Desiderato, sognato, sperato, preparato…

Desiderato, sognato, sperato, preparato… zaini, scarponi, guida letta e riletta più volte, si parte. Sono convinta che anche questo sarà un cammino speciale e lo voglio ricordare con un colore e un nome per ogni giorno di cammino. Saranno i tesori che potrò scoprire e custodire, diventeranno l'impronta di quella giornata, il filo conduttore del viaggio di mente e cuore in ricerca, pronta allo stupore che ogni passo vorrà regalarmi.

Giovedì 19 aprile 2018 da casa a Norcia

Francesco ci accompagna in stazione per il treno delle 7,00 che ci porterà in Centrale a Milano per prendere Freccia Rossa per Roma. Dopo aver fatto molta attenzione alla prenotazione dei posti scopro che viaggeremo contromano e ciò mi dà parecchio fastidio; due ragazze vicino a noi lavorano ad una relazione e parlano ad alta voce; un chiacchiericcio generale regna sovrano e io spero di riuscire a dormicchiare tra uno starnuto e l'altro. La notte insonne causa sinusite e allergia e la gran confusione smorzano il mio entusiasmo per la partenza, temo che potrebbe venirmi la febbre come al solito in questa stagione. Meglio chiudere gli occhi e sperare in bene.

Arrivati a Roma cambiamo treno e in breve siamo a Spoleto. L'autobus che ci condurrà a Norcia partirà tra poco, nell'attesa seduti su una panchina e riscaldati da un tiepido sole abbiamo la sensazione di trovarci in un altro mondo rispetto alla nostra città, non c'è folla, nessuno sembra andare di fretta e tutti salutano. L'autista aspetta i ritardatari ha un sorriso per tutti i passeggeri, la sua guida tranquilla mi consente di non patire il mal d'auto e poter ammirare il caratteristico paesaggio umbro.

Gli zaini ci identificano come camminatori e giunti a destinazione il nostro autista ci augura buon cammino intuendo l'avventura che ci attende.

Pochi passi e ci troviamo nel centro storico di Norcia davanti a quel che resta della cattedrale e della statua di san Benedetto al quale affidiamo il nostro cammino. Ciò che appare ai nostri occhi è molto diverso dalle immagini viste in televisione, impalcature ovunque e quasi tutta la cittadina è zona rossa. Impressionano i vasi di fiori alle finestre e le piante rinsecchite fuori dalle porte delle case evacuate, macerie su macerie ovunque.

Alcuni negozi si sono trasferiti in casette prefabbricate in legno, disposte una accanto all'altra formano qualcosa che potrebbe assomigliare alla via dello shopping, in verità davvero poco trafficata a causa della presenza di pochissimi turisti.

La attraversiamo per raggiungere il Capisterium, l'ostello messo a disposizione dei pellegrini in sostituzione di quello originale che il terremoto ha reso inagibile. Riceviamo una calda accoglienza ed essendo i soli abbiamo una stanza tutta per noi.

Dopo una passeggiata per le strade desolate e deserte ceniamo al ristorante del Teatro che è l'unico aperto ed offre la possibilità di un ottimo e abbondante pasto caldo ad un prezzo davvero onesto.

Colore di oggi: rosso per l'incontro col dolore

Parola: vuoto, un paese che non c'è più.

Venerdì 20 aprile 2018 da Norcia a Cascia

Si parte per Cascia dopo la colazione che Andrea, responsabile del'ostello, ci serve mentre racconta la realtà di Norcia e le magagne della ricostruzione. Nulla di nuovo sotto il sole, la solita burocrazia coi suoi tempi infiniti che ha costretto tante famiglie alla scelta dolorosa di andarsene e quelle rimaste probabilmente resteranno definitivamente in queste settecento casette costate centomila euro l'una, chissà, meglio non pensare alle speculazioni.

Lo salutiamo, sistemiamo lo zaino in spalla ma prima di imboccare il sentiero ci concediamo un caffè nel bar della via dello shopping. Il locale è molto curato e accogliente, il proprietario ci racconta che la sua attività era nel centro storico, il terremoto ha distrutto tutto ma il bancone a altre suppellettili ha potuto recuperarli e quel che vediamo è ciò che resta di una vita di lavoro. Nessuna lamentela nel metterci a parte della sua esperienza, solo un bel sorriso e naturalmente un ottimo caffè.

Ci incamminiamo in silenzio ognuno coi propri pensieri, nel cuore la gratitudine per la forza d'animo delle persone conosciute, per la testimonianza della loro tenacia nel rimboccarsi le maniche e ricominciare a costruire la propria vita con grandissima dignità.

Attraversiamo la zona artigianale e ci fermiamo allo spaccio di un'azienda agricola per acquistare ricotta freschissima e focaccia di produzione propria per il pranzo. Il commesso ci racconta che la sua casa è crollata interamente e lui coi propri risparmi si è comprato un prefabbricato che il suo titolare gli ha consentito di montare nel cortile dell'azienda, da quasi due anni abita lì; tra due mesi circa avrà finalmente anche lui il suo modulo abitativo cioè una di quelle casette che abbiamo visto in allestimento, la sua gioia mi commuove.

Attraversiamo la splendida piana di santa Scolastica, intorno a noi campi verdissimi di erba medica e farro, sopra di noi il cielo è un manto celeste acceso dalla luce di un sole caldissimo, i monti Sibillini ancora coperti di neve fanno da cornice a questo incantevole paesaggio.

Una mamma col figlio raccoglie nella campagna il tarassaco tenero e quasi dolce che ieri sera abbiamo assaggiato, qui lo chiamano 'cicoria ripassata', ne hanno già riempito grossi cesti di vimini che probabilmente faranno la gioia di molti palati.

Dai seicento metri di altitudine di Norcia il cammino sale ai mille metri e il panorama è incantevole e rilassante, non incontriamo anima viva fino alla sosta per il pranzo che consumiamo in un'area pic-nic dove possiamo anche dissetarci e riempire le borracce ad un abbeveratoio di acqua freschissima.

Raggiungiamo Cascia e anche qui le chiese sono tutte ingabbiate perché pericolanti come pure le costruzioni della via di accesso al centro.

La basilica di Santa Rita invece ha subito danni minori che hanno potuto essere subito riparati grazie al contributo di MSC crociere, il chiostro invece è parzialmente inagibile sempre a causa del terremoto. Nella parte che abbiamo potuto visitare, un frate ci ha accompagnati dandoci parecchie informazioni sulla storia del luogo legato agli aneddoti della vita di santa Rita.

Dopo la Messa, la cena e un giretto nel centro storico si va a nanna. Il B&B è proprio nella piazzetta sotto la basilica della Santa, nell'antico e caratteristico palazzo Sassatelli. Bellissimo e tranquillo, anche qui siamo in perfetta solitudine.

Colore di oggi: verde, quello dei campi coltivati e delle erbe spontanee.

Parola: fiducia nel ricominciare

Sabato 21 aprile 2018 da Cascia a Colle del Capitano

Ci prepariamo alla partenza di buon mattino, il mio raffreddore è peggiorato, sto intaccando la scorta di fazzoletti e lo zaino mi pesa, ciò nonostante cerco di godere del paesaggio intorno e di non preoccuparmi.

Imbocchiamo il sentiero di santa Rita, magnifico percorso a mezza costa che si snoda per un tratto in mezzo ai boschi e per altra parte scavato nella roccia, il tracciato risale poi costeggiando il fiume Corno che scorre alla nostra destra.

Questo era il tragitto percorso da Santa Rita che da Roccaporena suo paese natale, raggiungeva Cascia. La bellezza della natura e l'assoluto silenzio preparano l'anima all'incontro con la straordinaria esperienza della santità di colei che è definita la 'santa degli impossibili'.

Roccaporena è un grazioso paesino con le caratteristiche dei luoghi di pellegrinaggio, ristoranti e negozi di souvenir si affacciano sulla piazza centrale e sulle vie laterali e c'è pure l'Ufficio Turistico dove vorremmo chiedere una piccola guida per avere maggiori informazioni.

Il negoziante adiacente all'ufficio ci invita ad attendere perché l'addetta è andata a bere un caffè, evidentemente aveva anche altro da fare visto il prolungarsi dell'attesa e un po' indispettiti andiamo anche noi a berci un caffè. E' l'occasione per incontrare la coppia di coniugi che

gestisce il bar e un punto ristoro, facciamo con loro una bella chiacchierata a tema famiglia e figli e gentilmente si offrono di custodire i nostri zaini per permetterci di visitare i luoghi di Santa Rita senza il peso sulle spalle.

Apprezziamo tantissimo questa gentilezza soprattutto nella lunga e ripida salita allo Scoglio, l'alto masso sul quale la Santa si ritirava in preghiera, luogo solitario e silenzioso dal quale lo sguardo si perde all'infinito a 360° sui monti Sibillini e Reatini. Seguendo poi le segnalazioni visitiamo anche la casa natale, il giardino delle rose, la casa abitata col marito, la chiesa di San Montano.

I turisti sono pochissimi e la pace che si respira in questi luoghi aiuta ad interiorizzare la dimensione soprannaturale della vita di questa santa e si riaccende in me un ricordo mai sopito di quando bambina, inginocchiata nella mia chiesa ai piedi del piccolo altare dedicato a Santa Rita, la supplicavo chiedendo la grazia della guarigione di mio nonno gravemente ammalato. Due giorni dopo quella preghiera il nonno fu dichiarato fuori pericolo, io non lo raccontai a nessuno dei miei famigliari ma in cuor mio ero e ne sono certa che la santa degli impossibili aveva fatto si che la mia preghiera fosse esaudita.

Oggi la giornata è caldissima , quando riprendiamo il cammino è quasi mezzogiorno e il primo tratto del percorso è su asfalto. A causa del raffreddore e della tosse che nel frattempo si è aggiunta faccio davvero fatica a seguire Mario che invece ha un passo più sostenuto. Siamo costretti a bere molto e facciamo diverse pause per riposare. Finalmente ormai senza più una goccia d'acqua arriviamo al Colle del Capitano nel fantastico agriturismo della signora Piera che ci accoglie con un buon caffè e ci offre una splendida sistemazione.

Facciamo il bucato e nell'attesa della cena ci concediamo anche quattro passi tra i campi, le stalle e la fattoria. Intanto scopro di avere anche qualche linea di febbre ma non intendo rinunciare alla cena che si rivela ottima e abbondante con il menù composto esclusivamente da prodotti biologici dell'azienda che ci ospita.

Con noi ci sono altri tre pellegrini dell'Alto Adige che percorrono il cammino per la seconda volta attratti, ci dicono, dalla gentilezza della gente e dall'ottimo cibo che si gusta da queste parti.

Nel breve tragitto dalla sala da pranzo alla nostra stanza il silenzio assoluto ci avvolge, la luce di una miriade di stelle sembra quasi volerci scaldare, Mario coccola il cane che scodinzolando ci accompagna al nostro rifugio per questa notte.

Colore di oggi: oro, quello prezioso della santità

Parola: generosità, nell'accoglienza ricevuta dalle persone incontrate

Domenica 22 aprile 2018 da Colle del Capitano a Leonessa

Oggi la tappa sarà breve e ce la prendiamo con calma anche perché tosse e raffreddore mi hanno fatto una compagnia non proprio gradita stanotte.

La signora Piera ci serve una grandiosa colazione e apprezziamo la grande varietà di marmellate preparate da lei come pure ciambella e biscottini vari. Non sappiamo come ringraziarla per tanta generosa ospitalità e nel congedarci da lei prima di abbracciarla ci fa dono anche di una spilla col simbolo del Cammino.

Ci incamminiamo verso Monteleone di Spoleto attraversando l'incantevole paesaggio agricolo mentre da qualche stalla proviene il muggito delle mucche, unico rumore, se rumore si può chiamare, che rompe il silenzio che regna sovrano.

Il paesino medievale adagiato sopra un colle sembra attenderci e in breve lo raggiungiamo. Decidiamo di visitarlo perché la guida segnala monumenti di notevole interesse: il castello, la chiesa e convento di san Francesco, le mura, la torre dell'Orologio e soprattutto la copia della Biga del VI secolo a.C. ritrovata in ottimo stato di conservazione a inizio del XX secolo proprio sotto l'aia dell'agriturismo di Colle del Capitano. Purtroppo come capitò per tanti altri reperti, anche la Biga fu subito trafugata e si trova esposta al Metropolitan Museum di New York.

Il paese è praticamente deserto e stupiti chiediamo ad un anziano come mai non ci sia gente, la risposta è semplice: sono andati tutti in Toscana ma non ricordo dove di preciso, comunque in una città i cui abitanti in occasione del terremoto sono venuti a dare una mano e ora le due cittadine sono gemellate e unite da grande amicizia.

Troviamo un negozio di frutta e verdura e facciamo acquisti per il pranzo., telefoniamo poi ad una referente segnalata dalla guida che ci assicura che a Leonessa troveremo la Messa nel pomeriggio.

Di nuovo in marcia godiamo di splendidi panorami con vista sui monti reatini ancora innevati, attraversiamo piccoli paesini disabitati e anche se fa davvero troppo caldo facciamo pochissime soste.

Arriviamo a Leonessa graziosa cittadina di montagna e centro di villeggiatura, raggiungiamo l'hotel Leo situato in splendida posizione e dopo una meritata doccia e bucato andiamo a visitare le bellezze del luogo. Anche qui numerose case transennate e tutte le chiese chiuse a causa dei danni da terremoto. Alle 18 andiamo a Messa celebrata in un capannone adibito a centro sociale. Il celebrante è un frate che ci regala una bella e incisiva omelia e vedendoci estranei alla sua comunità chiede a Mario se siamo pellegrini e ci augura buon cammino.

A cena oltre agli ospiti in vacanza e a noi due incontriamo anche i due pellegrini di Bergamo che ci avevano superato sulla strada questa mattina, loro hanno camminato due tappe in un solo giorno e pur essendo amanti della montagna confessano di essere piuttosto stanchi.

Colore di oggi: azzurro intenso come il cielo

Parola: Messa, come dono che temevamo di non trovare.

Lunedì 23 aprile 2018 da Leonessa a Poggio Bustone

La guida descrive la tappa che andremo ad affrontare come impegnativa pertanto approfittiamo volentieri dell'abbondante colazione a buffet per accumulare energie.

L'aria è frizzantina, del resto siamo a mille metri di altitudine e dobbiamo affrontare un buon tratto in salita. Per quasi cinque chilometri camminiamo sulla strada asfaltata che porta al Terminillo, la famosa montagna degli sport invernali dei romani, quindi il segnavia ci indica la deviazione su una sterrata che gradualmente sale in un magnifico bosco di faggi e continua per un lungo tratto sempre in salita.

Bosco e sottobosco sono ricchi di piacevoli sorprese, alberi di varie dimensioni abbracciati tra di loro, primule e crotus che sbucano qua e là e chiazze di neve che illuminate dal sole mandano riflessi abbaglianti di luce.

Pur con un'andatura molto rallentata, con sorpresa e in anticipo sul tempo previsto ci troviamo a 1510 metri, il punto più alto del Cammino, dove un cippo in pietra segna l'antico confine tra Stato della Chiesa e Regno delle Due Sicilie. Dalla cima di questo valico lo sguardo spazia sul bellissimo panorama dei monti Reatini, le varie tonalità di verde e i giochi d'ombra riempiono gli occhi, decidiamo una piccola sosta per contemplare così tanta bellezza.

Da qui in poi il sentiero è in discesa, ce la prendiamo con calma e consumiamo il nostro pranzo in un prato dove troviamo anche una fontana e un ruscello che tacitamente ci invita a mettere in ammollo i piedi, stupenda sensazione! Su comodissime panche in pietra stendiamo le magliette super sudate ad asciugare e ci stendiamo anche noi, Mario fa la sua pennichella, io mi godo il generoso calore del sole.

Non manca molto alla meta e già nel primo pomeriggio arriviamo al convento francescano di San Giacomo che troviamo chiuso ma dopo una breve attesa arriva il frate custode che ci consente di dare un'occhiata all'interno.

Poggio Bustone dà il benvenuto ai visitatori con un grande cartello che ricorda che siamo nel paese natale di Lucio Battisti e scopriamo che qui moltissimi hanno questo cognome e ne vanno orgogliosi.

Feliciano è il responsabile dell'Ostello, ci accompagna e ci mostra la nostra camera che ha un sacco di letti ma anche questa volta siamo soli; affacciati alla finestra ci mostra uno scorcio della Valle Santa e il pensiero va inevitabilmente a San Francesco e ai tanti episodi della sua

straordinaria vita.

Ci diamo appuntamento per la cena e dopo il solito bucato e la doccia andiamo a visitare il paese medievale.

La passeggiata è gradevole, tutto è ordinato e queste case antiche a ridosso una all'altra fanno pensare a gente che vive serenamente i rapporti di buon vicinato. Incontriamo degli anziani che chiacchierano seduti sulle panchine in attesa del tramonto e dell'ora di cena e volentieri ci raccontano della loro vita e si informano sulla nostra provenienza.

Facciamo una piccola provvista per il pranzo di domani nell'unico negozio del paese e non trovando frutta compriamo dell'ananas in scatola. Durante il cammino la frutta è un vero conforto.

Dopo l'ottima cena andiamo a dormire e tragedia delle tragedie, mi accorgo che ho perso il mio scaldacollo che fa anche da cappello. Sono davvero dispiaciuta, mi accompagnava da diversi anni ed era un caro ricordo della vacanza in Irlanda. Vabbè… farò senza.

Colore di oggi: grigio della pietra del borgo antico

Parola: resistenza, la fatica vale sempre la pena

Martedì 24 aprile 2018 da Poggio Bustone- a Rieti a Rocca Sinibalda

Dopo colazione salutiamo Feliciano e ci incamminiamo per la tappa di oggi. La meta è Rieti ma poiché la tappa successiva secondo la guida è un percorso interamente su asfalto, stiamo maturando l'idea di saltarla, comunque decideremo all'arrivo il da farsi.

Imbocchiamo il sentiero e incontriamo un pellegrino già avanti negli anni che percorre la nostra stessa tappa ma lui è diretto a Roma sul cammino di San Francesco. Il percorso è tutto in discesa e dagli 800 metri di Poggio Bustone arriveremo ai 600 di Rieti nella Valle Santa.

Il cammino è piacevole, la primavera trionfa, piante da frutto e prati sono un tripudio di fiori, colori e profumi che esaltano l'armonia del creato.

Dai campi sottostanti salgono rumori di macchine agricole e trattori, un contadino con la sua cavalla carica di due enormi cesti ci sorpassa e col falcetto libera il sentiero dalla vegetazione.

Mi accorgo che la cavalla ansima parecchio, è gravida, chiedo se non è troppo quel peso per lei in quello stato ma il contadino mi rassicura che va bene così, svolge il suo compito.

La maternità è un mistero che mi emoziona e sempre mi commuove, mentre l'uomo e la sua cavalla si allontanano penso alle mie gravidanze, alla nascita dei miei figli e un sentimento di

gratitudine sale con una preghiera a Dio per l'immenso dono delle mie e sue creature. Mario cammina un po' più avanti e ho modo nel silenzio di coccolare i ricordi più teneri della nascita dei figli e rivivere l'emozione intensa di quei momenti.

Arriviamo a Cantalice un piccolo paese le cui case sono costruite su una rupe e facciamo sosta per dissetarci, anche oggi il caldo non manca. Incontriamo tre pellegrini che erano a cena con noi ieri sera, sono uno scozzese, Gualberto di Milano e una ragazza di Fano. Ripartiamo con loro, scambiamo qualche impressione ma il loro passo è decisamente troppo veloce per noi e li salutiamo.

Manca poco a mezzogiorno quando arriviamo a La Foresta il santuario che ricorda la sosta di San Francesco che qui si ritirò in attesa dell'operazione agli occhi. Da tempo è la sede di Mondo X la comunità di Padre Eligio, ora gestita da cinque uomini che ne curano in modo esemplare sia il Santuario che gli orti coltivati con ogni tipo di verdura. Maurizio ci accoglie e ci dice che siamo appena in tempo per la visita, così ci uniamo ai pellegrini incontrati prima e molto gentilmente ci accompagna e ci racconta di questo luogo soffermandosi nella stanza occupata da Francesco e nella grotta dove si ritirava a pregare.

Decidiamo poi di proseguire per Rieti e alle porte della città alcuni ambulanti propongono cose tipiche, un camioncino vende panini con la porchetta e sostiamo per il pranzo. Mario se lo gusta mentre io preferisco un bel cestino di fragole che in verità si rivelano quasi insapori ma sciacquate alla fontana sono fresche e dissetanti.

Non vorrei lamentarmi ma il caldo è diventato insopportabile, questa ragione e il pensiero della tappa di domani su asfalto ci fanno optare per raggiungere Rocca Sinibalda in autobus.

Dedichiamo il pomeriggio alla visita di Rieti che è davvero una bella città, siamo impressionati dalla monumentale chiesa di Sant'Agostino ma anche da tanto altro, non ultimo la nota golosa del gelato da Napoleone, sublime!

Finalmente saliamo sull'autobus che ci condurrà a Rocca Sinibalda, possiamo riposare finalmente seduti e al fresco. Attraversiamo la Valle del Turano e dal finestrino ne godiamo il bel panorama fino in vista del bellissimo borgo arroccato in cima ad un colle, caratterizzato dall'imponente castello.

Ci rechiamo alla Locanda del Convento dove Vittorio ci accoglie con generosa disponibilità e dopo averci accompagnati in camera ci chiede cosa desideriamo per cena.

Doccia e bucato prima di gustare l'ottimo risotto con gli asparagi selvatici che nel frattempo un contadino ha portato apposta per noi.

Dopo cena Vittorio si rivela anche un'ottima guida turistica, ci accompagna a visitare il paese e ci

narra la storia del castello ma anche ci racconta di sé, della sua famiglia e si informa di noi. Trascorriamo davvero una piacevole serata e finalmente andiamo a nanna.

Colore di oggi: ciclamino delle violette

Parola: maternità, il dono della vita.

Mercoledì 25 aprile 2018 da Rocca Sinibalda a Castel di Tora

Dopo colazione ci salutiamo calorosamente con Vittorio e mentre stiamo per uscire ci chiede se può servirci un bellissimo cappellino grigio con visiera asportabile che un pellegrino ha dimenticato da lui tempo fa.

La cosa mi commuove, lo accetto volentieri e gli dico che avendo perso il mio questo mi sembra davvero un gran bel regalo.

La tappa che affrontiamo sarà facile e breve pertanto ci incamminiamo senza fretta godendo della natura e di tutto ciò che ci circonda.

Anche oggi la giornata è piuttosto calda e nonostante sia un giorno festivo non facciamo incontri sul percorso. Anche quando arriviamo a Posticciola il piccolo borgo sembra semi-abbandonato ma nell’attraversarlo qualche voce si percepisce mentre l’aspetto medievale testimonia un’epoca che lo ha visto sicuramente vivace e densamente abitato.

Riceviamo la telefonata di Rita che ci chiede di chiamarla al nostro arrivo perché verrebbe a prenderci all’ingresso del paese, lei è impegnata a festeggiare il 25 aprile con le amiche e dove si trova ora sarebbe difficile per noi raggiungerla.

Proseguiamo il nostro cammino incontrando piccole cascate che fanno da colonna sonora per un bel tratto mentre alcune farfalle ci accompagnano danzando con leggerezza e allegria.

In vista del lago di Turano sostiamo per consumare il nostro pranzo e finalmente incrociamo diverse persone e famiglie che armati di ceste e borse frigo raggiungono la piccola spiaggia per il pic-nic.

Un pescatore incuriosito forse dai nostri zaini, si ferma a chiacchierare e ci racconta che negli anni passati qui veniva tanta gente in vacanza ma ora le persone, soprattutto i giovani, preferiscono andare in luoghi meno belli ma più attrezzati per il divertimento. Si rammarica che sia venuto meno negli anni l’amore per questo luogo e non possiamo che essere d’accordo con lui ma nutriamo la speranza che presto le persone tornino ad apprezzare la bellezza della natura.

E’ il primo pomeriggio quando raggiungiamo l’ingresso del paese e in attesa di Rita leggiamo con

attenzione l'enorme cartello che riporta le regole del buon cittadino.

Rita è un concentrato di energia compressa in un fisico minuto illuminato da uno sguardo vispo. Ci comunica che è ancora a tavola con le sue amiche e ci accompagna a conoscerle così possiamo prendere il caffè con loro; insieme hanno allestito un pic-nic nel cortile antistante il negozio di articoli sportivi che Rita gestisce. In breve ci racconta tutto di lei, è single, ha una vera passione per la natura e uno sviscerato amore per i pesci. Godiamo un po' della compagnia di queste persone e alcune di loro ci raccontano parte della loro vita, la sensazione è quella di trovarsi tra vecchie amiche in un clima di confidenza.

Rita ci accompagna poi in quella che sarà la nostra dimora per la notte, una soluzione fantastica: una piccola villetta in cima alla collina con vista lago e di fronte il paese. Lei abita lì solo d'estate e ci spiega che siamo i primi pellegrini di quest'anno. Ci dice che non ha potuto far molto ma in realtà troviamo il frigo e la dispensa riforniti dell'indispensabile. Ci mostra il giardino attrezzato con comode sedie sulle quali ha disposto allegri cuscini, c'e anche lo stendibiancheria con le mollette per i panni, lei sa chi i pellegrini fanno un piccolo bucato ogni giorno!

Poi ci lascia soli ricordandoci che questa è casa nostra, domattina dovremo lasciare la chiave in un luogo che ci indica e quando chiediamo quanto dobbiamo, si stringe nelle spalle e dice semplicemente quello che possiamo e che vogliamo.

E' fantastica, il top dell'accoglienza, la salutiamo con un abbraccio e infiniti ringraziamenti.

Ci accomodiamo e prendiamo confidenza con questo alloggio particolare dove tutto richiama l'acqua, il colore delle pareti, le suppellettili, accessori, tutto è azzurro o a forma di pesce, perfino lo scopino in bagno è un bel pesce palla colorato che sorride. Facciamo il solito bucato e andiamo a visitare il paese dovendo anche procurarci il pranzo per domani.

Castel di Tora è un centro turistico ed è meritatamente inserito nell'elenco dei borghi più belli d'Italia. Lo vediamo in cima alla collina e per raggiungerlo dobbiamo attraversare il lungo ponte sul Torano. Infatti la casa di Rita è fuori dal paese subito dopo il ponte ma il grande vantaggio è che si trova sul percorso della tappa di domani e in partenza non dovremo affrontare subito la ripida salita.

Il centro medievale lo troviamo letteralmente invaso da turisti ma è comunque piacevole e interessante passeggiare nei vicoli, scoprire gli edifici in pietra e ammirare i numerosi scorci sulla valle e sui monti.

I tavolini dei ristoranti sono ancora occupati da intere famiglie che a giudicare dai dolci rimasti devono aver abbondantemente gozzovigliato con le squisite prelibatezze locali.

Ci concediamo un gelato e finalmente quando ormai non ci speravamo più vista l'ora, un ometto

apre il piccolo negozio di alimentari e possiamo fare provvista per domani.

Tornati a casa prepariamo un generoso piatto di pasta con olio e parmigiano che gustiamo ammirando una piccola e solitaria barca a vela sul lago, mentre il tramonto ci regala bagliori di luce con tonalità che vanno dal giallo al viola. Una piacevole sensazione di pace ci avvolge.

Aspettiamo il buio per ammirare le stelle e andiamo a nanna col cuore colmo di gratitudine e gli occhi pieni di tanta bellezza che difficilmente potremo dimenticare.

Colore di oggi: verde-azzurro del lago

Parola: Volo, come danza leggera delle farfalle

Giovedì 26 aprile 2018 da Castel di Tora a Orvinio

Al risveglio la pallida e timida luce dell'aurora sul lago ci dà il buongiorno, presagio di una giornata luminosa. La tappa di oggi è segnalata come impegnativa a causa di un importante dislivello in salita nella prima parte.

Dopo colazione riordiniamo, prepariamo lo zaino, lasciamo un contributo generoso per Rita sapendo che sostiene numerose iniziative caritatevoli e ci chiudiamo la porta alle spalle di questo specialissimo angolo di paradiso.

Il sentiero comincia subito in salita con un'importante pendenza e già dopo poche decine di metri ansimiamo. Devo darmi una regolata e applico il mio mantra: armonizzo in quattro tempi il cammino e la respirazione e ripeto il salmo pure in quattro tempi "sei Tu – Signore – l'unico – mio bene". Così sono molto più coordinata non solo coi movimenti e col fiato, ma anche l'anima si sintonizza nella natura e il mantra diventa una preghiera.

Quando si va in montagna, ad ogni passo in salita il paesaggio cambia e in questa parte di mondo le vedute sono incantevoli, sotto di noi il lago sempre più luminoso, vallate, boschi e praterie sono di una straordinaria e infinita bellezza. Per un lungo tratto solo silenzio, anche il nostro passo è attutito dal morbido tappeto di erba nuova, poi il ticchettio di un picchio ci segue a lungo.

Attraversiamo un bosco di faggi e proseguiamo, incontriamo parecchie mucche che pascolano tranquillamente nei prati, poi scendendo dal valico forse ci distraiamo e perdiamo le tracce non trovando più i segnavia. Cerchiamo d ragionare e interpretare la guida e con un po' di fortuna ci ritroviamo sulla retta via.

Arrivati a Pozzaglia Sabina visitiamo il piccolo e accogliente paesino, scambiamo quattro chiacchiere con la signora che gestisce il negozio di alimentari dove acquistiamo dell'ottimo formaggio. Scopriamo Agostina Pietrantoni la suora proclamata santa nel 1999 e venerata come

patrona degli infermieri, alla quale il paese è devoto. La casa museo della santa purtroppo è chiusa perciò ci rimettiamo in marcia. Incontriamo un contadino che ci racconta di aver lavorato al nord ma ora che è in pensione si dedica a tempo pieno al suo orto e gli ottimi risultati del suo impegno sono davanti ai nostri occhi. Ci salutiamo cordialmente e proseguiamo puntando a sud, contiamo di arrivare a Santa Maria del Piano per la sosta pranzo.

Seguiamo le indicazioni della guida visto che la stessa ci segnala che prima di un campo il sentiero finisce e dovremo attraversare questo campo dirigendoci verso il campanile in lontananza. Seguiamo le istruzioni infangandoci per bene e infine scavalchiamo una recinzione per poi raggiungere la bellissima abbazia romanica e sostare all'ombra delle sue mura per il meritato riposo.

Il telefono suona e vedendo il numero di Rita temo di aver dimenticato qualcosa o che magari non abbia trovato la chiave. Invece vuole solo segnalarci che abbiamo lasciato un contributo eccessivo e non era il caso. La assicuriamo che siamo contenti di sostenere le sue iniziative e lei ci ringrazia anche troppo.

Orvinio è la meta e ci arriviamo a metà pomeriggio. Maurizio ci aspetta e la sua accoglienza è grandiosa. Ci accompagna nel B&B, una bellissima casa della nonna di Simonetta sua moglie, che si trova nel centro del paese, arredata in arte contadina e nel letto troviamo stupende lenzuola ricamate della nonna.

Anche qui siamo soli e il confort è assoluto. Maurizio deve accompagnare dei turisti di Padova in visita alla chiesa di Santa Maria dei Raccomandati del XVI secolo e ci invita ad unirci al gruppo. Chiediamo qualche informazione per acquistare il pranzo per domani ed essendo chiuso per turno settimanale di riposo l'unico negozio di alimentari, fa una telefonata alla proprietaria che arriva subito e riapre solo per noi. E' l'occasione di conoscere una splendida persona che ci racconta della fatica di resistere con la sua attività ora che la gente va nei supermercati fuori paese a fare la spesa.

Riusciamo anche ad andare a Messa e strada facendo ci fermiamo a chiacchierare con altra gente del posto che passeggia per ingannare il tempo.

La giornata si conclude con un'ottima cena a base di ravioli ripieni di ricotta e borragine fatti a mano all'istante davanti ai nostri occhi seguiti da altre delizie locali. Tutto ottimo e a prezzo super onesto.

Anche Orvinio fa parte dei borghi più belli d'Italia e qui è davvero bellissima anche la sua gente.

Colore di oggi: avorio dell'aurora di stamattina

Parola: Mantra, come aiuto nella fatica della salita

Venerdì 27 aprile 2018 da Orvinio a Mandela

Stamattina arriva Simonetta e in due minuti apparecchia la tavola per la colazione col cosiddetto servizio buono e ogni ben di Dio, per dirla come il popolo. Temendo che potremmo patire la fame avvolge nella stagnola fette di torta e altro e ci invita a mettere il tutto nello zaino. Ci fa dono anche di un piccolo ciondolo in ceramica col logo del Cammino e il nome del B&B Il sorriso dei Monti.

E andiamo ad affrontare la tappa di oggi che la guida segnala lunga oltre che impegnativa. E' una tappa di montagna nel parco regionale dei monti Lucretili; appena fuori dal paese ci troviamo immersi in un ambiente fantastico, panorami mozzafiato e silenzio assoluto. Ogni tanto il canto del cucù ci ricorda che non siamo gli unici esseri viventi in questo paradiso, la mente non ha più pensieri e la sensazione è quella di sentirsi parte di questo infinito. Avverto un senso di timidezza nei confronti del creato e la gratitudine che sale dal cuore credo sia preghiera.

Per diverse ore camminiamo in perfetta solitudine e anche in silenzio fino all'arrivo a Licenza, altro borgo medievale col suo castello. Nella piazza centrale una panchina sembra attenderci, infatti pur essendo passato mezzogiorno la piazza è affollata, ai tavolini del bar gli uomini chiacchierano e alcune donne fanno la coda al negozio di alimentari. C'è una bella animazione, evidentemente si conoscono tutti perché si chiamano per nome e si scambiano notizie e qualche pettegolezzo. Considero che evidentemente qui si pranza molto più tardi rispetto alle nostre nordiche abitudini. Noi facciamo un piccolo spuntino perché la sete predomina sul senso di fame e alla fontana riempiamo le borracce di ottima acqua minerale.

Recuperate le energie salutiamo il paese di Orazio e ci rimettiamo in cammino col sole a perpendicolo ben caldo sopra le teste, camminiamo e camminiamo ma questo tratto in salita sembra non finire mai.

Finalmente raggiungiamo un poggio dal quale in lontananza si vede Mandela e la valle dell'Aniene e qui inizia la discesa verso i prati di Pian del Papa.

Raggiugiamo infine Mandela e il B&B Febbin dove troviamo ad attenderci Giuliana che ci accoglie calorosamente e ci assegna una bellissima stanza. La casa è veramente arredata con buon gusto, nessun dettaglio è trascurato. Oso chiedere se per caso c'è anche una lavatrice e scopro che esiste una versione straordinaria di questo elettrodomestico che in diciassette minuti lava e igienizza il bucato. Colgo l'occasione per dare una bella rinfrescata all'intero contenuto dei nostri zaini e grazie al leggero venticello prima di cena è tutto asciutto. Che soddisfazione!

Nel frattempo arrivano altri pellegrini, tre milanesi che fanno due tappe al giorno e tre coppie di vicentini che inizieranno domani il loro Cammino partendo da qui.

In attesa della cena torniamo in paese che troviamo carino e riusciamo anche ad andare a Messa. All'uscita un'anziana signora ci indica la strada del ritorno e ci racconta qualcosa di sé e delle

attività di questo luogo.

Il compagno di Giuliana ci ha consigliato un ristorante ed ha prenotato per tutti. Benissimo, stasera siamo in compagnia, si chiacchiera e ci si scambia esperienze di cammini. Si crea subito un bel clima, c'è empatia e sono tutti molto simpatici e loquaci anche col contributo di qualche bicchiere in più di vino. I vicentini sono alla loro prima esperienza di cammino, me ne ero accorta prima che lo dicessero valutando i loro capi di abbigliamento piuttosto pesanti che domani dovranno portarsi in spalla dentro lo zaino.

La piacevole serata si conclude piuttosto tardi e ci diamo appuntamento a colazione domani mattina.

Il colore di oggi: lilla, i toni riposanti della stanza

Parola: ascolto: ho ascoltato molto le persone incontrate che mi hanno raccontato volentieri di sé.

Sabato 28 aprile 2018 da Mandela a Subiaco

La tappa di oggi è lunghissima e tutti insieme valutiamo che 33 km sono davvero tanti. Giuliana ci suggerisce di farne una parte in autobus per conservare un po' di energie da dedicare alla visita di Subiaco.

Quindi percorriamo comodamente seduti in autobus un tratto della Tiburtina Valeria fino ad Agosta. Da qui seguiamo i segnavia e in breve ci troviamo a costeggiare l'Aniene attraversando diversi boschi e godendo il senso di fresco dovuto alla gran quantità di ruscelli, cascatelle e fontanelle. L'acqua è proprio abbondante in questa zona e ci dicono di ottima qualità.

Purtroppo non riesco a godere della natura perché si chiacchiera molto, con un tono alto di voce.

Verso le undici attraversiamo il ponte di San Francesco e passando sotto l'arco ci troviamo nel traffico prefestivo del centro di Subiaco. Abbiamo lasciato dietro di noi il convento di San Francesco pensando di tornare a visitarlo nel pomeriggio. Col gruppo dei vicentini decidiamo per un giro nel centro storico che col caldo e il peso dello zaino si rivela faticoso ma interessante.

Facciamo un piccolo spuntino e poi saliamo alla Rocca dei Borgia dalla quale si gode un bel panorama su tutta la valle, quindi Martina una gentilissima guida ci accompagna nella visita al castello e ci appassiona con dettagliate e interessanti spiegazioni che comprendono un bel periodo storico. Quando ci saluta si scusa pure per non aver potuto dedicarci altro tempo, che peraltro a noi sembra essere stato fin troppo generoso. La ringraziamo meravigliati dal fatto che non abbia voluto essere pagata per il suo lavoro e non abbia accettato neppure una piccola mancia.

A questo punto il programma era di raggiungere i monasteri ma i nostri nuovi amici sono molto

provati da questa loro prima tappa e accorgendosi di aver prenotato un B&B piuttosto distante si fermano a discutere sul da farsi anche perché nel frattempo una di loro accusa un leggero malessere. Quindi ci congediamo e proseguiamo per la casa di preghiera San Biagio dove trascorreremo la notte.

Strada facendo decidiamo di rimandare a domani la visita al Sacro Speco e al Monastero di Santa Scolastica perché siamo a metà dell'intero Cammino, la giornata è caldissima e l'ultimo tratto su asfalto è proprio faticoso.

Consumiamo le ultime energie nella ripida salita a San Biagio e quando arriviamo, dopo una breve attesa, l'accoglienza di suor Letizia, la natura del luogo e la sacralità che qui si respira ci convincono di essere approdati in una dependance del paradiso.

Ci viene assegnato l'alloggio e con una bella doccia ci rilassiamo e riusciamo a fare una passeggiata in questo splendido luogo dove tutto parla di pace e armonia.

Nella casa ci sono molti ospiti che trascorrono qui l'week end , qualcuno ci parla con enfasi di suor Maria Pia, anni 94, teologa, che domani farà una catechesi. Ceniamo con tutte queste belle persone in un clima di allegria a semplicità. Conosciamo le altre suore salesiane che vivono qui, oltre a suor Maria Letizia e a suor Maria Pia ci sono una suora africana e una peruviana vestite con i loro costumi caratteristici e un'altra suora polacca.

Andiamo a dormire e prendiamo la decisione di fare una pausa di riposo, questo è il luogo adatto. Pertanto domani trascorreremo la mattina in convento e prenderemo la messa, nel pomeriggio visiteremo i monasteri.

Il colore di oggi: giallo, la luce che illumina ogni attimo e ci consente di scegliere

Parola: Letizia, percepita negli atteggiamenti delle suore.

Domenica 29 aprile 2018 Subiaco, Casa di Preghiera San Biagio

Anche oggi è una bellissima giornata di sole e l'aroma del caffè che proviene dalla piccola cucina invade la casa. Facciamo colazione con gli altri ospiti, salutando Letizia le domandiamo come possiamo renderci utili in attesa della Messa. Ci dice che ci sarebbe da potare la vite e chiede a Mario se lo sa fare, lui risponde che non lo ha mai fatto ma Suor Letizia gli porta delle cesoie e con un gran sorriso lo invita a fare questa esperienza senza timore. Ci guardiamo stupiti per questa estrema fiducia e ci chiediamo se in autunno questa vite darà frutti. Lei non ha dubbi!

Così ci mettiamo all'opera finché ci chiamano per la catechesi di suor Maria Pia. Radunati in giardino ascoltiamo con grande interesse una bellissima spiegazione sul discernimento. Prima della meditazione l'anziana suora ci invita a preparare la mente, ad armonizzare il respiro e a

trovare una comoda posizione del corpo per chiedere lo Spirito Santo.

Ci introduce poi attraverso vari testi e richiami sia biblici che storici o letterari alla necessità di migliorare il nostro equilibrio e il rapporto con Dio, attraverso il discernimento nella vita di ogni giorno, con atteggiamenti e azioni giuste e buone. La ascoltiamo incantati ed eseguo volentieri il compito che ci assegna: valutare i miei lati buoni e i meno buoni. Per entrambi riesco a redigere due lunghi elenchi che mi ripropongo di analizzare nel dettaglio con le letture che ci consiglia: il libro dei Proverbi, il Cantico dei Cantici e la lettera ai Corinzi 2,13-15.

A questo momento segue la Messa vissuta davvero in un clima di famiglia, la suora peruviana suona uno strumento simile ad un'arpa orizzontale dal suono dolcissimo e anche il cane si unisce al coro. Giuro che se mi avessero raccontato di un cane che canta non ci avrei creduto, ma qui è tutto straordinario.

Arriva l'ora del pranzo e tutti collaboriamo nel preparare le tavole allestite in giardino perché nel frattempo gli ospiti sono aumentati e in un clima di allegria ci ritroviamo a tavola, viviamo una grande gioia, quella di una famiglia in festa.

Nel pomeriggio scendiamo al Monastero di San Benedetto e a quello di Santa Scolastica. Per entrambe le visite ci uniamo a gruppi di turisti e siamo guidati da volontari che con una grande passione e generosità ci accompagnano in questi luoghi sacri facendoci apprezzare sia le bellezze artistiche che episodi della vita straordinaria dei due santi gemelli.

Trascorriamo parte del pomeriggio con due ragazze di Civitavecchia che abbiamo conosciuto a San Biagio, ci raccontano di situazioni difficili della loro vita e sembra impossibile che persone così giovani possano avere dei dolori così grandi.

Nel ritorno ci offrono un passaggio in macchina che accettiamo volentieri visto che oggi è giorno di riposo.

A cena ci ritroviamo con altri pellegrini che avevamo conosciuto a Poggio Bustone: Tiziana, Gualberto e Gerard e due nuovi pellegrini Maurizio e Gianluca che hanno ripreso ieri la seconda parte del Cammino da Mandela, in Autunno avevano concluso lì il primo tratto.

Oggi abbiamo ricaricato le batterie di buone energie fisiche e soprattutto spirituali.

Per la grande gioia che mi pervade e un senso di infinita gratitudine quasi faccio fatica a prender sonno. Ho acquistato due libri scritti da suor Maria Pia, uno è un libretto di favole e in attesa di addormentarmi ne leggo qualcuna.

Difficilmente riuscirò a dimenticare questa particolarissima giornata vissuta tra terra e cielo.

Il colore di oggi: l’arcobaleno, troppe le sfumature di colore nei molteplici doni ricevuti

Parola: Famiglia, quella che comprende tutta l’umanità

Lunedì 30 aprile 2018 da Subiaco a Trevi nel Lazio

Ma dobbiamo proprio andarcene da qui, da questo paradiso? E’ la prima cosa che mi chiedo appena sveglia e nel comunicarlo a Mario scopro che anche lui è un po’ dispiaciuto, per consolarci ci promettiamo di ritornare.

Facciamo colazione con gli altri pellegrini e suor Letizia si accerta che ci nutriamo a sufficienza, le ho detto che adoro il caffè, me ne versa in abbondanza e non contenta ci regala una mela e un sacchettino di arachidi. Quanto amore concreto in quest’anima!

Ci congediamo con un lungo abbraccio e l’impegno a ricordarci l’un l’altro nella preghiera.

Scendiamo quasi volando al Sacro Speco per partecipare alla Messa delle otto. Siamo solo noi e il celebrante ma dopo poco ci raggiunge Gualberto. Bello iniziare la giornata col Signore, l’anima è leggera, si avverte la presenza del carisma di san Benedetto. Con entusiasmo ci incamminiamo verso la meta di oggi in questa tappa di circa 20 km che la guida descrive come facile.

Per un lungo tratto il sentiero segue il corso del fiume Aniene, immerso in una splendida natura e nel silenzio rotto solo dal canto di qualche uccellino e dallo scorrere dell’acqua.

Il pensiero torna alla bella esperienza vissuta a San Biagio e mentre ripenso alla meditazione di ieri con suor Maria Pia cerco di fissare nella mente alcuni punti che mi sembrano importanti per dare una svolta alla mia vita spirituale. Mi dico che devo essere positiva, guardare di più il cielo e meno la terra e sollevando lo sguardo mi accorgo di uno stormo di rondini che in una formazione geometrica a freccia vola proprio sopra le nostre teste.

Che incanto, voglio credere che questo volo sia indice di buon auspicio oltre che una gioia per gli occhi, da noi le rondini non si vedono più da parecchi anni.

Cammin facendo incontriamo Maurizio e Gianluca, sono due amici di Nettuno vicino a Roma. Si incontrano per i cammini che fanno insieme durante le vacanze perché Gianluca lavora e vive a Londra. In pochi chilometri ci raccontano molto della loro vita e poi loro allungano il passo e ci diamo appuntamento a domani.

Arrivati a Ponte Comunacque scopriamo che il ponticello romano è crollato in parte e non si può attraversare il torrente quindi la strada si allungherà. Ci fermiamo per la pausa pranzo presso un ambulante che sforna panini con la porchetta e altri salumi del posto. Mario si gode il suo panino e io sgranocchio le noccioline.

Quando riprendiamo inizia a fare caldo e il tratto di strada asfaltata rende piuttosto faticoso il cammino. Vediamo Trevi nel Lazio in cima alla collina e sembra di essere quasi arrivati ma presto ci rendiamo conto che per raggiungerlo dobbiamo percorrere la strada che gira tutto attorno a questa collina fino ad arrivare al versante opposto a quello nel quale ci troviamo.

Finalmente una ripida salita in mezzo ai vigneti ci conduce in paese e arrivati nella piazza centrale ci viene incontro Daniele, ci chiama per nome, ci invita al bar e ci serve un'ottima granita al limone. L'accoglienza di questa gente è sempre stupefacente!

Il rifugio per questa notte è un piccolo ma funzionale monolocale.

Ci rilassiamo con una bella doccia e dopo il solito bucato visitiamo questo splendido paesino medievale ricco di tanta bellezza e bella gente.

Consumiamo un'ottima cena nell'unico ristorante aperto e incontriamo gli altri pellegrini che abbiamo conosciuto ieri a san Biagio.

Ci congediamo presto e andiamo a nanna. Domani ci aspetta una tappa impegnativa.

Il colore di oggi: il bianco del sorbetto

Parola: Volo, quello delle rondini, quello dell'anima per rimanere in alto.

Martedì 1° maggio 2018 da Trevi nel Lazio a Collepardo

Per affrontare la lunga ed impegnativa tappa ci svegliamo abbastanza presto. Ieri sera il fornaio ci ha informati che avremmo potuto fare colazione dalle sei di mattina.

Infatti appena appena usciti di casa le nostre narici sono state solleticate da un intenso profumo di pane e dolci, seguendolo siamo arrivati al forno, le brioches erano divine e ne ho chiesta una per la merenda. Ho fatto i complimenti alla signora che per prepararle si alza alle tre di notte dopo averle impastate la sera precedente. Difatti tra queste e quelle surgelate precotte c'è un abisso di gusto e qualità.

La giornata inizia davvero bene con questa dolce carica!

Camminiamo facendo a ritroso il sentiero tra le vigne percorso ieri in salita quindi ci inoltriamo per campi e poi iniziamo a salire nel bosco. Camminiamo parecchio senza incontrare anima viva, verifichiamo continuamente la guida perché i segnali scarseggiano e finalmente arriviamo all'Arco di Trevi, un manufatto in pietra di origine romana che confrontiamo con la foto sulla guida, visto che è proprio il medesimo ci consoliamo per aver trovato un punto certo.

Da qui in poi andiamo un po' a intuito e probabilmente allunghiamo anche il percorso, del resto probabilmente alcuni segnavia devono essere spariti. Incontriamo un contadino al quale chiediamo conferma della direzione da seguire e ci indica che più avanti incroceremo la strada asfaltata per Guarcino.

Intanto alcune grosse e basse nuvole incombono sulle nostre teste, riusciamo ad arrivare in paese, un via vai di gente che si accalca alle bancarelle dove grandi ceste di fave vengono prese d'assalto. Il I° maggio in queste zone è tradizione festeggiare con fave e pecorino l'inizio del mese.

E' ormai mezzogiorno e nonostante manchino ancora due terzi di tappa decidiamo di fermarci.

Arrivano intanto anche Tiziana, Gianluca e Gerard che cercano senza successo di contattare Maurizio e Gualberto che hanno comunicato di essersi persi.

Pranziamo tutti insieme condividendo le cibarie e poi girovaghiamo per le viuzze in cerca di un caffè. Purtroppo le chiese sono chiuse e riprendiamo il cammino dopo aver coperto lo zaino e aver recuperato gli ombrelli perché ha iniziato a piovigginare.

Raggiungiamo Vico nel Lazio, bellissimo centro medievale che la guida definisce una piccola Carcassonne nel cuore della Ciociaria. Ci prendiamo il tempo necessario per girovagare tra i suoi vicoli e visitare la Collegiata di San Michele, breve pausa con un fresco ghiacciolo e poi di nuovo in marcia verso Collepardo.

Ormai non dovrebbe mancare molto alla meta ma di nuovo ad un incrocio a causa della segnaletica poco chiara sbagliamo direzione e aggiungiamo qualche chilometro al cammino.

Ed eccoci alla Casa d'Ivi splendido B&B nel centro del paese dove Giorgio e Ivana ci accolgono in questo splendido palazzo d'epoca che fu la casa di non so quale vescovo o cardinale loro lontanto parente. Siamo incantati da tanta bellezza, ogni mobile e oggetto d'arredo perfettamente conservati ci fanno fare un tuffo nella storia. Ci viene assegnata una stanza principesca nella quale tra i colori dell'arredo predomina l'oro, ciò mi fa riflettere sulla preziosità dell'esperienza che stiamo facendo.

Nel frattempo arrivano anche Maurizio con Gianluca e Marco con Alain, tutti hanno avuto problemi e addirittura loro hanno allungato molto più di noi il cammino assieme agli altri tre pellegrini che alloggiano in un altro B&B. Gualberto e Maurizio infine sono stati recuperati sfiniti da un volontario del cammino che li ha riaccompagnati in macchina.

Ci ritroviamo tutti insieme a cena da Anna che ci serve squisite pietanze, ormai formiamo un gruppo e noi siamo i più anziani.

Quattro passi in paese anche questo un vero gioiello e poi il meritato riposo.

Il colore di oggi: oro, la preziosità delle cose che contano nella vita

Parola: pazienza, tanta ne è servita per cercare i segnavia.

Mercoledì 2 maggio 2018 da Collepardo a Casamari

Ieri sera ci siamo dati appuntamento per poter fare colazione tutti insieme, infatti Ivana ci aspetta nella sala da pranzo con una bella tavola apparecchiata e un gran sorriso. Siamo tutti di buon umore, l'atmosfera di questa casa è magica. Sembra che secoli di storia abbiano lasciato tracce vive di umanità e storie di persone tra i muri e gli ambienti che ieri abbiamo visitato con Ivana che ci ha fatto da guida.

Siamo incuriositi da un vecchio jukebox e Giorgio, orgoglioso ci racconta la sua storia e con orgoglio dimostra che il suo gioiello è perfettamente funzionante, sceglie un disco e tutti insieme ci muoviamo a tempo di musica e canticchiamo.

E' tempo di mettere lo zaino in spalla e affrontare la tappa di oggi. Ivana mi abbraccia forte, mi commuove sentire un affetto sincero nato solo poche ore fa.

Anche oggi il tempo è bello e fa già caldo, arriviamo troppo presto alla Certosa di Trisulti che apre a mezzogiorno e dopo attenta valutazione della tappa decidiamo purtroppo di non visitarla. Dalle sbirciate che abbiamo potuto dare attraverso il cancello ci sembra immensa e la sua storia che abbiamo letto sulla guida è molto interessante.

Di nuovo in marcia e in salita, siamo sui monti Ernici e man mano che ci allontaniamo dalla Certosa, la stessa ci appare in tutta la sua magnificenza vista dall'altro tra i boschi, illuminata dal sole. Il verde scuro degli alberi, la pietra della Certosa e l'azzurro del cielo rendono questa immagine uno splendore che ci costringe continuamene a volgere lo sguardo indietro.

Per un lungo tratto camminiamo con Gianluca e Maurizio. Chiacchieriamo scambiandoci esperienze di altri cammini e raccontandoci un po' di noi, della nostra vita. Bello conoscerci, è sempre una ricchezza.

Ho l'occasione di stare accanto a Maurizio che condivide una sua esperienza di vita in ambito lavorativo piuttosto dolorosa, lo ascolto con attenzione e insieme ragioniamo dell'importanza del perdono e della scelta faticosa di vivere il perdono. Ci scambiamo esperienze su questo argomento e raggiungiamo la comune certezza che poter perdonare con la nostra sola volontà non è impossibile ma con l'aiuto della preghiera è molto più facile.

Anche se questa tappa è per tanta parte su asfalto, il paesaggio è sempre molto bello, tanto verde

e tanto silenzio. Per molti tratti chiacchieriamo ma abbiamo anche tempo per il silenzio che quando si cammina ha sempre qualcosa da dire al nostro cuore.

Arriviamo a Casamari e ci dirigiamo subito all'Abbazia che appare imponente alla nostra vista. Lasciamo gli zaini all'ingresso e ci addentriamo nello splendido edificio medievale. Abbiamo tempo per visitare tutti gli ambienti che compongono questo magnifico complesso dove ancora vivono i monaci cistercensi.

E' davvero tutto di enormi dimensioni e la guida ci aiuta a comprendere la storia di questo luogo ma soprattutto l'incidenza di questo ordine religioso nella storia della Chiesa, la testimonianza di regole vissute e della santità scaturita da questa esperienza di vita.

Raggiungiamo quindi il convento delle Suore Cistercensi della Carità dove ci accoglie Suor Giuliana; la stanza che ci assegna è semplice e accogliente, le lenzuola profumano di fresco bucato e dopo la meritata doccia e il solito bucato andiamo a cena con tutti gli altri pellegrini.

Siamo in nove e Filippo che gestisce la sua osteria soddisfa tutte le numerose richieste con una pazienza infinita. Quando ci presenta il conto lo riteniamo all'unanimità troppo modesto e con gratitudine lasciamo una meritata mancia.

Il colore di oggi: arancio, Trisulti in lontananza aveva questi riflessi

Parola: Abbraccio, gesto che avvolge e comprende in sé, quello di Ivana nel saluto di stamattina

Giovedì 3 maggio 2018 da Casamari ad Arpino

Stamattina siamo pronti in anticipo e in attesa della colazione scendo nella chiesetta dove le tre suore recitano in canto gregoriano le lodi. E' incredibile come solamente tre voci riescano a creare qualcosa di veramente armonico e nel raccoglimento che genera questa preghiera riesco ad unirmi a loro nel silenzio.

Suor Giuliana ci serve poi la colazione e si intrattiene un po' con noi raccontandoci della sua esperienza e chiedendoci di noi. Nel salutarci ci annuncia che oggi pioverà.

La guida propone due alternative per la tappa di oggi e noi scegliamo senza indugio la più lunga per poter visitare l'Abbazia cistercense di San Domenico a Sora.

Il primo tratto del cammino è semplice anche se paesaggisticamente non particolarmente bello a causa di lunghi tratti su asfalto. A Isola di Liri ammiriamo proprio nel centro della cittadina la cascata grande che effettivamente, vista la posizione ha un certo fascino; ci concediamo un caffè e torniamo sui nostri passi. Il percorso riprende in salita su una strada sterrata ma ad un certo punto le indicazioni non sono più chiare e decidiamo di tornare al bivio dove era sorto il dubbio. Nel

frattempo arrivano anche Maurizio e Gianluca di ritorno dal percorso che anche noi avevamo intrapreso e dopo esserci consultati decidiamo di telefonare all’amico del cammino segnalato sulla guida e finalmente le indicazioni diventano chiare.

Arriviamo a Sora che è quasi mezzogiorno, l’Abbazia di san Domenico è un complesso monastico dell’anno mille che ha un fascino particolare. Si respirano secoli di spiritualità e fede ed è intimo riposare su queste panche lasciando l’anima libera di ricaricarsi di quella pace che offusca tutto quel vissuto che pace non è.

Intanto arrivano anche i nostri due compagni e propongo a Maurizio di pregare insieme per chiedere una grazia speciale per un suo collega e per lui la fedeltà al perdono.

Visto che non piove noi ci fermiamo per la sosta pranzo su una panchina di fronte all’Abbazia e salutiamo i ragazzi che proseguono, dopo averci informati che a causa della mancanza di indicazioni, abbiamo percorso qualche chilometro in più.

Riprendiamo il cammino ancora su asfalto ma su stradine secondarie e per fortuna senza traffico. Il cielo promette davvero pioggia, ci fermiamo a coprire gli zaini e prepariamo gli ombrelli. Incontriamo il cartello che ci indica che siamo in territorio di Arpino ma chiedendo ad una ragazza quanto manca al paese ci dice che ci sono ancora cinque chilometri.

Intanto comincia a piovere quando un’auto si ferma e il conducente ci invita a salire promettendo che ci farà risparmiare due chilometri di strada noiosa. Siamo un po’ titubanti ad accettare il passaggio ma lui insiste, dice che sta andando dal nipotino e che spesso transita i pellegrini per questo breve tratto. Visto che insiste approfittiamo. Grazie Gino, questo il suo nome, penso che sia uno sconto sulla strada percorsa in più questa mattina.

Ci lascia effettivamente come promesso al punto concordato fornendoci tutte le spiegazioni per rimanere sul percorso.

Arpino è bellissima, ha un fascino tutto suo, forse lo stesso che ha trasmesso al suo illustre cittadino Cicerone al quale ha dato i natali.

Ci rechiamo subito al Cavalier d’Arpino dove abbiamo prenotato per la notte e scopriamo che è un albergo magnifico, veramente confortevole. Siamo stupiti nell’incontrare parecchi turisti giapponesi e consideriamo che prima di oggi noi italiani non sapevamo nemmeno che esistesse questo splendido borgo.

Nel pomeriggio girovaghiamo per il paese e acquistiamo il pranzo per domani in un piccolo negozio di frutta e verdura, la proprietaria ci serve con gentilezza e ci regala pure un pacchetto di fichi secchi, questa generosità mi commuove.

Intanto come sempre quando cambia tempo, Mario ha il mal di stomaco e l'umore ne risente.

Seguiamo il consiglio della signora della reception e andiamo a cenare da Carlo che propone un ottimo menù del pellegrino il cui piatto forte è il risotto alle ortiche. Quando gli faccio i complimenti ci presenta il suo libro con le ricette culinarie dei monaci benedettini che naturalmente acquisto, domani avrò tre etti di peso in più nello zaino.

Il colore di oggi: verde bottiglia come l'acqua del fiume Liri

Parola: cascata, la capacità di fare salti con l'anima negli imprevisti.

Venerdì 4 maggio 2018 da Arpino a Roccasecca

Ci svegliamo abbastanza presto perché vogliamo prenderla con calma questa penultima tappa e da ieri la stanchezza comincia a farsi sentire.

La prima colazione a self service è una vera sorpresa: numerosi tavoli sono apparecchiati anche in modo artistico con svariati cibi dal salato al dolce passando per la frutta con succhi ed estratti di ogni tipo, Una delizia per gli occhi e una tentazione per la gola alla quale dobbiamo resistere per non appesantirci, dovendo affrontare un primo tratto del cammino in salita.

Il tempo è un po' incerto ma il morale è alto. Del nostro gruppo siamo i primi a metterci in cammino perché vogliamo gustarci la visita dell'acropoli di Civitavecchia, un vero gioiello che raggiungiamo appena sopra Arpino. Percorrendo la strada in salita si gode la vista dei tetti del paese sviluppato a cavallo tra due colli, panorama bellissimo.

Intanto ci raggiunge il resto di quello che ormai è diventato un gruppo; anche se ognuno va col proprio passo prima o poi ci si ritrova sul percorso.

Qualcuno si incammina velocemente noi invece rallentiamo l'andatura perché il panorama è da contemplare e tutto sommato la tappa non è eccessivamente lunga.

Dopo qualche chilometro ci sentiamo chiamare dalla cima di una collina, Tiziana si sbraccia e ci invita a salire; con Gualberto e Gerard sono ospiti di persone del posto che lei ha conosciuto in treno e che ha promesso di passare a salutare.

Sono contadini che ci offrono un bicchiere d'acqua che accettiamo volentieri, peccato che scopriamo trattarsi di grappa. Io che sono semi-astemia assimilo immediatamente l'alcol e devo reggermi a Mario per poter visitare la fattoria e le numerose cantine dove stagiona ogni tipo di prelibatezza.

Ci offrono assaggi di tutto, salumi, formaggi, vino e infine caffè e biscottini. Decidiamo tutti di

comprare una forma di pecorino da portare a casa e la più piccola che finirà nel mio zaino pesa un chilo, i ragazzi acquistano anche del vino.

Salutiamo la numerosa famiglia patriarcale con baci e abbracci e ci rimettiamo tutti in cammino. Tra il libro di ricette e il pecorino lo zaino si fa sentire e mi pento di aver ceduto all'entusiasmo di portare ai miei il profumato souvenir.

Ora siamo molto allegri e uniti per l'esperienza vissuta, qualcuno ha esagerato con gli assaggi e abbiamo tutti e nove lo stesso passo, chiacchieriamo facendo buone considerazioni sull'umanità e sulla semplicità di questa gente. Il contrasto, con la vita di città che ci ha abituati a calcolare in tempo e denaro ogni cosa, è evidente. I cammini in questo senso ci costringono a provare almeno a cambiare registro e attraverso incontri e vicende come questa si ricevono iniezioni di speranza.

Prima di affrontare le gole del Melfa, un canyon spettacolare, facciamo la pausa pranzo seduti su un prato all'ombra di alcuni ulivi, condividendo tutto ciò che abbiamo come cibo ma anche l'esperienza del cammino.

Il tratto che ci separa da Roccasecca è uno spettacolo della natura e anche se ha cominciato a gocciolare ci regala forti emozioni. Vediamo sopra di noi l'eremo dello Spirito Santo incastonato in una parete rocciosa e ci chiediamo come abbiano potuto costruire in un posto così impervio e scomodo.

Nel frattempo la pioggia aumenta e nonostante le protezioni siamo tutti piuttosto bagnati ma prima di arrivare a Roccasecca, Tommaso ci viene incontro con altre due persone, tutti automuniti per evitarci di affrontare le strade allagate.

Raggiungiamo così i vari alloggi e dopo una doccia calda Angelo ci accompagna a visitare il grazioso borgo di Caprile e la sua splendida chiesa. Angelo è un Cicerone perfetto e non lesina spiegazioni, permette perfino ai ragazzi di salire in cima al campanile. Andiamo anche alla trecentesca Chiesetta di San Tommaso d'Aquino e visitiamo i pochi resti della Rocca dei conti d'Aquino dove nel 1225 nacque il santo.

La movimentata giornata si conclude a tavola, siamo tutti insieme, il cibo naturalmente è ottimo ma quest'ultima cena ha il sapore dell'addio.

Nel pomeriggio avevo chiesto ad Angelo dove avrei potuto trovare una delle bellissime piccole targhette in ceramica col logo del cammino di San Benedetto e dispiaciuto mi aveva risposto che non ce n'erano in vendita. Ma ecco che come ultimo dono della giornata arriva con un piccolo pacchettino, lo apro con emozione e curiosità mi ritrovo tra le mani una targhetta col simbolo del Cammino. Resto senza parole per tutte le numerose attenzioni ricevute, sono commossa, sento salire le lacrime che vorrei trattenere ma non riesco del tutto. Questa terra ha generato davvero gente speciale.

Il colore di oggi: verde, quel quasi argenteo degli ulivi

Parola: generosità di infiniti piccoli e grandi gesti

Sabato 5 maggio 2018 da Roccasecca a Montecassino

Eccoci pronti per l'ultima tappa con un'emozione nuova questa mattina. Mi dico e mi ripeto che non devo pensare a qualcosa che finisce, casomai ad un'esperienza che 'si compie' e merita di essere vissuta attimo per attimo fino all'arrivo.

Dopo colazione ripartiamo non prima di aver dato un saluto al bel panorama che si gode dalla piazza del paese che si affaccia come una grande balconata nella vallata sottostante.

Imbocchiamo il percorso indicato e ci accorgiamo di essere seguiti da due cani che per un lungo tratto ci affiancano e poi scodinzolando ci precedono quasi a volerci indicare la strada.

Rivediamo Caprile e rimiriamo ancora una volta il grande dipinto che ritrae San Cristoforo del quale ieri Angelo ci ha raccontato la storia.

La strada è in leggera discesa e non incontriamo nessuno fino a Castrocielo. Abbiamo percorso solo pochi chilometri ma sento la necessità di un the caldo per togliermi un senso di peso sullo stomaco che credo dovuto alla briosce della colazione che non è andata per il giusto verso.

Quando riprendiamo il cammino, i cani che nel frattempo ci hanno aspettato fuori dal bar, ci seguono. Il successivo tratto di strada è praticamente in piano e ciò consente di conservare le energie per gli ultimi dieci chilometri in salita che ci separano da Montecassino.

A Villa Santa Lucia troviamo un negozio di alimentari e ci mettiamo in coda con altri pellegrini per acquistare il pranzo e anche qui la gentilezza è di casa; le donne forse abituate ai pellegrini 'stanchi e affamati' ci danno la precedenza e ne approfittiamo volentieri. In breve raggiungiamo il santuario della Madonna delle Grazie e sostiamo per qualche momento in preghiera. Abbiamo molte persone e situazioni dolorose da affidare alla mamma celeste e molti anzi moltissimi motivi per ringraziare.

Da qui inizia un tracciato impegnativo per via del fondo del sentiero che per diversi tratti è sassoso. Cerchiamo pertanto di fare molta attenzione a dove mettiamo i piedi e ad un certo punto perdiamo di vista i segnavia; la stessa cosa è successa a Marco e Alain che stanno tornando sui nostri passi. Assieme a loro ci rimettiamo sulla retta via grazie al GPS e mentre camminiamo ci raccontano qualcosa di loro. Hanno l'età dei nostri figli, sono amici dai tempi della scuola e ci fa immensamente piacere scoprire che hanno bei progetti per il futuro e dei cosiddetti sani principi.

I cani sono sempre con noi mentre ora camminiamo sul sentiero attraverso il quale i soldati

polacchi entrarono a Montecassino il 18 maggio 1944. E qui la storia è davvero un capitolo molto triste. Mi vergogno a pensare che lo zaino oggi mi pesa particolarmente mentre Mario mi racconta in che condizioni camminavano i soldati su questi stessi sentieri e migliaia di questi giovani hanno sacrificato la loro vita in questa terra.

Arriviamo al cimitero polacco e decidiamo di visitarlo. Un pullman scarica un gruppo di studenti chiacchieroni e la signora polacca addetta all'accoglienza li invita al rispetto dovuto al luogo sacro. In silenzio giriamo nei vialetti di questo camposanto dove croci e stelle di David formano una bianco disegno geometrico, fiori di pietra annaffiati da chissà quante lacrime di mamme e papà, mogli e fidanzate che la guerra ha crudelmente privato degli affetti più cari.

Formuliamo qualche preghiera per le anime di questi eroi, leggiamo qualcuno dei nomi scritti sulle lapidi e penso alla tenerezza delle mamme quando per la prima volta hanno tenuto in braccio le loro creature, quando la felicità ha toccato i vertici dell'infinito e mai e poi mai avranno immaginato che al proprio bambino il destino potesse riservare una fine così assurda.

Con questo pensiero lasciamo il camposanto mentre un altro pullman scarica una comitiva di turisti polacchi che viene a rendere omaggio ai propri connazionali.

E' rimasto un solo cane ad attenderci, ci avviamo e poco dopo ci appare la sagoma immensa del monastero di Montecassino. E' una bella emozione essere arrivati fin qui e la gioia è grande quando incontriamo gli altri pellegrini con i quali abbiamo condiviso molti momenti.

Consumiamo il nostro pranzo con Maurizio e Gianluca nel parcheggio antistante l'ingresso del monastero, coi cani che ci fanno compagnia, il via vai di turisti e il parcheggiatore indispettito perché deve telefonare ai proprietari dei cani perché vengano a riprenderli. Scopriamo così che succede spesso che questi animali accompagnino i pellegrini da Roccasecca fin qui..

In attesa che apra la segreteria per richiedere il testimonium visitiamo l'Abbazia e scopriamo tanti particolari della sua storia. Ci scambiamo le impressioni su quanto stiamo vivendo e sull'esperienza del Cammino. Qualcuno tenta un bilancio ma è presto per fare valutazioni, dobbiamo lasciar decantare le emozioni del momento che sono troppe.

Mentre scendiamo i gradini della scalinata che portano nel cortile sentiamo cadere qualche goccia di pioggia, sembrano lacrime preziose come quelle che bagnano i miei occhi commossi.

Guardo la statua di Benedetto che trionfa al centro della piccola piazza: il santo monaco è rappresentato morente ma in piedi, sorretto da due confratelli, dopo aver ricevuto l'Eucarestia.

E' così che vorrei vivere il resto della mia vita: in piedi, fiduciosa, davanti all'Eterno Padre e quando non dovessi farcela, sorretta dall'amore dei fratelli e nutrita di quel Pane.

L’autobus ci attende sul piazzale, è il momento di salutare Gualberto che rimane qui altri due giorni, altri sono già partiti e noi con Maurizio e Gianluca andiamo a Cassino.

Il bellissimo B&B Le camerette di Edda ci accoglie per la nostra ultima notte, una bella doccia ristoratrice e poi coi nostri amici chiudiamo la giornata con una buona cena e tanta serenità.

Domani mattina Edda ci accompagnerà alla stazione.

Il colore di oggi: bronzo scuro della statua di san Benedetto

Parola: Vita, quella vissuta in questi giorni in pienezza.

Domenica 6 maggio 2018 Cassino-Casa

Da Cassino a Roma viaggiamo con Maurizio e Gianluca e in attesa del loro treno che partirà prima del nostro ci salutiamo con un ultimo caffè e lunghi abbracci. Davvero in pochi giorni da sconosciuti che eravamo siamo diventati fratelli, in cammino succede spesso ma non sempre.

Quando accade questa alchimia di anime il tesoro che ne deriva è un capitale i cui frutti rimangono per sempre nel cuore delle persone.

Saliamo sul treno che ci riporta a casa, Mario si addormenta e mi chiedo cosa stia sognando, io ho gli occhi ben aperti, immagino già quale potrebbe essere il prossimo cammino.

CONCLUSIONI:

Questo di San Benedetto è un Cammino davvero speciale. Non è paragonabile agli altri cammini che abbiamo percorso perché pur avendo alcune similitudini, ognuno ha la propria caratteristica.

Io lo definirei un Cammino a cinque stelle per l’ospitalità ricevuta, la spettacolarità della natura e il fascino delle abbazie. Inoltre in tutte, ma proprio in tutte le persone incontrate abbiamo trovato accoglienza e grande disponibilità. Penso che vivano quasi come una vocazione l’attenzione ai pellegrini.

Il cammino poi ha sempre tante sorprese e tanti spunti, il segreto è saper leggere tra le righe di quanto accade e farne esperienza di crescita umana e spirituale.

E accade, accade sempre qualcosa di meraviglioso e unico che coniuga il bello, il buono e il vero.

Rosanna