



Oggi tutti a piedi nei boschi con i colori (e le piogge) dell'autunno ma anche nei borghi e nei centri storici

Oggi è la Giornata nazionale del Camminare, organizzata da FederTrek e patrocinata dal Mibact: centinaia di itinerari dalle Alpi agli Appennini, dalle coste alle metropoli

# A piedi per scoprire i segreti dell'Italia

## L'INIZIATIVA

Camminare affascina sempre, è la misura giusta per scorrere nel tempo. Camminare è un comandamento di natura, ci appartiene. Nella preistoria e nella nostra storia abbiamo mosso passi ovunque nel mondo, tantissimi passi quanto le stelle. E la somma di quel firmamento è qui, è oggi, dove per assurdo nessuno più cammina, come se avessimo raggiunto un traguardo. Abbiamo macchine e mezzi di locomozione per ogni situazione, tutto è a portata di smartphone, motore di ricerca e siamo sul pezzo, ovunque nel mondo, a qualsiasi ora. Non c'è più il gusto dell'attesa e abbiamo perso l'ingrediente segreto della nostra evoluzione: il senso della scoperta a suon di geografie da percorrere e nelle quali perdersi e girare girare girare facendo il pieno di fatica, sudare co-

me si deve e trovare l'inaspettato.

È vero, tutto quello che c'era da scoprire (a parte fondali marini e grotte) è stato topografato fotografato filmato, il pollice sul tasto home e Google ci mette in fila i risultati della nostra ricerca che poi ricerca vera non è perché "trovare" ha un senso profondo, fatto di carne e affanno, tatto e prese, dove l'incontro reale con luoghi e persone, è l'elogio alla vita, il nostro più autentico significato.

### PIETRE LEVIGATE

Muoversi, andare, un passo dopo l'altro, è come cavare una miniera, la miniera della curiosità dove i minerali preziosi sono gesti semplici come l'abbraccio a un albero, il sorriso allargato da un soffio di vento che sale dalle viscere di una scogliera, seguire uno dieci cento vicoli di un centro storico, strofinare coi polpastrelli le pietre levigate dai secoli,

sentire la vertigine sulla cima di una montagna, restare a bocca aperta tra le fronde di un bosco, danzare alla luce di un tramonto e urlare nel vuoto.

Il pretesto per farlo? Nell'Anno dei Cammini, a un secolo dal culto della velocità "innescata" dal movimento futurista, il 9 ottobre, proprio oggi, si riducono drasticamente le marce, per acquistare la nevrosi del ventesimo secolo, e prendere parte alla quinta edizione della Giornata Nazionale del Camminare (www.giornatadelcamminare.org) organizzata da FederTrek Escursionismo e Ambiente (www.feder-

**ZAINO IN SPALLA E FILOSOFIA SLOW LUNGO PERCORSI CHE POSSONO AVERE OBIETTIVI PAESAGGISTICI STORICI O RELIGIOSI**

trek.org) con sezioni locali sparse sul territorio nazionale, associazioni a vario indirizzo, comuni ed enti parco.

### I BENEFICI

Patrocinata dal Ministero dei Beni e delle Attività Culturali e del Turismo, dal Ministero dell'Ambiente e del Territorio e del Mare, da Roma Capitale - Assessorato alla Città in Movimento, in tutto lo Stivale sono decine gli eventi dedicati al giorno della lentezza che se vissuta con una "sana" costanza genererebbe possibilità e indubbi benefici per la fruizione del paesaggio, inquinamento, economia, aspetti sociali, salute, la semplice - ma fortissima - esperienza di muoversi a piedi nella natura e nei centri urbani generando ricordi più a portata di cuore (e duraturi nel tempo) che di social network dove tutto passa prim'ancora che accada.

E così, dalle Alpi all'Appennino, dall'entroterra alle coste

## Le mete



IL GARGANO A Vieste, trekking con l'asino sulla costa tra scogliere e trabucchi



PAVIA A Torricella Verzate "Quattro passi tra i vigneti" organizzata dalla Proloco



UMBRIA Marcia della Pace da Perugia ad Assisi. Per info: www.waldenviaggiapiedi.it



SALERNO Alle falde dei monti Picentini camminata fino alle cascate dell'oasi di Senerchia



NAPOLI Minitour lungo la tratta finale del Cammino di San Francesco Caracciolo

fino alle isole, in metropoli e piccoli borghi, in questa giornata l'Italia venera la pedonalità e l'escursionismo esaltando la propria bellezza, intendiamoci non c'è altro modo per apprezzarla se non in modo slow. Quindi il benvenuto all'autunno va dato in grande stile, col rituale della lentezza, e soprattutto sul campo. Zaino in spalla per camminare comodamente, da nord a sud, di buon passo tra centri storici, parchi naturali e lungo i cammini storici, culturali e di fede.

### CAMPAGNA ROMANA

A Roma e Provincia ci saranno circa venti cammini organizzati da varie associazioni. Quelli assolutamente da non perdere sono l'itinerario lungo le bellezze e vestigia dell'Appia Antica e relativo Parco. Dalle 8.30 alle 18.00, nella natura della campagna romana la passeggiata, lunga 20 km, va dalle falde dei Castelli Romani alla Caffarella, passando per gli Acquedotti e Tor Fiscale.

Nell'ambito del Festival Europeo delle Vie Francigene, Earth Day Italia ha lanciato nei giorni scorsi Tutti i cammini portano a Roma (www.camminidiroma.it) riunendo pellegrini per percorrere gli ultimi tratti della Via Francigena del Nord e del Sud, del Cammino di Francesco e Cammino di Benedetto. Durante la Giornata del Camminare, dalla Basilica di San Paolo, i partecipanti si recheranno a piedi verso Piazza San Pietro in occasione dell'Angelus del Papa. Nel pomeriggio, alle 15.00, da piazzale Ostiense parte il trekking urbano lungo le mura Aureliane. Tre ore di cammino da Porta San Paolo a Porta San Giovanni con Roma Slow Tour (www.romaslowtour.com). Movimento Tellurico (www.movimentotellurico.it), invece, organizza un giro notturno sulle tracce dei terremoti nella capitale con partenza da Piazza San Giovanni alle 3.36 e arrivo al Gianicolo per ammirare l'alba sulla Città Eterna. Poi partenza in autobus verso il Parco Nazionale dei Monti Sibillini tra i luoghi del sisma.

Carlos Solito

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**TRA LE METE IN PROVINCIA DI ROMA DA NON PERDERE LA PASSEGGIATA LUNGO L'APPIA ANTICA E ALLA CAFFARELLA**

## Una foto, una storia

Il militare abbraccia la bionda e lei è più bella di una diva

Beato questo abbraccio totale dove lui e lei sono una palla di energia. Di amore per la vita e per l'altro, per il sole e il futuro. Qui siamo in Spagna anni Cinquanta, lei è bionda e lui è bruno e militare franchista. Non sappiamo se lui è uno di quei militari franchisti cattivi, meglio non pensarci e qui abbraccia lei con le sue spalle muscolose e una sigaretta nella mano destra. Lei ha un vestito bianco e variopinto con disegni ondulati che inseguono le sue belle forme di giovane donna. Ha una borsetta di pelle bianca che non lascia neppure nell'abbraccio così desiderato. L'hanno accompagnata lì, nella caserma nella Sierra dove lui sta, alcuni amici che stanno fermi all'ombra di alberi freschi e si godono l'incontro. Ci sono

**LA SPAGNA ANNI '50 LO SFONDO DI UN ATTIMO DI FELICITÀ SENZA OMBRE**

jeep e macchine civili all'ombra e il sole è forte. E' così forte quel sole di Spagna che le illumina la fronte dove i capelli biondi sono più alti e leggeri e li accende con un raggio d'oro, come negli affreschi antichi quando arriva la luce dall'alto agli angeli e ai santi.

Strani scherzi del sole. Lui sul fianco ha la sua pistola nella fondina e i capelli folti di giovane uomo. Lei chiude un occhio perché lui la schiaccia con il suo slancio e l'altro occhio di lei in-

**L'IMMAGINE Il fotografo ha strappato questo istante d'amore mettendosi alle spalle del soldato**



vece è perso nel cielo, non guarda niente, non le interessa niente ma solo quell'attimo con il petto del suo uomo sul suo seno e l'odore di dopobarba e brillantina di quegli anni. Tutto è rigido attorno a loro, tronchi, pila-

stri, le persone che assistono alla scena e le convenzioni e le regole militari. Loro invece no. Si arricciano le pieghe della divisa, si agitano i capelli fatti di lacca e poi quel sorriso. Il sorriso di lei visto con la lente è di felicità

pure, quella felicità pura che trasforma le cose e le persone più di una rivoluzione. Non è una diva ma in quell'attimo è più bella di una diva. Questo fa la felicità, trasforma più di una bacchetta magica e di mille spa.

Penso ai miei abbracci a quelli che do, a quelli che ricevo e a quelli che mi mancano molto. Penso che un abbraccio come questo è una grande medicina. Penso al fotografo anonimo così bravo alle spalle di lui a catturare questo attimo per dare all'amico nei mesi della lontananza una copia di questa fotografia da tenere sul comodino in caserma. Un abbraccio può trasformare la vita.

Giovanna Giordano

© RIPRODUZIONE RISERVATA