Ronda.  
Cantati a squarciagola, per non sentire i lamenti dei piedi.

Finalmente arrivo, trovo immediatamente il B&B Flora e Fauna, chiudo la porta e inizia a piovere!!!! un altro caso(?).

Dopo aver smaltito le pratiche burocratiche con Benedetta, mi avvio al bar, mangio qualcosa e torno per la doccia e il classico pisolo accompagnato dal tamburellare dell'acqua sui tetti.

Mi alzo e vado a curiosare per il paese, poco da vedere. Fino a quando il sole riesce a squarciare le nuvole, mentre piove... e quindi spettacolo assicurato. Perché? Semplice se i raggi del sole penetrano le nuvole mentre piove esattamente dal lato opposto da dove arriva la luce c'è l'arcobaleno. Corro a vedere ed eccolo lì nella vallata dominata da Colleparado, un arco perfetto con i colori perfetti. Sembra pace fatta con il cielo. La giornata di domani un poco mi preoccupa. Le previsioni mettono brutto e ho davanti a me un bel po' di strada da fare.

Torno al B&B e trovo Benedetta che aspetta due pellegrini... sono quasi le sette passate e piove a dirotto. Io stento a crederlo, ma poco dopo appaiono sulla soglia della porta due pellegrini, padre e figlio con zaini enormi e fradici come solo un pesce può essere.

Sono di Modena, anzi di Vignola. Prima esperienza (ci avrei scommesso solo a vedere gli zaini) e si sono persi. Stanno facendo il mio percorso con varianti... tipo oggi sono partiti da Fiuggi cosa assolutamente non prevista.

Li lascio andare a fare una doccia e io me ne vado a cena.

Quando ho finito di mangiare arrivano anche loro, mi siedo al loro tavolo e iniziamo a chiacchierare, soprattutto gli racconto quella che è il mio modo di camminare, la mia esperienza e devo dire stupiti mi ascoltano. Spero che per quel poco di essergli stato d'aiuto ad affrontare il cammino. Domani si alzano alle 8.30, io alle 6.

Stanotte è la notte delle stelle cadenti, la notte di San Lorenzo Martire... ma mi sa che di stelle cadenti se ne vedranno poche. Vado a letto e piove a dirotto.

Buonanotte pellegrini

Buonanotte mondo

11 Agosto 2015

Buononotte pellegrini del mondo ok, ma non per quelli a Colleparado e dintorni. Infatti dalle ore 01.30 circa ha iniziato a piovere e tuonare come se non ci fosse un domani.

Da lì non ho più dormito. I lampi illuminavano a giorno la finestra della mia camera e lo scrosciare dell'acqua era almente forte da farmi venire il dubbio di averla dentro in camera.

Tutta notte così, non un attimo di tregua. Suona la sveglia, decido di rimanere a letto. Dove si può andare in quelle condizioni? Prima regola del pellegrino, il rispetto delle 4 virtù cardinali, tra cui prudenza.

Mi rigiro nel letto non sapendo cosa fare. Mi alzo, apro le finestre del salone da cui posso vedere la vallata e il cielo sembra migliorare, ma lampi e tuoni continuano.

All'improvviso la pioggia cala di intensità e nel giro di pochi minuti cessa del tutto. Mi alzo speranzoso. Faccio colazione ancora indeciso se partire o no, ma intanto seguo la 5 regola del pellegrino. Morirò son certo, ma se mi riesce, non di fame!

All'improvviso mi si illumina il cuore. Fuori gli uccellini cantavano. Questo vuol dire che il peggio è passato. Mi preparo di gran lena e mi avvio lasciandomi alle spalle la porta del B&B con dentro i due pellegrini ancora dormienti. Chissà cosa faranno oggi.

Esco dal paese, decido di tentare la strada evitando il sentiero che potrebbe essere una trappola mortale fatta di fango e ruscielsentieri.

Pioviggina, ma di quella pioggia sciocca che non ha neppure il coraggio di bagnarti. Non si riesce a dire le lodi, la carta leggera del libro delle ore si inzupperebbe alla svelta, ma si può sicuramente fare il canto e dare una bella sgranatina alle mani, chiedendo la gentilezza che se proprio ci si deve bagnare... sia poco.

Salgo verso l'abbazia di Trivolzio, ma temo che al mio passaggio sarà chiusa. Arrivo e come volevasi dimostrare è chiusa. Inizia a piovere in modo insistente e di scendere per il sentiero alla madonna di Cesi non mi sembra il caso, tanto tanto fango.

Non ci sono cartelli e non so a che ora apre, non posso aspettare e un po' con il magone, ma con la scusa di doverci tornare, mi avvio verso Civita.

Passo dalla fontanella esterna dell'abbazia e c'è una jeep con tre persone che prendono l'acqua, mi guardano perplesso... wind stopper bianco nero, coprizaino

blu, braghette corte, ombrellino appeso alla cinghia, pettorale dello zaino e cappellino marrone penzolante... insomma credo di aver suscitato in lui un profondo senso di pietà... quindi al signor "provvidenza" (anche chiesta) che mi offre un passaggio non si dice di no. Perdo la chiesa diroccata di San Domenico, ma con la pioggia l'avrei vista poco. Mi faccio lasciare prima di Civita, infatti ha smesso di piovere e un raggio di sole ha rotto le nuvole. Non voglio approfittarne troppo, ma diciamo che mi ha tirato via un bel pezzo di salita e un pezzo di discesa, direi 5 km. Va benissimo così.

Arrivo dalla chiesa di San Nicola e lo spettacolo sull'abbazia è fenomenale. Sto a guardare in piedi su un muretto come una marmotta per almeno un 15 minuti. In realtà, oltre guardare, ho fatto un'altra cosa. Ho inviato la foto ai miei amici, perchè le cose belle si condividono con le persone a cui si vuole bene.

Riparto. Arrivo a Civita e la supero e il cammino si fa in discesa tra campagne verdissime.

L'unico pensiero è il cielo sopra di me, a volte minaccioso, a volte quasi sorridente.

Incrocio una signora, anzi una bella signora sulla cinquantina, la saluto, ricambia e si avvicina a me e senza dirmi nulla mi pone in mano tre fichi e mi augura buon cammino. Non so se capitano solo a me tutte queste cose, ma è semplicemente commovente.

Mangio di gusto i tre fichi, la meta, Casamari, di oggi si avvicina. Finalmente dopo giorni e giorni di tentativi sono riuscito a rintracciare le suore per dormire, avevo provato anche all'abbazia, ma senza successo, o meglio chiama dopo che c'è il responsabile, sempre richiamato mai trovato. Ma va bene così.

Accolto dalle suore, è mezzogiorno (senza passaggio sarei arrivato circa alle 13:45 - 14:00), anche oggi chiudo il portone alle spalle, vado a far la doccia e inizia a piovere. Salvo.

Dopo il riposino, alle 15.00 esco a mangiare qualcosa e a vedere la bellissima abbazia di Casamari. Assolutamente stupenda, un esempio di gotico Circestense meraviglioso.

Mi diletto a far foto e guardo ogni pertugio dove è consentito andare.

Dopo una bella cena al ristorante appena fuori l'abbazia sotto al ponte vado a nanna.

Buonanotte gente,

Buonanotte pellegrini.

Ps: stasera il cielo è calmo e tranquillo, e qualche stella si vede anche.

12 Agosto 2015

Dalle suorine niente colazione, fortunatamente avevo un succo con me e le solite barrette alla frutta e cereali.

Già il giorno prima avevo indagato sui Bar... diciamo che prima delle otto di aperti non ce ne sono.

Sono le 6.20 ed esco dal cancello. Le indicazioni sono chiare, infatti oggi non uso assolutamente la mappa perchè c'è un nuovo tragitto e nella mia edizione (seconda, ma prima di maggio 2015) non è segnato il percorso.

Difficile sbagliare, le frecce sono diverse e ben segnate in tutti gli incroci.

Fino a Isola dell'iri poco da segnalare, se non (purtroppo) tante piccole discariche di tipo vario lungo la strada.

Ad accogliermi a Isola Liri trovo una bellissima cascata stracolma di acqua. Un vero spettacolo.

Riparto tenendo la deviazione per san Domenico. Tratto lungo. E devo dire che ne è valsa la pena per la bellissima chiesa in tardo romanico, e per un lungo tratto lungo il fiume fibreno, dalle acque limpidissime, pieno di fauna in modo particolare di un tipo di uccello nero con striscia bianca sul becco (folaga comune da una ricerca successiva).

Sono le 11 e davanti a me una salita di circa 160 mt di dislivello, c'è caldo ma non come i giorni scorsi. L'affronto, non senza affanno, ma tranquillamente.

Arrivo sul crinale che in quota mi porterà ad Arpino che appare tra le fronde degli ulivi lì davanti a me.

Entro in città. Sono circa le 13 e vado subito in albergo dove ho trovato alloggio.

Bellissimo. Doccia e riposino classico. E poi via a visitare questo splendido borgo. Unico rammarico: tutte le chiese, castello, mostre, tutto chiuso e non visitabile. Va be la buttiamo in aperitivo.

La sera a cena dal ristorante del corso dove il cuoco è amico del cammino, anzi lui stesso segna i percorsi. Mi dice che il tragitto che ho fatto io sono solo 17



massimo 18 km... io avrei detto circa 21-22... magari oggi me la sono presa comoda!!!!

Da segnalare ancora solo la splendida cena a base di riso e ortiche e agnello...  
per il resto,  
Buonanotte pellegrini  
Buonanotte mondo.

13 Agosto 2015

Mi sveglio da solo verso le 4.30, ma aspetto comunque la sveglia.  
Oggi altra tappa da 17-18 km, ma con un bel dislivello iniziale da affrontare e sentieri impegnativi.

Parto. Esco che sono le 6.30 e senza colazione mi avvio, ma poco dopo stavolta trovo un caffè aperto. Molto bene.

Riparto e mi aspetta la ripida salita che mi porta a Civita, dove ci sono le mura ciclopiche e l'arco a sesto acuto più antico d'Italia (forse anche oltre), molto belli e affascinanti. La strada misto asfalto sentiero è bella e piacevole e tanti sono i panorami meravigliosi che si aprono dopo ogni curva.

Il primo problema è che pur essendo presto, il caldo già si fa sentire e le scorte di acqua calano velocemente. Intravedo un signore dentro un cortile e chiedo se gentilmente posso riempire la bottiglietta. Gentilissimo assieme alla moglie acconsente.

Riparto e dopo il tratto in salita abbastanza ripida, ma costante, inizio a scendere per arrivare alla bassa valle del Melfi, in modo mooolto veloce.

Dopo un tratto in ripida discesa tra dei pannelli fotovoltaici recupero un tratto misto asfalto cemento. Da dietro un cancello un signore con il nipote mi chiama e mi chiede se voglio dell'acqua. Anche se ora non ne avevo particolare bisogno, accetto volentieri.

Sto con loro una quindicina di minuti a chiacchierare e poi riparto con la bottiglietta piena di acqua fresca.

Ancora un sentiero bellissimo, ma impegnativo tra gli ulivi mi porta velocemente a perdere altri 300 mt di quota. Arrivo così sul fondo valle dove ad accogliermi trovo una strada tranquillissima, immersa nel verde e nella pace della stretta vallata. Se non fosse così verde alle pareti, ne avrebbe quasi dell'orrido.

Mi fermo dieci minuti su un muretto a riposare un attimo quando sopraggiunge una macchina. E' il sig. Angelo, amico del cammino. Si ferma e chiacchieriamo per qualche minuto.

Riparto in questa affascinante valle, peccato per il fiume totalmente in secca. Incontro solo qualche gruppo di ciclisti, almeno fino a 4 km circa dalla meta. Vedo sopraggiungere verso di me un motorino.

Si ferma proprio a me innanzi e con gesto antico di cavaliere si toglie l'elmo (il casco). Non conosco quel volto, ma quel volto mi sorride come se sapesse benissimo chi sono. Infatti... "Ciao Mauro sono Trommaso del B&B il Feudo dove dormirai stanotte... ti sono venuto incontro a portarti un poco di acqua fresca. Se fossi stato sufficientemente idratato, un fiume di lacrime di commozione sarebbe sceso dai miei occhi fino a togliere la secca al fiume!!!

Senza parole. Accetto di buon grado l'acqua e poco dopo riparto per il paese. Dopo il riposino, giro per il paese e gli eremi vicino assieme ad altri due pellegrini (marito e moglie ) ritornati lì da Cassino. Dove erano arrivati oggi. Cena in un ristorantino e domani si riparte. Ultimo giorno. La meta è a 20 km.

Buonanotte gente,  
Buonanotte pellegrini.

14 Agosto 2015

Sveglia presto. Solo venti km, ma voglio arrivare di buon ora per poter visitare il monastero ed essere in paese per le 14.30 per prendere il treno che mi porterà a casa.

Il primo tratto è tutto su asfalto, nulla di particolare da segnalare, se non l'emozione di essere alla fine. Come spesso capita nei cammini, l'ultimo giorno alternati arrivano tutti i dolori e dolorini che mi hanno accompagnato. Arrivo presto al santuario della Madonna delle Grazie e da lì abbandono l'asfalto per inerpicarmi dolcemente su un sentiero sassoso sul monte che mi porterà a Montecassino.

Il cammino è spedito ed emozionato. Il pensiero va ai tanti ragazzi morti su quella terra, chi dalla parte giusta e chi dalla parte sbagliata, ma tutti vittime della stupidità umana. In questi luoghi si è svolta una delle battaglie più cruente della campagna italiana durante la seconda guerra mondiale. La battaglia di Montecassino, sulla linea Gustav. Battaglia che ha visto lo stesso monastero totalmente distrutto dai bombardamenti alleati.

Il culmine di questa emozione si ha quando, prima di arrivare all'abbazia che si erge lì davanti maestosa poco prima con una piccola deviazione, c'è il sacrario polacco.

Decido prima di entrare, prima di concludere il viaggio, di rendere onore a questi combattenti. A questi ragazzi più giovani di me, che su questa terra sacra hanno lasciato la loro vita.

Sono le 10.45. Entro emozionato nell'abbazia.

Timbro conclusivo, visita guidata e giro libero ad osservare tutta l'abbazia.

Poi raccolto, l'ultima preghiera. Dove? Proprio lì sopra la tomba del santo.

Un pellegrino non cammina per arrivare a una semplice meta, ma cammina per arrivare in un luogo dove vi è la possibilità di avere una finestra sul paradiso.

Possibilità data da un luogo come Gerusalemme, Monte Sant'Angelo, Fatima ecc.

o data da persone che per la loro vita sono stati loro stessi finestre sul paradiso.

Il luogo più significativo tra le mete dei pellegrini rimane infatti Santiago de Compostela. Dove è sepolto San Giacomo apostolo e dove il nome stesso "campo di stelle" fa un tutt'uno tra la terra e il cielo.

Finisce qui questo splendido cammino.

Ringraziamenti:

Il primo, come sempre, alla mamma del cielo che ha assistito me con gioia e Gioia.

A seguire tutti gli altri, che sono le bellissimissime (non me ne voglia la Crusca, ma bellissime non rendeva) persone incontrate lungo il cammino, da chi ti ha offerto un caffè, un sorriso, un'ospitalità in casa propria, a chi incontrandoti per strada mi ha dato dei fichi sapendo di non aver nulla in cambio se non un uno sguardo stupito e una preghiera con il cuore

Grazie alle persone che mi hanno dato l'acqua, accompagnato con lo sguardo incuriosito il mio camminare, grazie alla natura che mi ha circondato, accompagnato e sostenuto con il suo cinguettare, con il suo scrosciare, con il belare, abbaiare, miagolare tagliare o più semplicemente con il rumore assordante del battito d'ali delle farfalle.

Grazie alla provvidenza sempre buona e puntuale, così puntuale che gli orologi svizzeri a confronto rimangono indietro.

Grazie ad Alberto, dono prezioso del cammino... speriamo di rivederci.

Grazie a Gisella che mi ha preceduto di un mesetto e mi ha suggerito le cose più belle da vedere.

E per ultimo, ma tutt'altro che ultimo, grazie a Simone Frignani che ha permesso tutto questo e mi sento di aggiungere che il grazie non è solo mio, ma di tutte le persone che ho incontrato in questo cammino e che ti conoscono.

E infine come sempre nei miei diari:

*Non nobis Domine, non nobis, sed nomini tuo da  
gloriam.*

*O San Michele Arcangelo, difendici nella battaglia.  
Contro la malizia e le insidie del diavolo, sii di  
sostegno.*

*Noi scongiuriamo supplichevoli che Iddio lo tenga sotto  
il suo dominio. E Tu, o Principe delle milizia celeste con  
la potenza che Iddio ti ha dato, rovescia nell'inferno  
satana e gli altri spiriti maligni, che a rovina delle  
anime vanno scorrazzando per il mondo.  
Amen*

*Pax et bonum*

*E da questo cammino:*

*“Canta e cammina viandante, canta e cammina.  
Non tanto per godere il riposo, quanto per alleviare  
le asprezze della marcia,  
canta ma non indulgere nella pigrizia,  
Canta e Cammina.*

*Peregrino Mauro Frambati*