



## **Con le ali ai piedi da Poggio Bustone a Sulmona deviando per Scanno,** diario di un cammino fatto ad Agosto 2020 percorso da Mauro Urbani

Poggio Bustone non è solo cammino o inizio tappa ... è per oggi per di più il paese che ha dato i Natali a Lucio Battisti .... parlare con un originario del posto per sentire aneddoti e ricordi di chi lo ha vissuto e conosciuto la sua famiglia è un'esperienza da non dimenticare.... oggi per me il nuovo cammino e ‘ ‘ il mio canto libero ‘ ‘ nella terra di chi ha fatto leggenda nella storia .... e chiamale se vuoi Emozioni .

Pillole di un primo giorno di cammino .... la fatica, sapevo che era duro , non pensavo tanto ,ci sta' ..... la solitudine , abituato a fiamane

di gente in quel di Spagna , fare più di 20 km io e la mia anima tra boschi e natura ti costringe a parlare da solo ....la goduria per i miei occhi , paesi arrampicati tra vette e cielo... Poggio , Cantalice, lisciano , davvero un'Italia da rivedere e riconsiderare .... la lingua, dopo anni di small english, si rispolvera il mio romanaccio style, il resto come interlocutori, un amabilissimo dialetto reatino .....la banana a mezza mattina , una tradizione da confermare.... l'accoglienza serale di Paolo e consorte in un B&B da sogno , grazie di tutto e del consiglio di dove mangiare ..... per ultimo la colonna sonora di questo viaggio .... il mio canto libero ....che per me è camminare ..... notte a domani

Pillole di cammino, secondo giorno Cittaducale -Borgo San Pietro

Pensare che l'acqua non abbia sapore è una cosa da rivedere , consiglio a tutti una bevuta alle fonte del Peschiera dove l'acqua sorgiva viene incanalata e mandata ad approvvigionare molto dei nostri consumi a Roma ,ma la bevuta direttamente alla fonte senza aggiunta di cloro o altro è un bel bere . La meraviglia nello scoprire che molti dei suoi abitanti delle comunità dell'alto Reatino si sentono come origini abruzzesi e mal digeriscono l'annessione al Lazio voluta e decisa sotto il periodo fascista .

Arrivare a un minuscolo paesino ,Capradosso con meno di 200 abitanti ,fermarsi in un bar dell'unica piazza per mangiare qualcosa e scoprire dopo la diffidenza iniziale nei miei confronti , che il gestore ha origini di Scanno e la richiesta di portare i suoi saluti ad una cugina del posto , morale il mondo è piccolo ma a volte minuscolo , morale due , non mi sarei manco dovuto fermare lì .

La solitudine di un cammino dove le uniche persone di contatto sono quando mi fermo nei piccoli e fiabeschi paesini che sto attraversando in questo magnifico itinerario , li qualcuno catturo per scambiare due parole, due ????

Arrivare a fine tappa ad un posto di una suggestione unica il convento di Santa Filippa Mareri , ho conosciuto attraverso Suor Chiara la storia e la vita di una Santa incredibile ,con annessa visita ad un museo interno al convento e alle spoglie della Santa dove fa da padrona tra le tante cose la reliquia del cuore intatto dopo più di 800 anni , posto bellissimo con annessa cena,ospite in solitario delle suore e pernotto sempre in solitario in una struttura a due piani tutta per me .

Ribadisco la bellezza delle nostre terre e domani si svalica in Abruzzo.

Pillole di cammino, terzo giorno , Borgo San Pietro - Casale Calabrese

Confermare che questo non è un cammino per tutti per la durezza di alcune tappe , oggi una di queste, ma lo spettacolo dall'alto a più di 1000 metri di quota nel guardare la valle del Salto sottostante e tutta la maestosità del lago artificiale ripaga di tutta la fatica .

Visitare la grotta dove la Santa Filippa è andata in preghiera a vivere con delle consorelle dormendo in un giaciglio di pietra e con molte privazioni e comodità ,emozione pura.

Perdersi nei boschi in solitario dove le uniche strade sono minuscole mulattiere, e da una parte timore e rispetto per la magnificenza della natura e da l'altra un inno alla libertà ... male che va sia benedetto il mio gps , c'è n'è stato bisogno credetemi , ma mai mi sono sentito in pericolo , beata incoscienza.

Arrivare a Fiamignano , minuscolo è dolcissimo paese , entrare in una chiesetta da fuori insignificante e scoprire al suo interno dei tesori di affreschi e opere straordinarie con annesso presidente della pro loco trovato lì per caso che mi ha fatto da Cicerone con annessa firma e mansione sulla mia credenziale ... la chiesa è Madonna del Poggio.

Passare in un territorio chiamato dei Santi e dei Briganti con moltissimi murales sopra le case rappresentanti la vita dell'epoca dove la legge era data dalla giustizia di Stato e da chi la giustizia se la faceva da solo contro lo Stato .

Camminare per circa 10 km su una strada per arrivare a Casale Calabrese dove prenotato per pernottare e cena ,presso la piana del Rascino , ed essere padrone della carreggiata avendo contato solo due macchine passare .

Svalicare dal Lazio verso l'Abruzzo.

Arrivare dopo una giornata di cammino in un posto dimenticato dall'uomo .... trovare due locandieri davvero speciali Avio e Gabriella e una truppa di ospiti incredibili .... si finirà dopo una sontuosa cena a cantare tutti insieme accompagnati dalla chitarra di Andrea , bello .

Pillole di cammino, quarto giorno ,Casale Calabrese-Aquila

A come Abruzzo , regione bellissima ma che deve valorizzare di più i suoi tesori immensi , con molto meno altre regioni hanno fatto business sul turismo .

La consapevolezza che siamo una nazione piena di cammini stupendi ma dove ancora il pellegrino è visto con grande stupore , quando solitamente mi fermo a fare due parole con la gente del posto dove passo e racconto di attraversare una parte del nostro paese a piedi, ti guardano con grande ammirazione come un supereroe ... poi alla mia età , un signore preoccupato in maniera garbata mi ha detto di stare attento perché in giro c'è tanta gente malintenzionata, ho risposto ma io ho due santi che mi difendono San Francesco e San Giacomo.

Ho sempre di più la convinzione che il mondo sia veramente piccolo , giungendo a Tornimparte e chiedendo ad un anziano contadino del posto se conosceva una famiglia originaria del posto per via di una mia mia amicizia romana ... beh no quel nome non gli dice nulla , ma scopro dopo una intensa chiacchierata che è lo zio di un giardiniere che abita a due passi da me a Roma e che chiamai un paio di mesi fa per un lavoretto , per non dire che al clacson di una macchina che mi suona pensando di dare fastidio , scopro essere invece Andrea e Roberta la simpaticissima coppia che la sera prima ho conosciuto in quel di Casale Calabrese ... bella gente.

Considerazione triste, vedere Aquila , città bellissima , rimarginare le ferite post terremoto mi ha



fatto male , passare per la casa dello studente e immaginare l'orrore di quei giorni per quelle vite spezzate di ragazzi che potrebbero essere nostri figli,peggio .... la cosa bella che sono gente di carattere è che già in parte si vede ....tornerà più bella di prima .

Gli arrosticini di "Unico posto " un must da assaggiare , grazie Lucia per il consiglio.



Pillole di cammino, quinto giorno  
Aquila -San Panfilo d'Ocre  
Lasciare L'Aquila senza vedere la  
basilica di Santa Maria di  
Collemaggio e come venire a Roma  
e non vedere il Colosseo .. notevole  
anche se il fuori è molto più bello  
dell'interno.

Oggi in parte un tour della memoria  
passando per Monticchio, deviando  
per un fuori percorso per Onna ,  
rientrando per Fossa , osservando le  
new city come venivano chiamate  
all'epoca del disastro del terremoto  
in segno di grande rinascita , senza  
pensare che ammucciare gente tra  
case prefabbricate i condomini

anonimi snatura le origini la cultura , la storia di quelle stesse comunità , cercare negli sguardi di chi li ci abita , vedendoti arrivare come pellegrino , un segno di rispetto assoluto , e cercando infine di intuire nelle parole di qualcuno che ha voluto provare a spiegarmi quella notte beh mi ha arricchito tanto ... buon tutto bella gente di questi paesi ...non arrendetevi , non dimenticherò mai la vostra compostezza nel raccontare , non rabbia , ma voglia di dimenticare e andare avanti positivi , grande lezione di vita .

Arrivare stanco ma felice alla mia metà di oggi San Panfilo D'Ocre prendere alloggio dove avevo prenotato e scoprire che per mangiare in questo paesino non c'è nulla .... un bar aperto , tanto meno un ristorante e tanto meno un alimentari , tenuto conto che avevo saltato anche il pranzo , terrore puro ... ma come dice la mia amica acquisita Angela factotum di questo cammino a cui non potrò mai ringraziare sufficientemente per avermi fatto scoprire questo percorso , mai dimenticare dei santi protettori e oggi San Michele ha fatto la sua ... tramite la mitica Franca che mi ospita nel suo b&b , cenetta fai da te improvvisata a base di delizie dell'orto , mozzarella e prosciutto , frutta ... che Dio ti benedica ... a domani con il mega tappone fino a Celano con la scalata dell'altopiano delle Rocche , circa 38 km di felicità

Pillole di cammino, sesto giorno San Panfilo d'Ocre -Celano

I dolci fatti in casa a colazione lasciati da Franca titolare del B&B La Palummara valgono il viaggio a piedi per essere stato suo ospite.

Salite , tante e sfiancanti , compresa quella di oggi che mi ha portato in quota per raggiungere gli altopiani delle rocche circa 1300 metri di quota e durata x più di 10 km su carrareccia di montagna , ma i panorami da lassù non temono stanchezza , rimarranno ricordi indelebili .

Paura della solitudine , tutti mi chiedono se non ho paura a camminare da solo specialmente in tutti i tratti , tanti , di bosco e sentieri di montagna per via degli eventuali incontri con animali selvatici o altro .... per ora l'unica grande vera scocciatura sono le mosche e insetti vari che sembra non abbiano nulla di meglio che essere attirati dal mio sudore , il sole rovente che mi ha dato una tintarella a pezzi , cioè bracci e polpacci , le parti scoperte e qualche cane randagio ... anche se l'ultimo che ho incontrato è scappato lui , e comunque lupi e orsi sono animali che vanno a caccia di notte , almeno spero.

Passare per Rocca di mezzo e Ovindoli è come portare un intero quartiere di Roma li ... di indigeno

c'è veramente poco .

Essere fermato per farsi raccontare la mia storia beh non per essere vanitoso... mi ci fermo volentieri, poi se una delle tante è una signora di appena 92 anni affascinata dal racconto che comunque mi cazzia per aver lasciato sola mia moglie ad aspettarmi a Scanno ....ancora rido ... anche se alla fine mi ha detto che il prossimo anno devo passare a ritrovarla.

La vista del castello di Celano all'orizzonte che segna il mio traguardo di fine tappa vicino , dopo più di 40 km a piedi , beh lasciatelo dire e tenuto conto che non sono più un bambino , tanta ma tanta roba , partito alle 630 arrivato alle 1740 undici ore di cammino ... orgoglioso di me stesso . Il consiglio del pernottato datomi da Angela merita gratitudine vera .

Sempre per Angela,quando ieri parlavo della distruzione del terremoto in alcuni paesini che ho girato non voleva essere solo un appunto negativo ma ribadisco la ricostruzione c'è e l'ho vista con i miei occhi, la gente del posto è determinata e mi pareva di averlo sotto inteso, L'Aquila sta tornando più bella che mai e di questo ne sono sicuro , ma nulla mi toglierà l'immagine di quei quartieri in bungalow dormitori ... questo ribadisco mi è piaciuto meno perché per ridare un'identità storica , culturale e di dignità a una comunità non si può ricostruire in case prefabbricate su una piana anonima .

La pioggia degli ultimi 5/6 km mi mancava a oggi e allora sia , pellegrino bagnato , pellegrino fortunato e domani si continua .

Pillole di cammino, settimo giorno  
Celano-Castelvecchio Subequo

La salita su sterrato fatta per uscire da Celano e arrivare fino alla Rocca di Anelli credo che me la ricorderò per tutta la collezione di Santi che ho nominato , non me ne vogliano .

Quella subito dopo per arrivare fino all'altopiano del Baullo idem ma con l'aggravante che era pure più caldo visto che sono partito con molta calma e lì oltre i santi o menzionato pure le M.....non si può dire.

Tornando seri non mi posso perdonare visto che un po' di esperienza di cammini c'è , di non aver fatto il giusto

approvvigionamento di acqua per

una tappa bellissima ma in quota ,isolata e con un sole cocente , mi sono trovato dopo pochi km con meno di mezzo litro che ho razionato a sorsetti per molti km avendo trovato tutti i fontanili a secco e per oltre infestati da centinaia di api incazzate in mancanza di acqua pure loro .... morale sono dovuto arrivare al primo paese incontrato dopo tanti km per bere come un cammello con lo spavento di andare in disidratazione e con la consapevolezza di aver rovinato una delle più belle tappe in assoluto da quando cammino .

A proposito di animali da temere quando si fanno questi percorsi specialmente d'estate .... oltre alle mosche fastidiosissime che ho menzionato ieri anche le api che pur anche uno degli insetti più utili in certe condizioni di caldo e con le fontane a secco possono essere pericolose .... non nomino più i cani randagi dopo l'attacco oggi di uno pure malconcio sventato grazie al mio bastone che tengo sempre per camminare .

Paesini visitati da incorniciare ... Aielli bellissimo con i suoi murales e la sua Rocca centenaria ...

Gagliano Aterno che merita tutta la mia stima oltre per la sua bellezza per essere stato fonte di approvvigionamento acqua dopo più di 15 km e per ultimo dove pernottato Castelvecchio Subequo.

A proposito ( uno ) di dove dormo ... la locandiera ha vissuto a Scanno negli anni passati , un suo



vicino di casa ha un conoscente carissimo a Scanno ...embe quando arriverò dopodomani avrò più commissioni di saluti da portare che panni sporchi.

A proposito (due ) di dove dormo , ho scatenato un ciclone di curiosità per essermi presentato al Convento di San Francesco , peraltro bellissimo e con una reliquia del sangue del Santo oltre moltissimi tesori , chiedendo di poter timbrare la credenziale .... effetto di ciò ... il parroco Don Alfonso rintracciato telefonicamente mi ha chiesto di aspettarlo che stava tornando da Sulmona ... chi lo ha rintracciato vengo a sapere , presentandosi , che era il vicesindaco e mi ha fatto vedere pillole di città dicendomi che se torno con la famiglia sono ospite gradito , all'interno del monastero un parroco pellegrino di Roma sentendomi raccontare le mie cose si è presentato e mi ha dato appuntamento per conoscerci meglio quando torniamo , vuole un testimonial di Cammini... per finire un pellegrino con la signora ospite del monastero per la sera mi ha catturato per scambiare opinioni ... morale con la busta del mangiare in mano comprata molto prima per la cena sono ritornato in stanza a notte inoltrata .... bello ammetto però .

L' immane sguardo/passeggiata per la porzione dove il terremoto anche qui ha lasciato la sua devastazione, una delle cose che porterò più a cuore nei ricordi di questo bellissimo viaggio testimonianza.

La nota brutta oltre il cane non aver potuto visitare le catacombe per mancanza di tempo di questo paese che sono una caratteristica unica nel suo genere .... il vicesindaco mi ha dato appuntamento per rivederci anche per questo.

Per Don Massimiliano non so se leggerai queste righe solo per dirti ti ho conosciuto pochi minuti ... mi è arrivata tanta gioia ... grazie per le tue parole.... come mi hai detto .... parti e cammina e non pensare che troverai ... parti lo stesso cammina e vai.... mbe se dovessi raccontare tutti gli incontri , le storie , gli aneddoti, i posti visitati nei cammini degli ultimi anni dovrei scrivere un libro ... che poi credo non sia una cattiva idea ..... a domani con arrivo a Sulmona ... quasi all' epilogo di questa fantastica avventura .

Pillole da cammino, ottavo giorno Castelvecchio Subequo-Sulmona

Mi faceva strano quest'anno non aver mai dimenticato nulla nei posti dove dormo , ecco appunto rimediato con dimenticanza occhiali e perso mezz'ora per riprenderli , comunque in onor del vero non li avevo dimenticati ma si erano infilati dentro lo zaino ed il fatto che sono tornato indietro per cercarli, non trovandoli manco dentro la camera e svuotando lo zaino l'amara realtà ... capita Se si vuole fermare il tempo una visita a Castel di Ieri e il gioco è fatto manca solo il messere che quando entri al paese ti domanda ... chi siete ? Da dove venite ? Un fiorino solo che non mi ci vedo nelle vesti di Troisi a far mie le canzoni pseudo inventate .

Lo stesso vale a fare la spesa in un market del paese ... mi sono tornati ricordi di tanti anni oramai



dimenticati ... a volte dico dannato futuro... anche se poi da quello non saprei staccarmene.

Raiano merita una seconda visita con la famiglia per vedere L'Eremo di San Venanzio oggi impossibile per via del ritmo da pellegrino , Sulmona mi aspettava . Il caldo di oggi accorpato con la perdita di quota per arrivare a Sulmona è stato un mix diabolico , cammino bellissimo ma non lo consiglierei ad

Agosto .

Il mio odio amore con i km. dichiarati è storico da quel di Santiago .... oggi previsione di distanza da guida 26 km e rotti .... il mio Garmin mi ha dato 32 e rotti , vuoi si che un km l'ho bruciato per andare a riprendere gli occhiali vuoi si che quando entro nei paesini qualcosa allungo per visitare ma per gli altri km in eccesso ??? Dilemma storico o magari c'è chi ha scorciatoie non dichiarate Mi mancava pure l'incontro con due ragazzi che riconosciuto e visto molto affaticato mi hanno offerto un passaggio in macchina per gli ultimi 7 km ... il mio sguardo di risposta è stato tutto dire .... magari strisciando come gatto Silvestro ma mai cederò le tentazioni di un oggetto a 4 ruote quando cammino , questo lo sa bene anche mia figlia in quel di Santiago.

Sulmona arriva come una Dea protettrice bellissima e rassicurante ... città notevole , livello artistico notevole , posto dove dormo notevole .... caldo non pervenuto in eccesso.

Domani si torna dalla family .... non so la faccia che faranno vedendomi arrivare a piedi .

Pillole da cammino,nono giorno Sulmona-Scanno

Come ogni esperienza di cammino l'ultimo giorno più che ricordi della giornata mi presto a considerazioni generali , di oggi rimane aver

lasciato il cammino ufficiale con le “ Ali ai piedi “ creato da Angela Seracchioli che non ringrazierò mai in modo esauriente per avermi fatto scoprire questo percorso , mia promessa prima o poi continuarlo da Sulmona per arrivare alla meta finale ,e sempre di oggi rimane l'emozione di arrivare a Scanno inventandomi una tappa passando per Bugnara , deviando per il bellissimo parco delle gole del Sagittario in tutta la sua bellezza fino a Villalago e finendo stanco ma felice a Scanno fino alla casa estiva di mia moglie .... vedere all'uscio la sagoma di mia figlia seduta sulle scalette che t'aspetta ti ripaga di tutta la stanchezza ... anche se il suo “ sembri un pecoraro “ l'ho trovato un complimento di indubbio gusto 😊,timbrare poi l'ultimo sello alla chiesa Madre con un sacerdote che prima meravigliato della richiesta e dopo con aria candida mi chiede di pregare per lui , e io che pensavo di fare richiesta al contrario.

Ricordi ..... tanti ... belli e meno belli ma comunque un'esperienza come al solito che non è solo camminare e vedere ma sperimentare e condividere .... intanto sperimentare i miei

limiti le mie energie che a volte mescolate con la grande forza di volontà mi ha permesso quello che fino a pochi anni fa era inimmaginabile.

Ricordi come tutto il bello che questa Italia sa trasmettere ....cartoline di immagini , culture ,tradizioni ... in una parola emozionante.

O ricordi della grande solitudine nel camminare tra boschi , altipiani,sentieri ,tutti mi chiedono se non ho paura ... la paura la fa l'uomo ... la natura fa solo ordine a cui portare grande rispetto .

La domanda al perché lo fai è sempre in solitario attende ancora risposta,sempre se un giorno arriverà .

Meno bello è essere stato spettatore partecipe di una regione martoriata dal terremoto .... vedere e toccare con mano dopo anni la distruzione ... passare tra ruderi , macerie , prefabbricati, vedere foto accompagnati da piccoli fiori a memoria ...zone rosse , recinti ... mobilia dentro quello che rimane



di un'abitazione a testimonianza di una vita che scorreva nelle sue tradizioni fa male ... più bello vedere L'Aquila rinascere se pure lentamente ... Come dimenticare inoltre Onna , Monticchio, Fossa , Collefracido, Casentino, Tussillo, ecco a queste comunità a rappresentanza di tutte le zone colpite va il mio più grande omaggio di testimonianza e di abbraccio .

Meno bello il caldo asfissiante il sole a picco che t'annebbia la vista e ti toglie il fiato, forse Agosto è un periodo da rivedere per fare questi percorsi .

Ammirazione nel raccontare le mie esperienze a facce sconosciute , gli incontri , uno tra tutti Andrea e Roberta , le testimonianze degli anziani dei posti dove tra leggende e realtà si è fatta la nostra storia il nostro zoccolo duro.

Altre cartoline come le suore del monastero San Filippa Mareri ... o Paolo guardia forestale in pensione , Franca e la sua cena omaggio che mi ha salvato da un digiuno serale non considerato, i due signori di Roma di cui non ricordo i nomi prima di Celano, il Vicesindaco di Castelvecchio Subequo che mi ha fatto da cicerone nel suo paese ,Don Massimiliano a cui ho promesso una visita a Roma ,Antonietta a cui auguro di riaprire al più presto il suo ristorante, ad Avio e Gabriella che sono l'esempio che fare ciò che si ama , se voluto fortemente si può .

Considerazioni anche la consapevolezza che ogni cammino di pellegrinaggio parte da un luogo sacro e finisce nel portare omaggio alla tomba che se di un santo o di un uomo giusto non fa differenza.

Consapevolezza che di storie come questa ne seguiranno altre , la mia amabile dipendenza.

Come consapevolezza è il rispetto delle diversità a cui a volte camminando con uno zaino sulle spalle senti da parte di chi non conosce la tua storia,un giudizio sommario di partito preso , ma poi sotto sotto sai anche...che molti darebbero tanto per camminare accanto a te , fuori dagli schemi, che per dirla tutta di giudizi sommari ne siamo pieni , scavate dentro l'anima e cercate il nocciolo non fermatevi alle apparenze .

Rimane la nostalgia come sempre alla fine di ogni meravigliosa esperienza e rimane un omaggio che devo e una dedica .... l'omaggio a Marianna che nel suo messaggio della diversità ha trovato il modo per rimanere per sempre tra noi ....la dedica e per nonno Renzo perché 270 km a piedi per venirti a trovare comunque non è cosa di tutti i giorni e perché tu sai e a me è ciò che basta .

Buon cammino sempre a tutti.....e come sempre non si torna più indietro .

