

IL CAMMINO DELL'ANGELO

UN'ESPERIENZA DI INTIMA INDAGINE

(di Antonio Nunziante)

Alcune nuvole che sembrava volessero parlare di pioggia si rincorrevano all'inizio del mitico sentiero 00. La Badia di Cava ci osservava sul suo sagrato millenario.

Da lì comincia il nostro cammino. Ogni passo sarà fatica. Ogni passo però da lì in poi ricorderà ai nostri occhi la bellezza della Natura. Rinoverà la nostra meraviglia rinsaldando il nostro contatto con la Terra.

E allora sono nuovi fiori. Sono nuove creature, operose nelle loro vite a noi ignote. Un susseguirsi di colori, forme e profumi ci fa ala al nostro cammino. Sono trascorse un paio di ore e siamo sull'Avvocata. Nulla si vede. Solo la chiesa sembra avere una forma più decisa nella nebbia. Entriamo accolti dal canto dei fedeli al quale si aggiunge il nostro. "...Tu sei la mia vita altro io non ho..".

Qualche arachide e le energie tornano a crescere. Ma la pastiera e i panini di un amico incontrato lì fanno anche di più. Siamo già pronti per proseguire, lasciando alle spalle le tende, le tammorre di tanti. La grotta dell'Apparizione è lì, a destra del nostro cammino. Adesso si inizia a scendere, verso la divina costiera. Troppo curiosi per resistere alle mura di una rocca. Anche oggi si è trovata l'occasione per arrampicare un po'. Siamo al di là delle sue mura. Vaghiamo un po' per le sue terrazze. Il paesaggio va dal blue del mare al verde dei monti. Due soli colori ma le sfumature sono infinite.

Il meteo è ancora incerto al nostro arrivo a Reggina Maior. Meno incerti noi quando ci viene offerto di sedere a tavolo in una pizzeria. Che non si dica che siamo di poco appetito. In fondo abbiamo del tempo. Attendiamo il resto della spedizione girando un po' per la marina. Visitiamo il suo Duomo. È tangibile la fede delle genti di mare.

Ricomincia il salire. Saranno più di mille gradini. Ma dopotutto ci sentiamo riposati dalla nostra sosta. Ma ecco che si è deciso a piovere. Le nubi che si erano addensate sulle nostre teste lasciano arrivare grosse gocce. Sarà una dura salita. Voltandomi indietro vedo il mare e la cupola maiolicata di giallo e verde. "Si bbella pure quann' chiove", questo è quello che penso. Ma la pioggia non ci darà sosta. La visibilità calerà sempre di più e saranno ore difficili fino al Santuario di San Nicola.

Si cammina così nel vento, tra la pioggia, lasciando di sé profumo di limoni. Colti e mangiati, così come sarà per dei gelsi qualche centinaio di gradini più su. E pensare che continua a piovere. Ma forti dei nostri impermeabili, che tanto impermeabili poi non erano, ci ritroviamo di nuovo come bambini a rubare frutta. Sembriamo rinfrancati dalla nostra breve sosta per cogliere frutti lavati dalla pioggia. Tuttavia è sempre lei, la pioggia, che rende il nostro percorso più difficile. L'ultimo tratto, per chi sa che è l'ultimo, sembra non finire più. Per chi non conosceva invece questo sentiero non vede l'ora di arrivare per mettersi all'asciutto. Però nessun punto di riferimento si scorge nella nebbia. Si va avanti solo di volontà, anche le gambe hanno perso un po' della freschezza iniziale. Scorgere ad un tratto un'indicazione sa di liberazione.

Sentiamo solo le voci dei nostri compagni, non si vedono in quel mare lattiginoso. Altri cinque passi e le loro immagini cominciano ad assumere contorni più nitidi insieme alla nostra meta giornaliera. Il primo pensiero è quello di cambiarsi,

togliersi gli indumenti zuppi di pioggia. Anche togliersi lo zaino è tirare un respiro di sollievo. Non sapevo ma qui non c'è elettricità o acqua corrente. Poco male. Una pompa ci fornisce l'acqua che ci occorre. Candele lungo i corridoi e negli ambienti che ci ospitano ben presto proiettano nelle loro vicinanze una luce mistica che sostituisce la più asettica luce delle frontali. Stiamo imbandendo una tavola nell'ex-sacrestia per la cena.

Due candelabri ne illuminano le pareti prive di intonaci ma ricchi di immagini sacre. Una finestra si affaccia su Reggina Minor e sul resto della costiera dove le luci delle strade e delle case brillano. Si sostituiscono alle stelle nascoste dalle nubi. Tuttavia non piove adesso. Intanto in cucina fervono i preparativi per la cena. L'acqua comincia a bollire. Quindici minuti ancora e saremo a tavola a gustare i nostri bucatini, a discutere della nostra giornata, del nostro cammino. E ora chi l'avrebbe detto. Sembra che il posto più caldo e asciutto del santuario sia proprio la chiesa. È lì che dormiremo. I nostri sacchi a pelo vicino all'altare con San Nicola e gli altri che ci osservano. C'è chi parlotta ancora un po' e confessa le proprie sensazioni. Chi invece ha solo il tempo di sistemarsi al meglio nel proprio ricovero. Sciolgo i muscoli ancora un po' e sento ancora le ossa umide. È stata una giornata intensa. Non ho il tempo di pensare a grandi cose. Forse nemmeno devo pensare.

Basta ricordare le mie sensazioni. Calma, benessere, pace. Mi sento riconciliato con il mondo, inteso come Pachamama per gli Aztechi. Capisco di nuovo cosa volesse dire Grande Spirito per gli indiani d'America, quando questi avevano tutto quello di cui necessitavano senza stravolgere gli equilibri della natura. Una domanda però me la pongo e mi fa paura un po': tutto questo è solo una parentesi che sto aprendo nella routine quotidiana o riuscirò prima o poi a vivere con uno spirito diverso la mia vita? Insomma, è solo una vacanza o è davvero un viaggio dentro di me? D'accordo, d'accordo. Buona notte.

IL SECONDO GIORNO

Il nuovo giorno non ha pioggia con sé. Un bel vento muove le bandiera arcobaleno della Pace e d'Italia. Possiamo renderci conto adesso di dove siamo effettivamente. Colazione con pane e miele e di nuovo in cammino. Il sentiero si muove sinuoso sotto le fronde. Tutto è ancora umido. Si cammina tra il fitto del bosco in alcuni punti, terrazzamenti coltivati. Raggiungiamo la strada che ci porta a Ravello e da lì proseguiamo per il luogo più anticamente popolato della costiera, Scala. La nostra tappa ci consente di comprare da mangiare per il pranzo in una salumeria e ci riforniamo d'acqua. Sfortuna vuole che le scamorzine farcite che vi ho trovato una volta ora non ci sono. Soprattutto però facciamo visita alla statua della Madonna pregata da Sant'Alfonso. Davvero ogni luogo qui ha la sua storia fatta di Santi e Madonne. Si fa ora di ripartire. Scalino dopo scalino cominciamo a salire. Scopriamo che ad 87 anni c'è chi fa ancora questa stessa nostra strada almeno un paio di volte al giorno e mi chiedo come cambierò invece io col tempo. Lasciamo per un momento alle spalle questi pensieri, c'è un ciliegio carico di magnifiche ciliege pronte da cogliere.

Non si può evidentemente resistere a tale generosità. L'aspettativa è superata dalla realtà, dalla dolcezza di questi frutti. Cosa ne penso della frutta fuori stagione nei supermercati? Che forse tanta elettricità e benzina per trasportarla potrebbero essere risparmiati. Lasciamo stare, dai. Andiamo avanti. A due passi dal mare su questi monti ci sono dei castagneti da non crederci. Ne attraversiamo

uno. Quando ne usciamo la vista spazia su un tratto di mare immenso. La costa frastagliata anche oggi non è baciata dal sole come al solito. Anzi. Un certo vento per il momento tiene lontano le nubi da noi, ma queste sono semplicemente un po' più in alto. Proprio dove noi stiamo andando. Zaino in spalla e ad un certo punto non si hanno più riferimenti. Si vede fino a due metri.

Il gruppo si allunga e si scompone. Presto la mia sensazione è di essere solo. Penso di aver lasciato la realtà indietro. Ad una svolta non c'è più il vento che soffia in alto tra le cime. C'è un incredibile silenzio. Mi fermo e avverto il cuore tamburellare dentro. Riprendo di nuovo il sentiero salutando due ragazzi che scendono a valle con dei muli. Arrivo al rifugio. Altri hanno preceduto il mio gruppo. Troviamo quindi un fuoco acceso che ci scalda l'animo ma soprattutto le ossa. Mangiamo qualcosa. Diamo anche un'occhiata alle carte non sapendo che, camminando apparentemente sempre in una precisa direzione, nella nebbia si può tornare indietro e ritrovarsi al punto di partenza dopo un'ora. L'orientamento è infatti messo a dura prova dalla visibilità ridotta a pochissimi metri. Non un riferimento né un sentiero indicato. Non ci perdiamo d'animo, anzi c'è chi sorride divertito. Riprendiamo e troviamo poi il nostro sentiero nonostante la pioggia cada copiosa da dopo pranzo. Non smetterà finché non lasceremo la riserva naturale per prendere l'antica via romana di Stabia.

Iniziamo a scendere verso Agerola, nostra meta quotidiana. In verità la nostra meta sono gnocchi alla sorrentina in un ristorante vicino il nostro ostello. E poi alici fritte e altro ancora. Su tutto un vino rosso frizzantino e fresco. Anche questo è la nostra costiera ed i suoi monti.

La notte passa tranquilla nonostante la presenza di fantasmi, o meglio ghost, nell'ostello come in quegli antichi castelli scozzesi (beh, non proprio tutti potranno capire questo passaggio). L'indomani la sveglia è puntata presto per la tappa del Faito ma piove davvero troppo e, a malincuore, dobbiamo desistere dal completare il nostro cammino.

Ce ne sono state di cose da dire su questi due giorni. Spero mi si perdonerà ma credo di aver tralasciato qualcosa. Ovviamente. Ovviamente perché ogni passo ha portato ad una riflessione. Ogni passo ha procurato fatica. Si scoprono i propri limiti metro dopo metro ma anche le possibilità che questo nuovo passo porta con sé. Ci si può muovere in molte direzioni, anche dentro la propria mente. Si devono gestire le energie, il tempo, il proprio corpo. È un confronto con lo spazio, una prova intima con sé stessi. Tutto questo ad ogni respiro, ad ogni passo

IL CAMMINO DELL'ANGELO UN'ESPERIENZA DI INTIMA INDAGINE

(di Antonio Nunziante)

Alcune nuvole che sembrava volessero parlare di pioggia si rincorrevano all'inizio del mitico sentiero 00. La Badia di Cava ci osservava sul suo sagrato millenario.



Da lì comincia il nostro cammino. Ogni passo sarà fatica. Ogni passo però da lì in poi ricorderà ai nostri occhi la bellezza della Natura. Rinoverà la nostra meraviglia rinsaldando il nostro contatto con la Terra.

E allora sono nuovi fiori. Sono nuove creature, operose nelle loro vite a noi ignote. Un susseguirsi di colori, forme e profumi ci fa ala al nostro cammino. Sono trascorse un paio di ore e siamo sull'Avvocata. Nulla si vede. Solo la chiesa sembra avere una forma più decisa nella nebbia. Entriamo accolti dal canto dei fedeli al quale si aggiunge il nostro. "...Tu sei la mia vita altro io non ho..".

Qualche arachide e le energie tornano a crescere. Ma la pastiera e i panini di un amico incontrato lì fanno anche di più. Siamo già pronti per proseguire, lasciando alle spalle le tende, le tammorre di tanti. La grotta dell'Apparizione è lì, a destra del nostro cammino. Adesso si inizia a scendere, verso la divina costiera. Troppo curiosi per resistere alle mura di una rocca. Anche oggi si è trovata l'occasione per arrampicare un po'. Siamo al di là delle sue mura. Vaghiamo un po' per le sue terrazze. Il paesaggio va dal blue del mare al verde dei monti. Due soli colori ma le sfumature sono infinite.



Il meteo è ancora incerto al Meno incerti noi quando ci una pizzeria. Che non si In fondo abbiamo del spedizione girando un po' Duomo. È tangibile la fede

Ricomincia il salire. Saranno ci sentiamo riposati dalla deciso a piovere. Le nubi



nostro arrivo a Reggina Maior. viene offerto di sedere a tavolo in dica che siamo di poco appetito. tempo. Attendiamo il resto della per la marina. Visitiamo il suo delle genti di mare.

più di mille gradini. Ma dopotutto nostra sosta. Ivi ecco che si è che si erano addensate sulle



nostre teste lasciano arrivare grosse gocce. Sarà una dura salita. Voltandomi indietro vedo il mare e la cupola maiolicata di giallo e verde. "Si bbella pure quann' chiove", questo è quello che penso. Ma la pioggia non ci darà sosta. La visibilità calerà sempre di più e saranno ore difficili fino al Santuario di San Nicola.

Si cammina così nel vento, tra la pioggia, lasciando di sé profumo di limoni. Colti e mangiati, così come sarà per dei gelsi qualche centinaio di gradini più su. E pensare che continua a piovere. Ma forti dei nostri

impermeabili, che tanto impermeabili poi non erano, ci ritroviamo di nuovo come bambini a rubare frutta. Sembriamo rinfrancati dalla nostra breve sosta per cogliere frutti lavati dalla pioggia. Tuttavia è



"Ssi Bella Pure Quanno Chiove"

sempre lei, la pioggia, che rende il nostro percorso più difficile. L'ultimo tratto, per chi sa che è l'ultimo, sembra non finire più. Per chi non conosceva invece questo sentiero non vede l'ora di arrivare per mettersi all'asciutto. Però nessun punto di riferimento si scorge nella nebbia. Si va avanti solo di volontà, anche le gambe hanno perso un po' della freschezza iniziale. Scorgere ad un tratto un'indicazione sa di liberazione.

Sentiamo solo le voci dei nostri compagni, non si vedono in quel mare lattiginoso. Atri cinque passi e le loro immagini cominciano ad assumere contorni più nitidi insieme alla nostra meta giornaliera. Il primo pensiero è quello di cambiarsi, togliersi gli indumenti zuppi di pioggia. Anche togliersi lo zaino è tirare un respiro di sollievo. Non sapevo ma qui non c'è elettricità o acqua corrente. Poco male. Una pompa ci fornisce l'acqua che ci occorre. Candele lungo i corridoi e negli ambienti che ci ospitano ben presto proiettano nelle loro vicinanze una luce mistica che sostituisce la più asettica luce delle frontali. Stiamo imbandendo una tavola nell'ex-sacrestia per la cena.



La luce di candelabri tra le antiche mura

Due candelabri ne illuminano le pareti prive di intonaci ma ricche di immagini sacre. Una finestra si affaccia su Reggina Minor e sul resto della costiera dove le luci delle strade e delle case brillano. Si sostituiscono alle stelle nascoste dalle nubi. Tuttavia non piove adesso. Intanto in cucina fervono i preparativi per la cena. L'acqua comincia a bollire. Quindici minuti ancora e saremo a tavola a gustare i nostri bucatini, a

discutere della nostra giornata, del nostro cammino. E ora chi l'avrebbe detto. Sembra che il posto più caldo e asciutto del santuario sia proprio la chiesa. È lì che dormiremo. I nostri sacchi a pelo vicino all'altare con San Nicola e gli altri che ci osservano. C'è chi parlotta ancora un po' e confessa le proprie sensazioni. Chi invece ha solo il tempo di sistemarsi al meglio nel proprio ricovero. Sciolgo i muscoli ancora un po' e sento ancora le ossa umide. È stata una giornata intensa. Non ho il tempo di pensare a grandi cose. Forse nemmeno devo pensare.



Il "Mastp" Chef

Basta ricordare le mie sensazioni. Calma, benessere, pace. Mi sento riconciliato con il mondo, inteso come Pachamama per gli Aztechi. Capisco di nuovo cosa volesse dire Grande Spirito per gli indiani d'America, quando questi avevano tutto

quello di cui necessitavano senza stravolgere gli equilibri della natura. Una domanda mi fa paura un po': una parentesi che sto routine quotidiana o

equilibri della
però me la pongo e
tutto questo è solo
aprendo nella



Il "Masto" Chef

riuscirò prima o poi a vivere con uno spirito diverso la mia vita? Insomma, è solo una vacanza o è davvero un viaggio dentro di me? D'accordo, d'accordo. Buona notte.

IL SECONDO GIORNO



Convento di San Nicola

Il nuovo giorno non ha pioggia con se. Un bel vento muove le bandiera arcobaleno della Pace e d'Italia. Possiamo renderci conto adesso di dove siamo effettivamente. Colazione con pane e miele e di nuovo in cammino. Il sentiero si muove sinuoso sotto le fronde. Tutto è ancora umido. Si cammina tra il fitto



del bosco in alcuni punti, terrazzamenti coltivati. Raggiungiamo la strada che ci porta a Ravello e da lì proseguiamo per il luogo più anticamente popolato della costiera, Scala. La nostra tappa ci consente di comprare da mangiare per il pranzo in una salumeria e ci riforniamo d'acqua. Sfortuna vuole che le scamorzine farcite che vi ho trovato una volta ora non ci sono. Soprattutto però

facciamo visita alla statua della Madonna pregata da Sant'Alfonso. Davvero ogni luogo qui ha la sua storia fatta di Santi e Madonne. Si fa ora di ripartire. Scalino dopo scalino cominciamo a salire. Scopriamo che ad 87 anni c'è chi fa ancora questa stessa nostra strada almeno un paio di volte al giorno e mi chiedo come cambierò invece io col tempo. Lasciamo per un momento alle spalle questi pensieri, c'è un ciliegio carico di magnifiche ciliege pronte da cogliere.

Non si può evidentemente resistere a tale generosità. L'aspettativa è superata dalla realtà, dalla dolcezza di questi frutti. Cosa ne penso della frutta fuori stagione nei supermercati?

Che forse tanta elettricità e benzina per trasportarla potrebbero essere risparmiati. Lasciamo stare, dai. Andiamo avanti. A due passi dal mare su questi monti ci sono dei castagneti da non crederci. Ne attraversiamo uno. Quando ne usciamo la vista spazia su un tratto di mare immenso. La costa frastagliata anche oggi non è baciata dal sole come al solito. Anzi. Un certo vento per il momento tiene lontano le nubi da noi, ma queste sono semplicemente un po' più in alto. Proprio dove noi stiamo andando. Zaino in spalla e ad un certo punto non si hanno più riferimenti. Si vede fino a due metri.



Nebbia sul piano del Ceraso

Il gruppo si allunga e si scompone. Presto la mia sensazione è di essere solo. Penso di aver lasciato la realtà indietro. Ad una svolta non c'è più il vento che soffia in alto tra le cime. C'è un incredibile silenzio. Mi fermo e avverto il cuore tamburellare dentro. Riprendo di nuovo il sentiero salutando due ragazzi che scendono a valle con dei muli. Arrivo al rifugio. Altri hanno preceduto il mio gruppo. Troviamo quindi un fuoco acceso che ci scalda l'animo ma soprattutto le ossa. Mangiamo qualcosa. Diamo anche un'occhiata alle carte non sapendo che, camminando apparentemente sempre in una precisa direzione, nella nebbia si può tornare indietro e ritrovarsi al punto di partenza dopo un'ora. L'orientamento è infatti messo a dura prova dalla visibilità ridotta a pochissimi metri. Non un riferimento né un sentiero indicato. Non ci perdiamo d'animo, anzi c'è chi sorride divertito. Riprendiamo e troviamo poi il nostro sentiero nonostante la pioggia cada copiosa da dopo pranzo. Non smetterà finché non lasceremo la riserva naturale per prendere l'antica via romana di Stabia.

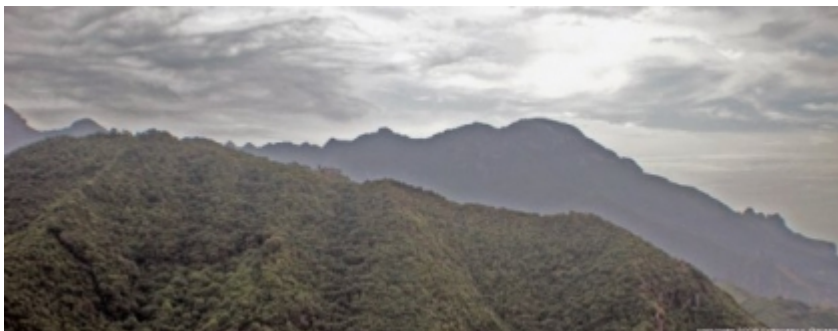


Camminando nella fitta nebbia

Iniziamo a scendere verso Agerola, nostra meta quotidiana. In verità la nostra meta sono gnocchi alla sorrentina in un ristorante vicino il nostro ostello. E poi alici fritte e altro ancora. Su tutto un vino rosso frizzantino e fresco. Anche questo è la nostra costiera ed i suoi monti.

La notte passa tranquilla nonostante la presenza di fantasmi, o meglio ghost, nell'ostello come in quegli antichi castelli scozzesi (beh, non proprio tutti potranno capire questo passaggio). L'indomani la sveglia è puntata presto per la tappa del Faito ma piove davvero troppo e, a malincuore, dobbiamo desistere dal completare il nostro cammino.

Ce ne sono state di cose da dire su questi due giorni. Spero mi si perdonerà ma credo di aver tralasciato qualcosa. Ovviamente. Ovviamente perché ogni passo ha portato ad una riflessione. Ogni passo ha procurato fatica. Si scoprono i propri limiti metro dopo metro ma anche le possibilità che questo nuovo passo porta con sé. Ci si può muovere in molte direzioni, anche dentro la propria mente. Si devono gestire le energie, il tempo, il proprio corpo. È un confronto con lo spazio, una prova intima con sé stessi. Tutto questo ad ogni respiro, ad ogni passo.



Vai alla [- prima parte \(1/2\)-](#)

