

## Premessa

San Benedetto protegge i camminatori ed è per questo che blocca me al terzo giorno!

Lui sa che se completassi il percorso potrei scrivere un diario...esagerato e perciò vuol lasciare ai veri camminatori, quelli che completano il Cammino nello stesso mese in cui lo iniziano, il tempo di digerire le mie tante parole.

Io invece, se tutto va bene, in un altro paio d'anni dovrei arrivare alla meta.

*Come dicevo.... il Cammino inizia non quando parti ma quando decidi di partire e, da quel momento, diventa un'esperienza.*

*Novità di questo tratto: non sarò sola (con me ci sarà Renato), saremo in bici e nel mio zaino ci sarà mezza pastiglia al giorno di Triatec - e sì, gli anni passano.*

*Saggiamente decidiamo di fare delle tappe più corte di quelle proposte dalla guida e al di là di un po' di allenamento per me, rimasta immobile per tutto l'inverno, ci si prepara. Ed ecco emergere da subito le differenze di genere:*

*Lui: Opta per uno zaino con tanto di piastra in metallo da portare sulle spalle.*

*Lei: acquista 2 borse per la bici.*

*Lui: riempe lo zaino di magliette e biancheria e ci aggiunge un bel libro da un Kg da leggere durante le pause.*

*Lei: l'essenziale+ un sapone da lavare e, ovvio, un quaderno/diario.*

*E così via.....*

## Lezione n°1: nell'incertezza .... saper tornare sui propri passi

Norcia 15 luglio 2013

Dopo aver dormito in una meravigliosa camera dal soffitto a volta, dai muri spessi e dal pavimento in mattoni rossi, tra lenzuola dipinte a mano ne "La tana dei Lupi" (che consigliamo a tutti) ed aver accettato la focaccia di Giuliana da mangiare durante il viaggio, partiamo con una corroborante discesa verso Norcia mentre la nebbia mattutina si dirada. La città ci accoglie con la sua bella pavimentazione, le sue strade silenziose e pulite e le sue inquietanti teste di cinghiale appese fuori dai negozi di prodotti tipici.

Ed eccoci fuori dalle mura, tra prati e campi profumati.



E' davvero una mattinata stupenda e nulla lascia presagire su quello che ci capiterà!

Con facilità raggiungiamo Piediripa quindi spingiamo le bici a mano – prima esperienza di una lunga serie - sullo sterrato che conduce alle 2 cappellette e a Oricchio dove ci fermiamo a parlare con un pastore (in 2 non ho più paura dei cani).

Sereni e in sella imbocchiamo la lieve discesa e poi, chissà dove, sbagliamo il sentiero!

Non troviamo il fontanile, uno dei 2 che *“ha un senso innato per i punti cardinali”* insiste che Cascia è da quella parte e che *“basta scollinare”*. Spingiamo le bici in salita finché lo sterrato diventa sentiero tra meravigliosi prati di erbe alte, spighe e fiori: rossi papaveri, gruppi di cicorie azzurre, margherite bianche e gialle, viola di fiordalisi e sveltanti salvie selvatiche. Ma tra tanta bellezza, chissà perché, a me sovengono le immagini in bianco e nero degli alpini che spingono i cannoni tra i monti e sento mia la loro fatica. Il sentiero si fa ripido, si restringe; faticherei anche senza bici!

Tralascio le 2 ore di fiato corto e gli imprevisti, tra cui l'attraversamento di un'ampia e melmosa pozzanghera della quale non si vede il fondo, e le accese discussioni tra chi di noi due sostiene che abbiamo sbagliato sentiero e chi no.

Evidenzio però la serenità di un momento: un capriolo, ignaro della nostra presenza, esce cautamente dal bosco e si lascia ammirare.

Finalmente scolliniamo.

Ormai nemici, scendiamo per un ripido sentiero sassoso scavato nel mezzo da piogge insistenti che lì avevano creato un torrente ora asciutto. Impensabile salire in sella, anzi la bici va tenuta frenata.

Avevamo previsto di essere per mezzogiorno a Cascia, sono le 15.30 e siamo a...  
AVENDITA! per noi un qualsiasi paese in un qualsiasi punto dell'Appennino!

Riprendiamo fiato e divoriamo la focaccia sotto un albero di *amoli* acerbi accanto ad un fontanile e poi - in sella – riceviamo un regalo: 4.5 km di meravigliosa discesa che ci riconcilia con il mondo e, soprattutto, tra di noi.

Il sole, la strada vellutata e deserta, il vento tiepido tra i capelli, la bicicletta che vola e in testa il ritornello:

*....le distese azzurre  
e le verdi terre  
le discese ardite  
e le risalite  
su nel cielo aperto.....*

una delle meravigliose canzoni di Battisti che mi sono fatta caricare per l'occasione sul MP3, da mia figlia, insieme ad altre che mi sembravano adatte a questo viaggio. Così ci vede arrivare Cascia che visitiamo, nonostante il ritardo, ed entriamo nella Basilica dalla volta azzurra piena di angeli in volo.

Ma basta sterrato per oggi, faremo la provinciale. Seguiamo i segnali stradali che ci conducono a Roccaporena, paese natale di Santa Rita dove i luoghi di culto e di devozione alla Santa si alternano con giusto equilibrio ai negozi di souvenir. In alto lo Scoglio dove S. Rita nel fervore della preghiera lasciò le impronte delle sue ginocchia; “*vuoi salirci?*” “*no grazie, basta salite per oggi*” siamo gente di pianura noi.



Mi limito a farci una foto. E poi la strada sale, sale, sale.

E la chiesetta è lì, piccola, molto più in basso di me !? e... la strada termina.

*(riuscite a individuarla nella foto qui sotto?)*



Persi un'altra volta!

Ma anche a questa altezza incontriamo campi di grano, non i campi della mia pianura - rettangolari, lunghi e spesso monocromatici - questi hanno forme irregolari, sono delimitati da siepi, ora hanno spighe verdi acerbe, ora biondo cenere col capo piegato e solo poche volte bionde. Ecco, mi vien da pensare che siano questi i campi di grano de *IL PICCOLO PRINCIPE*; ed è sul limitare di uno di questi che immagino la volpe dire: *"ci guadagno il colore del grano"*.



A me però non ricordano una testa bionda bensì una scura con tanti capelli un po' ribelli, quella di una mia amica che amava *IL PICCOLO PRINCIPE* e le Marche e l'Umbria, e che in ogni luogo che visitava scattava una foto all'alba e una al tramonto.

Per due ore spingiamo la bicicletta su sentieri del CAI senza saper bene dove conducano e godiamo delle rare e brevi discese. Sono passate le 19 e il sole comincia a calare quando, ad un ennesimo bivio, imbrocchiamo un viottolo che in ripida discesa ci porta sulla provinciale e, cavolo ... ad ancora 9 km per Monteleone! Lì ci aspetta un letto.

Affrontiamo l'ennesima salita, per me rapporto 1-1.

Ma 6 li facciamo in discesa mentre il cielo si oscura e l'aria si fa pungente.

## I pensieri di ieri si concretizzano oggi

Monteleone 16 luglio 2013

Partiamo tardi e percorriamo rigorosamente la strada statale, tutta in lieve salita, fino a Leonessa. Vedo sotto di noi la strada bianca del Cammino accarezzata dalle meches violetto dei campi di lavanda, mi dispiace non esserci, ma in questo momento va bene così. Un albero di ciliegie a metà strada ci regala i suoi frutti.

A Leonessa, anche se capiamo che l'invito non vale per noi, riempiamo diligentemente le borracce e ritorniamo sul Cammino sul quale, improvvisamente e senza fretta, una volpe dalla coda argentea ci attraversa la strada. Quasi un saluto ai miei pensieri di ieri.

Qui non c'è pericolo di perderci o sbagliare sentiero e decidiamo di percorrerlo ognuno con il proprio ritmo. Per un po' lo distanzio e parafrasando Mario Ferretti (cronista del Giro d'Italia) penso:

“una donna sola è al comando, la sua maglia è...”

a quanto pare la stanchezza batte in testa e fa brutti scherzi :-)

Di tanto in tanto, sia ieri che oggi, nei paesi e tra i campi, veniamo accompagnati da una fragranza dolce e intensa che sa di natura e di profumo costoso.

Ed ecco la discesa, questo è il bello della bici.

Renato si lascia andare con meno prudenza di me e ben presto vedo luccicare in distanza la tartaruga ninja del suo zaino.



Poi, attraversando gallerie d'alberi e spazi assolati, aspettandoci e sorpassandoci vicendevolmente scendiamo fino a Rivodutri lungo una strada che si affaccia di tanto in tanto sulla bella Piana di Rieti.

Ma tutto ha un prezzo e da qui risalire a Poggio Bustone non sarà una passeggiata. Lì, in alto, però ci aspettano I GIARDINI DI MARZO ed EMOZIONI di parole ascoltate ieri, di una voce che ha ritmato la mia, la nostra adolescenza.

Poggio Bustone è il paese natale di Lucio Battisti: non lo sapevo.

# Separare i sentieri

Poggio Bustone 17 luglio 2013

Questa mattina le strade si dividono. Renato ha deciso di chiudere il cerchio e di tornare a Norcia in bicicletta per una strada nuova, io invece voglio arrivare almeno fino a Rieti e per il ritorno ci penserò. Insieme fino al bivio e poi ...

*“ a stasera”*

quindi io volo verso Rieti, ma nei pressi di Cantalice (che fa rima con Felice, il santo protettore del paese) mi costringo ad una bella salita che mi ricorda con il Cammino.

10.30, dopo una bella bevuta di quest'acqua dal gusto particolare, mi siedo sui gradini del portico del Santuario S. Felice all'Acqua, presso la fontana che si dice fatta scaturire dal santo, felice io di riessere una pellegrina dai tempi distesi che scrive il suo diario. Scendo lentamente lungo la pancia della collina ammirando nella Piana i campi di girasoli e i laghetti residui. Ed ecco il viale alberato che conduce in città: mi occorre un po' di tempo per rendermi conto di essere in piano e di poter usare i rapporti abituali.

Com'è stato il mio ritorno fino a Terzone? Guardate voi stessi:





Forte, no?

*Cara pellegrina, caro pellegrino*

*qui il mio Cammino termina, anzi è terminato a Rieti, ma non posso non dire due parole sul tratto Terzone-Norcia per chi volesse farlo.*

*Ovviamente, immediatamente c'è una bella salita che inganna! nel senso che ogni tanto ti illudi di iniziare la discesa e invece no, dopo una curva sei ancora in salita e se, come me, non sai dove stai andando ti chiedi dove arriverai. Te lo dico io: al passo delle antenne e dei ripetitori che vedi da Norcia, altissimo vero? Ma se l'ho fatto io certamente ci arrivi anche tu.*

*E se sei fortunato come me e ci arrivi dopo una settimana di pomeriggi piovosi, ti troverai sul passo, tra il 18° e il 17° km con il cielo azzurro-azzurro ingentilito da nuvole bianche, e vedrai Norcia in lontananza e mentre pregusterai la volata tra tornanti e rettilinei, vedrai prati punteggiati da fiori infiniti e starai bene, davvero bene! Ti allego 2 foto che ne rendono parzialmente la bellezza (la riduzione con picasa, come per le foto precedenti, penalizza tanta bellezza)*



*Buon cammino! da Anna Maria e Renato*