



Olimpiadi 2008

La Staffetta della Pace

per la Birmania e per il Tibet, per i Paesi e per gli uomini
per ognuno di noi, per chi ancora non conosce la pace

Percorso a piedi o di corsa per le colline del Chianti
con il Patrocinio di



REGIONE TOSCANA



PROVINCIA DI AREZZO



PROVINCIA DI SIENA



PROVINCIA DI PISA



Comune di Anghiari



Comune di Arezzo



Centro di Meditazione Cristiana



Comune di Capolona



Comune di Subbiano



Comune di Castel Focognano



Ass.ne La Pagoda Onlus



Comune di Cavriglia



Comune di Castellina in Chianti



Comune di Poggibonsi



Comune di San Gimignano



Comune di Gambassi Terme



Comune di Volterra



Comune di Montecatini Val di Cecina



Comune di Riparbella



Comune di Santa Luce



Istituto Lama Tzong Khapa

Il senso dell'iniziativa

Perché non correre anche noi verso quel braciere olimpico? Quale strada percorrere per giungere là dove inizia l'incontro tra i popoli? Quali slogan possono accompagnare la corsa?

I monaci in Birmania come in Tibet ci hanno indicato come fare. Basta la presenza, è sufficiente esserci come quei monaci ci hanno insegnato e ci insegnano ad essere. Partiamo da qui dove siamo, con i nostri passi, senza fiaccola, ma con il profumo dell'incenso che ricorda la pace.

Da Anghiari e da Arezzo dove risiedono alcuni promotori, da La Verna - il Centro di Meditazione Cristiana - e da Pieve a Socana dove ha sede l'Associazione Buddhista de *La Pagoda*, prenderà l'avvio questa corsa che intende essere il segno di un incontro interreligioso e di pace.

Auspichiamo che questa staffetta possa trovare l'appoggio, lungo le diverse tappe, di chi condivide l'esigenza di parlare incominciando dal proprio corpo. Pensiamo proprio di sì, perché la pace si muove e se anche si ferma, riprende il suo percorso perché il suo movimento è fatto da uomini con i loro piedi e loro gambe, con la loro mente e il loro animo.

Se di finalità si può parlare è quella di deporre il proprio bastoncino d'incenso ai piedi del Buddha e contribuire a far girare la *Ruota delle Preghiere* presso l'Istituto Lama Tzong Khapa. Questo Istituto rappresenta un importante Centro di diffusione del profumo del Dharma e non solo in Italia. Questo profumo ci chiama a portarne altro e può darsi che sia anche l'odore di un corpo sudato che corre. Quel sudore è olio che accende lo stoppino di un altro braciere, quello della consapevolezza amorevole che risuona intorno all'Istituto stesso. La *Ruota delle Preghiere* gira e il Centro Lama Tzong Khapa è un emblema che contribuisce a farla girare.

Potrebbe essere inoltre l'occasione per ricordare che le Olimpiadi sono un incontro tra popoli. Incontrarsi, vuol dire conoscersi, conoscersi vuol dire vedersi e rispettarci. Nulla di tutto questo avviene se l'informazione viene soffocata, se puoi vedere solo quello che ti viene fatto vedere, se l'altro viene messo a tacere senza appello.

L'Istituto Lama Tzong Khapa, con tutte le sue molteplici iniziative avviate sin dalla seconda metà degli anni Settanta, ci ricorda che si può ascoltare diversamente, non nel rumore, ma nella quiete, laddove l'egoismo è ancora un bambino da condurre per mano verso quel luogo in cui può diventare veramente un uomo; in cui può parlare senza odio, senza rabbia, senza risentimenti, senza mutismi, senza paure.

Lungo le tappe la nostra corsa sarà silenziosa. Correre, come avviene in questi giorni con la fiaccola olimpica; in silenzio, come i monaci per le strade di Rangoon e di Lhasa, come già i monaci thailandesi, ci insegnano a fare. Non sarà una competizione, sarà l'occasione per

chiederci se un corpo che corre e una mente quietata che ascolta non sono forse un "gioco" più ricco di quello olimpico e di cui abbiamo dimenticato le regole.

C'è il silenzio della rassegnazione in chi lascia la propria casa con poche cose sulle spalle, in chi è privato della propria libertà; c'è il silenzio di chi sa che imparare è ascoltare. C'è il rumore dei cingoli, delle bombe nascoste nel petto, della voce nelle strade; c'è il rumore del cuore che batte e che vuole la pace. Ci accompagnano il desiderio, l'avversione, l'incomprensione; ci accompagna anche la consapevolezza che far girare la ruota della violenza non ci dà ciò che cerchiamo.

Corriamo nel raccoglimento, agiamo con la pace nel cuore. Impariamo dalla nostra inettitudine.

Modalità

Consapevolezza

L'itinerario, che percorre le vallate del Chianti, ha un significato spirituale. Vuole soprattutto ricordare che correndo, come la podista che porta la fiaccola a Pechino, e camminando, come fanno i monaci buddhisti, si può compiere un'importante azione simbolica nei luoghi che si attraverseranno e interiore in chi vi partecipa. Infatti durante ogni percorso cercheremo di coltivare la presenza a se stessi in un clima di consapevolezza e di quiete.

Durata delle tappe

Le tappe si aggirano in media sui 15 km e prevedono di coprire in 14 gg i 200 km tra Arezzo all'Istituto Lama Tzong Khapa - Pomaia (Pisa). Sono previste anche partenze da località diverse. Si veda sotto il percorso nei dettagli. Durante il tragitto, nel rispetto dell'ambiente e del progetto, è importante prestare una particolare attenzione a non gettare per terra ciò che non serve più (p.es. scatolette, bottiglie di plastica, carta, ecc.), se non addirittura a raccogliere specie le bottiglie di plastica disseminate ovunque.

NON È UNA GARA - NON VI È ALCUNA COMPETIZIONE

Come partecipare

La partecipazione può avvenire con qualunque mezzo. Si può correre o camminare ma è possibile comunque seguire l'itinerario anche in bici o in macchina. In quest'ultimo caso si può segnalare la propria disponibilità a portare qualche zaino col necessario. Si può partecipare all'intero percorso oppure a singole tappe o anche a parti di essa.

Più vicini al raccoglimento

Il percorso prevede alcuni momenti esplicitamente dedicati alla meditazione, cioè ad un spazio di quiete in cui coltivare la consapevolezza di sé. In queste occasioni cercheremo di rallentare il nostro passo, non più correre o camminare; staremo seduti ad osservare il movimento che c'è dentro di noi fatto di pensieri ed emozioni, sensazioni e rigidità.

Cercheremo, con la semplicità e la pazienza che la meditazione richiede, di non alimentare questi stati d'animo e di vedere se, così facendo, la nostra coscienza si impoverisce o, al contrario, ne trae giovamento. Durante la pratica dello yoga lasceremo defluire la fatica che il corpo ha accumulato, ma allo stesso tempo ci abitueremo a sentirlo parte integrante della nostra persona e del nostro pensiero.

Programma previsto

Il programma prevede momenti specifici di meditazione e yoga cadenzati durante la giornata, integrati eventualmente da altre attività. Tali incontri saranno guidati dai promotori o, qualora ciò fosse possibile, da monaci o altri insegnanti.

La pratica potrà, ed è questo lo scopo dell'itinerario, svolgersi con tutti coloro che vorranno parteciparvi, anche senza aver condiviso il percorso della Staffetta.. Seguire questa "marcia" può essere quindi anche l'occasione per avvalersi soltanto di queste attività.

Un segno di pace

Si auspica che nelle diverse località di sosta si possa ricevere da Istituzioni o da singoli dei messaggi, p.es. un pensiero scritto, una poesia, il passo di un libro che sta a cuore, da portare alla *Ruota delle Preghiere*, come segno della propria presenza nella condivisione di questo percorso di pace.

Partecipazione, soggiorno e costi

La partecipazione è riservata ai soci, a diverso titolo, dell'Associazione stessa. Si ricorda, a chi non avesse ancora provveduto, che la quota associativa in qualità di *amico* è di euro 5 e può essere versata anche al momento della partenza. Per organizzare al meglio il percorso è opportuno **comunicare la propria partecipazione quanto prima**. Per i pernottamenti si ci avvarrà, ove possibile di strutture pubbliche o religiose, di campeggi o della disponibilità di privati. Saranno questi i costi della "Staffetta". Si potranno condividere, volendo, le spese di vitto o altre. Si prevede la possibilità di un mezzo di appoggio per portare lo stretto necessario; chi volesse dare la propria disponibilità in tal senso può farlo presente agli organizzatori.

Conclusione del percorso di Pace

Giunti alla cittadina di Pomaia, prenderà l'avvio una meditazione camminata in cui verrà coltivata una profonda attenzione al "suono" di ogni passo, di ogni sensazione e di ogni pensiero. Il cammino ci porterà all'Istituto dove faremo girare la *Ruota delle Preghiere* e lasceremo un incenso ai piedi del Buddha. Ci si soffermerà in meditazione presso l'Istituto stesso dove si riceverà il saluto e l'insegnamento della Guida spirituale dell'Istituto, il Ven. Ghesce Tenzin Tenphel. Da qui si riprenderà il cammino verso Pomaia con le stesse modalità dell'andata. Il nostro percorso si concluderà con il ritorno alla cittadina di Pomaia.

Tempi e percorsi - Programma giornaliero

Sveglia e preparazione ore 5.00

Partenza percorso (sia correndo che camminando) ore 5.45

Arrivo informale alla destinazione prevista

Ore 10.00 - 12.00 meditazione e yoga - aperta a tutti

Ore 18.30 - 20.00 meditazione e yoga - aperta a tutti

Anghiari - 23 luglio

Chiassa Superiore

Arezzo

Subbiano

La Pagoda - Rassina

Pontenano

Campogialli

Cavriglia

Radda in Chianti

Castellina in Chianti

Poggibonsi

San Gimignano

Il Castagno

Volterra

Gello - Montecatini V.d.C.

Riparbella

Istituto Lama Tzong khapa - Pomaia

8 agosto - inaugurazione dei Giochi Olimpici

Da Anghiari a Tregozzano

Giovedì 24 luglio 2008

18 km diventati poi ... 24!

Dalla mattina alla sera, il diario

Giovedì 24 luglio 2008

Quando siamo partiti da Anghiari eravamo ancora all'alba della nostra esperienza. Tra emozione e sorpresa ci siamo ritrovati in Piazza Baldaccio ad Anghiari al nostro appuntamento. Mancava una generazione! Giovani pieni di entusiasmo e adulti (...o più!) seri, con il bastone da trekking e le carte topografiche, che già davano l'aria di saperla lunga.

Presi così dal 'disorientamento' proprio di chi si appresta a partire per un'impresa, abbiamo raggiunto altri amici al Campo alla Fiera e da qui giù lungo una ripida strada asfaltata, la via della Fossa, alla ricerca del sentiero 102. La provincia d'Arezzo offre una buona e sicura segnalazione dei sentieri Cai e infatti dopo poco è indicata una svolta sulla destra, si fiancheggia un capanno agricolo, e si scende verso il cimitero e la chiesa romanica di Pieve alla Sovara.

Si lascia il sentiero 102 che va verso Montemercole e ci si trova sul sentiero 103 e, sempre zigzagando in su e giù lungo strade di terra, si giunge alla piana di Tavernelle. Subito dopo il centro abitato, superato un ponte sul torrente Sovara, si riprende il sentiero 103 e da qui inizia la salita verso Gello. Di tanto in tanto capita qualche guado (occasione per far scherzi... ancora la qualità seria della meditazione non era ben chiara).

Gello è un piccolo borgo formato da due o tre edifici con una chiesa risalente al medioevo. Ora è un luogo di ritiro per comunità. Offre scorci molto belli sul paesaggio circostante ed è un luogo indicato per riposare. Dopo Gello il sentiero, intersecando il sentiero 10, si dirige verso il valico della Scheggia. Ma, prima di giungervi, sulla sinistra ad angolo stretto, vi è l'indicazione per Colignola.

Camminando nel bosco si giunge a Colignola, si prosegue dritti verso Ca' del Vento, entrambi luoghi di vacanza, casali ristrutturati, agriturismi. A Ca' del Vento, proseguendo ancora dritti e fiancheggiando un bell'agriturismo, lo sterrato giunge ad una staccionata bassa con un'indicazione, ormai sbiadita: "Proprietà privata". In realtà è un cancelletto di legno chiuso dal solito ferro, si apre e qui ormai non ci aspetta che la discesa verso Chiaveretto.

Il sentiero di terra è molto liscio, la giornata è comunque calda, ma ciò nonostante occorre stare accorti a non scivolare. La discesa tira verso valle. C'è un sbarra di ferro che vuole essere aggirata e, nel superare un piccolo torrente, la strada sterrata (usata per il disboscamento), si immette sulla provinciale a poche centinaia di metri dal paesino di Chiaveretto.

Già in vista del centro abitato, anzichè seguire la strada asfaltata, si prende sulla sinistra verso una chiesa che è tutt'uno con l'edificio rurale accanto. Si prosegue ancora e, dopo aver superato un piccolo rivo, si entra nel retro del giardino di una bella casa di campagna. I padroni sono molto ospitali, già si erano conosciuti in un precedente sopralluogo. Avevamo parlato con il nonno e con la moglie mentre il nipotino scorrazzava di qua e di là per attrarre l'attenzione che gli era stata sottratta dalla nostra presenza.

Durante il sopralluogo cominciammo a chiamare a voce alta: "C'è nessuno? C'è qualcuno?" Venne il padrone di casa ci fermammo a parlare. Per me non esiste mio o tuo. Questo giardino è di tutti, non c'è bisogno di chiedere permesso. Sono stato io stesso che ho fatto quel ponticello così, chi va in chiesa, può passare dal mio campo, fa prima ed evita l'asfalto. Volete mettere la tenda nel mio campo? Guardate, qui c'è questo bel campo. Però è vero, aggiunge la moglie, non c'è nè bagno nè l'acqua. Il marito dà uno scrollone di spalle indicando il boschetto che fiancheggia il torrente. Non mi ha lasciato il suo nome e quando siamo arrivati lui non c'era, ma c'era la figlia, che ci ha riservato la stessa accoglienza.

Fiancheggiando nuovamente il torrente vi sono giardini con alberi da legna e qui una sosta ci vuole. Dalle 6.30, tranne quella breve fermata a Gello, è stata tutta una tirata: e guarda caso è l'ora di pranzo. A Chiaveretto c'è una bottega-bar e quindi non manca ciò che può servire anche se qualcuno di noi aveva uno zaino ancora ... pesante!

Il prato, l'ombra e il pranzo (chiamiamolo così per abituarci...) invogliano al riposino, anche se qualcuno di noi già si dà da fare per trovare l'orario delle corriere per tornare a casa. Qualcuno più fortunato ha pure i genitori che lo vengono a prendere. Altri, ignari della stanchezza, giocano a calcio o inventano altre attività. Pian piano questa Staffetta si assottiglia... sul prato a riposare si rimane in pochi.

Un po' di riposo ci voleva per riprendere il cammino che ancora mancava. Era breve (rispetto a quello del mattino), ma poi vedremo come si è riusciti ad ... allungarlo. Da qui abbiamo ripreso il via alla volta della Chiassa. Il nonno di cui si parlava ci aveva indicato come fare, o meglio, come "faceva", per andare alla Chiassa. Camminare lungo il margine destro del torrente: ecco l'indicazione ricevuta per giungere alla Chiassa superiore.

Di fatto seguire il torrente è in parte facile in parte occorre "darsi" da fare. Ora l'argine si segue bene, ora bisogna camminare sui ciottoli del corso d'acqua (divertente);

quindi, nei pressi di una fabbrica che appare sulla destra, occorre superare un muretto per immettersi in una strada di terra.

Qui si prosegue ancora, volendo ci sono molte opportunità per immettersi sull'adiacente strada asfaltata, anche se, stagione permettendo (il grano già raccolto o gli sterpi non troppo alti!) si può proseguire lungo la sponda del torrente verso due edifici industriali. E' difficile però raggiungerli e quindi si è giocoforza costretti a svoltare sulla destra e riprendere la strada asfaltata.

Si nota subito la differenza. Prima ostacoli di un tipo, ora di un altro! Dagli sterpi ... alle auto! Occorre fare quasi un km per trovare a sinistra un parco destinato alle feste dell'Unità dove c'era di tutto, tavoli, giochi, ... salvo le persone che sarebbero giunte in serata e ovviamente ... il barista!!! Lasciando da parte questo centro, si prosegue ancora sull'asfalto per giungere all'edificio di un bel ristorante "Il Mulino" ora in ristrutturazione.

Ciò non preoccupa più di tanto. Superato il ponte si passa tra il ristorante e l'edificio affianco. Passato quest'edificio si svolta subito a destra e lo si fiancheggia. Si prosegue per un sentiero che poco più avanti si biforca e occorre seguire quello più a destra che scende verso il torrente. Sembra impossibile ma questo sentiero porta proprio in centro alla Chiassa Superiore.

Questa non era ancora la nostra meta: puntavamo a Tregozzano, una località a 3-4 km da la Chiassa. L'impulso a "trovare" strade alternative per arrivare dalla nostra amica a passare la notte, è costata ... qualche km in più che a quell'ora voleva dire ... qualcosa! Effettivamente da La Chiassa a Tregozzano c'è da divertirsi salendo e scendendo per le strade secondarie lungo i pendii delle colline che fiancheggiano, sulla sinistra, la strada principale,.

Giunti al Castellaccio siamo stati tentati di imboccare questo sali-scendi fino a Tregozzano, soltanto che in un "sali" non siamo più ... "scesi" se non a Puglia! A 5 km c'era già Arezzo e invece ... eravamo troppo avanti e quindi ecco 3 km di marcia indietro ... fino a Tregozzano: ore 19.00.

Doccia, cena e via, la nostra amica, padrona di casa, non è riuscita a sentire neanche una parola di ringraziamento, perchè le nostre energie si erano sciolte nei letti pronti per noi. Si chiudono gli occhi su questa prima giornata. I 18 km Anghiari- Tregozzano, con la variante delle ultime ore, eravamo riusciti a farli diventare quasi 24! E non è niente rispetto a ciò che saremmo riusciti a fare il giorno successivo. La Staffetta è nel camminare e non nell'arrivare! è vero, ma a quell'ora si era belli che ... arrivati! Buon riposo.

Da La Chiassa - Tregozzano ad Arezzo, venerdì 25 luglio 2008

**Dalla mattina alla sera, *il diario*
venerdì 25 luglio 2008**

Quando si è accolti in una casa, anche la sveglia di buon mattino viene accolta come qualcosa di familiare. Questa mattina però alla nostra colazione manca un'amica. Si aspetta, ma tarda ancora, si scende in strada per dare un'occhiata ed è lì che aspetta in macchina per non ... disturbare ... e i cellulari non sempre tengono la carica. Timori e timori che si sciolgono nel caffelatte con cui la padrona di casa ci saluta. O meglio, siamo noi a salutarla con un lungo abbraccio e di nuovo per la strada, oggi verso Arezzo.

Sulla carta una strada pianeggiante di 8 km ci avrebbe condotto dritti dritti alla Cattedrale, a piazza San Domenico e al Seminario che ci avrebbe offerto ospitalità per quella notte.

Quella mattina nell'aria si avvertivano, come era già capitato, le difficoltà a far convivere tra loro la propensione al camminare e quella all'arrivare. È emersa la prima, indotta dalla bella giornata, ma soprattutto dall'energia fresca dell'amica sopraggiunta. Quegli 8 km sono rimasti tali e quali per una, due, tre, quasi quattro ore! La Cattedrale era sempre là, ferma e irraggiungibile!

Quanto sono belle le colline di Arezzo, su quante si è saliti e da quante si è scesi. Siamo giunti dapprima alla Chiesa di Campriano, ottimo punto in cui fare una sosta nel sagrato tranquillo e ancora ombroso, quindi a San Polo. La nostra bussola volgeva l'ago ora di qua ora di là e spesso, come ieri d'altronde, anziché scendere e accettare la dritta asfaltata verso Arezzo, ci indicava la prossima collina, il paesaggio ripagava la distanza scoraggiava.

Siamo giunti così dall'alto al paese di Antria. Ancora lungo strade interne abbiamo preso quella verso l'antico acquedotto romano. Lì abbiamo incontrato un'altra amica che ci stava venendo incontro ... ed è riuscita a trovarci tra quelle colline! È una grande conoscitrice di Arezzo, della sua storia, della sua arte ma anche di ogni più piccolo vicolo.

Ci ha condotto, dopo essere saliti lungo il confine destro del cimitero, giù verso il Parco Pertini che rappresentava il nostro luogo di ritrovo per fare meditazione e yoga. Al Comune ci avevano dato la possibilità di trovare uno spazio all'interno del parco, tenendo conto della concomitante festa che coinvolgeva i bambini all'anfiteatro centrale.

Lo spazio non mancava e nemmeno l'ombra. Abbiamo trovato il nostro posto su un tappeto di aghi di pino, non sempre rispettoso delle nostre ... forme ma invogliante per il raccoglimento che induceva e l'ombra che dava protezione

Intanto il nostro gruppo si divideva, chi andava a casa propria, chi dava consigli su dove mangiare e chi ... restava lì accontentandosi del baretto del parco. Dopo pranzo ci siamo ritrovati in tranquillità e più tardi, all'allentarsi del caldo della giornata, abbiamo fatto un po' di meditazione e yoga. Nel tardo pomeriggio arrivano altri amici, per loro c'è la caccia al ... parcheggio Petri, che però si conclude con la loro vittoria: eccoci! Con loro c'è anche l'Abate del Tempio Musang Am.

Qualcuno preferisce andare a riposare dall'amica di Tregozzano, dove si era già stati la notte precedente. Altri li accompagnano ma solo per andare a prendere gli zaini lasciati là in ... deposito e farsi letteralmente "carico" di portarli su al Seminario dove poi si sarebbe passata la notte.

Si è fatta l'ora di cena che sarà, dopo questo via vai, un bel momento per conoscerci e avviare insieme il progetto di questa Staffetta. Passata la cena ci attende la salita verso il Seminario dove ci avevano riservato le camere. Arrivati alla piazza del Seminario verso le undici di sera nessuno risponde al campanello: ci accorgiamo che è già passata l'ora di chiusura!

Seduti sugli scalini ci guardavamo senza avere il coraggio di dirci: che cosa facciamo ora? Si sente un rumore, è il portone che si apre e compare un ragazzo che ci accompagna alle camere. Mi dispiace ma dove sto io non si sente il campanello. Stavamo dispiacendoci anche noi All'interno è tutto ben tenuto e fa piacere chiudere la porta. La doccia ci dà la buona notte.

Da Arezzo a Subbiano, sabato 26 luglio 2008

Dalla mattina alla sera, *il diario*

sabato 26 luglio 2008

Si prospettava, nel progetto, come un percorso lungo la trafficatissima provinciale 71, ma poi ci siamo accorti di vie asfaltate secondarie per giungere, passando da Ceciliano, Campoluci, Castelluccio e S. Martino sopr'Arno, a Capolona e Subbiano.

Alcune indicazioni emerse sotto al pino del Parco Pertini nel tardo pomeriggio di ieri pian piano prendono corpo: un percorso alternativo. Perché non passare da Sitorni? passare l'Arno sul ponte pedonale a ... Giovi ... salire e visitare quella chiesetta ... tornare di poco indietro, salire la collina, svoltare a destra verso la cima ... e ... scendere ... seguire una strada lungo la ferrovia ... salire ancora ... per scendere verso Capolona?

A ricostruire il percorso è difficile ... ora che è già solo un ricordo! Bisognerà percorrerlo un'altra volta per "studiarlo", allora lo avevamo soltanto goduto (si fa per dire con il caldo e le incertezze incontrate!).

Una volta giunti, l'accoglienza è premurosa, gli Assessori ci aiutano, chi a trovare da dormire nella palestra di Subbiano, chi a invitarci a cena ad una festa che proprio quella sera coinvolgeva Capolona.

A Subbiano, dopo aver risolto alcuni problemi organizzativi (le chiavi spesso sono il problema maggiore, come si vedrà in altre tappe...), il nostro alloggio diviene un'enorme palestra, anzi due palestre tra cui scegliere!!!

Per noi è la prima notte sui tappetini! I nostalgici del letto morbido di casa tirano fuori i materassi del salto in alto!!! Ancora una sorpresa, l'Assessore ci fa incontrare, fuori dalla palestra, un giornalista a porci delle domande: un servizio in tv! Quante novità. Cominciamo ad accorgerci che la nostra esperienza viene sottolineata.

A pranzo il solito "fai da te" ma alla sera la cena a Capolona a un paio di chilometri da Subbiano. Sembrano vicine è vero, ma dopo quella giornata un passaggio in auto non viene rifiutato.

A Capolona, quella sera, siamo riusciti a perderci nel cercare la piazza della festa (e della ...cena!) non si trovava! Finalmente arriviamo ma proprio allora, qualche minuto prima!, altri amici non vedendoci arrivare erano andati a cena e a dormire altrove...

Comunque l'appuntamento alla mattina successiva è chiaro, speriamo proprio di sì! Il Sindaco di Capolona ci saluta e anche noi ricambiamo allorchè il corpo ci dice: fammi riposare, per oggi non ti basta?! Di nuovo con la macchina si giunge alla palestra di Subbiano dove ci attende la nostra "partita", la Staffetta perderà uno a zero, il sonno avrà la meglio.

DA Subbiano alla Pagoda, domenica 27 luglio 2008

**Dalla mattina alla sera, *il diario*
domenica 27 luglio 2008**

La notte bagnata, pioggia forte e qualche boato segue i lampi che illuminano per quell'attimo le vetrate della palestra. Camminare sotto la pioggia! ormai rassegnati a questa realtà. Anche un sms giunge ad amareggiare la prima mattina: oggi non vengo a correre nè a camminare perchè piove e non voglio prendere freddo.

Vai, la Staffetta riprende il suo percorso camminando con il ritmo insegnatoci dai monaci buddhisti, il cammino consapevole, la meditazione camminata. Il tempo ci ha fatto però solo uno scherzo, le nuvole rimangono ma qua e là cominciano ad andare per la loro strada e il cielo pian piano si apre. Il sole ritorna.

Poco dopo Subbiano c'è chi tra noi decide di correre. Ben venga che qualcuno possa arrivare prima alla Pagoda: avrà così tempo per pulire e sistemare, c'è sempre qualcosa da fare per migliorare l'accoglienza!

Il percorso non ci offre alternative: è strada e basta. Da un lato il vincolo dell'Arno che corre in senso inverso e dall'altro delle colline che salgono ripide più simili a quelle del Pratomagno che quelle incontrate nel percorso dalla Chiassa ad Arezzo.

Accettiamo questo vincolo, ma è sempre un'ottima alternativa alla rumorosa provinciale fatta di camion, auto e pulman sull'altra sponda. Alla Pagoda l'accoglienza è pronta, non così il pranzo che però, dato l'appetito, non necessita di particolari accortezze.

Il pomeriggio comincia a mietere le sue vittime e il pisolino fa tardare la meditazione. Nulla cambia però, ecco che la meditazione trova ugualmente i suoi tempi. Lo spazio che è familiare ad alcuni di noi viene condiviso dagli altri partecipanti.

All'ora di cena (siamo ancora troppo vicini ad Arezzo!) sopraggiunge un'auto e ... intorno al tavolo alcune sedie rimangono vuote e non servono più! Al contempo però alcuni materassini... si raddoppiano!



Dalla Pagoda a Pontenano, lunedì 28 luglio 2008



Dalla mattina alla sera, *il diario* lunedì 28 luglio 2008

15 km soltanto, tappa nella norma oggi, se non fosse per il dislivello da percorrere. Dalla Pagoda si salirà alle



prime propaggini del Pratomagno, dai 300 mt agli 800 sul libello del mare e tutti negli ultimi chilometri ... I guai cominciano subito allorché, giunti al primo bivio, per altro non significativo, un corpo si ferma, un braccio si alza e un dito pone l'alternativa: dritti o salire. Il raccoglimento contiene a stento i primi bisbigli di assenso e dissenso.



Ritorna negli sguardi la domanda: scorciatoia, salita, paesaggio o allungare, pianura senza grandi vedute? Farcì le 'gambe' per la giornata o prenderla con 'calma'? Prevale la prima ma questa ascesa mattutina già suscita, nonostante il silenzio raccolto della Staffetta, qualche parolina che, ripetuta e ripetuta, di momento in momento, prende corpo: quando si arriva?

Bella giornata è vero ma siamo solo ... all'antipasto! Giunti sulla collina prossimi ad Ornina il paesaggio c'è ma anche il dissapore. Una sosta sotto la pensilina di un bus,

qualcosa di saporito esce e alleggerisce gli zaini, borsette di vari tipi si sciolgono in calorie da recuperare e qualche piede entra in conflitto con le scarpe. C'è chi tra noi prende la bandiera del Tibet, lasciando al gruppo quella buddhista e prende a correre. E' l'occasione per dar vita al tedoforo che corre verso Pechino.



Si scende a Salutio, ma un tratto in leggera salita senza riparo dal sole diventa una prova. Un negozio di alimentari ... diviene un'appropriata occasione di sosta, ma il sole non fa sosta e il caldo si prospetta ancor maggiore, anche se più avanti, sulla collina, il verde del bosco lascia intendere un cambiamento "d'aria".

Intanto da Talla la Staffetta con il tedoforo si dà da fare e riesce a trovare un'automobile che possa alleggerire l'ascesa a Pontenano (il nome potrebbe suscitare qualche perplessità sull'altitudine ma è meglio non farsi ingannare)

Tutto continua, c'è chi con il passaggio in auto è già giunto alla meta, chi corre e chi cammina. Si passa per Pieve di Pontenano, ma ancora qualche tornante. Chi sopraggiunge già



trova, in un angolo ombroso e fresco del bar-ristorante chi, arrivato prima, è pronto ad offrire qualcosa. Così pian piano ci si ritrova tutti ed è l'ora del pranzo.

È pronta una bella tavolata e finalmente si è insieme e il raccoglimento diventa una simpatica confusione di voci che via via si attenuerà nel pomeriggio, allorchè l'uno o l'altro torneranno con le auto verso casa.



Pontenano e il Pratomagno divengono un simbolico confine del nostro percorso, Arezzo è ormai alle spalle! Si parla con un nonno che porta la bimba a giocare al campo sportivo, nostalgie di paesi che ormai non esistono più, di case trascurate, di un paesino ormai relegato ad una vita stagionale, il suo Pontenano! e scappa correndo appresso alla nipotina che ha scoperto il rubinetto della fontanella!



A Pontenano, per la prima volta, diviene utile la tenda. Sulla piana del campo sportivo, aperto verso Oriente, al sorgere del sole vi sarà la sorpresa del mattino. La tranquillità del posto è il nostro discorrere. Si fa sera, ancora al ristorante la nostra cena e poi, al buio sopraggiunto, la ricerca della tenda. Buonanotte, tutti a dormire. La chiusura lampo scende su questa impegnativa giornata.



Da Pontenano a Campogialli, martedì 29 luglio 2008

**Dalla mattina alla sera,
il diario
martedì 29 luglio 2008**



Certo che averci dato la possibilità di campeggiare su quel campo sportivo a Pontenano è stato uno stupendo regalo, specialmente per la mattina. Quando ancora il prato, fuori dalla tenda, era umido dalla notte, ci siamo ritrovati su quella terrazza aperta verso il Casentino con un sole che tagliava pian piano l'Alpe di Catenaia. Un momento per stare in silenzio davanti a questi grandi eventi quotidiani che sollevano l'ombra di una notte senza luna.

L'alba anonima di tutti i giorni diventa, in quella circostanza, l'impulso a essere spinti anche noi, dal movimento del sole, come una palla, giù dal Pratomagno. Così è stato. Sulla carta è segnato un sentiero che da Pontenano scende dritto a La Crocina, il sentiero 48. Già trovarlo è un bel regalo: la segnalazione dei sentieri si è sbiadita e il rosso-bianco si è sciolto in una ombra sbiadita che solo la fantasia riesce a decifrare.

Il 48 che scende verso la Crocina è un bellissimo sentiero, è un tratturo dove si cammina bene avvolti dal bosco. Giunti a La Crocina bisogna seguire la strada asfaltata verso S. Giustino Valdarno. Sull'asfalto passa qualche rara macchina ma lo sguardo è lì, verso la Valdichiana che appare in tutta la sua estensione. Prosegue la discesa che, nell'arco di pochi chilometri, dagli 800 mt ci farà arrivare ai 250 di Campogialli.

Pochi chilometri di asfalto, poi, sulla destra, il bivio per la Cognola e da qui, tuffandosi in una pineta sulla sinistra che a stento resiste al disboscamento, si ritrova il sentiero che scende verso San Giustino. Il sole comincia a raggiungere questo versante del Pratomagno e il caldo si accentua anche a causa del diradarsi degli alberi ad alto fusto e il comparire di una vegetazione bassa e più cespugliosa.

Il sentiero prosegue e si ferma al giardino recintato di una villa. I padroni però rispettano le strade vicinali e, sul portone di legno è scritto, "per i cacciatori: aprite e richiudete questo cancello". Vai, pian piano compaiono più case, e poi ancora giù verso San Giustino. E' mezzogiorno non vi è riparo al sole e al caldo tra le case di San Giustino. Non c'è un albero che possa regalarci un po' d'ombra. Anche l'umore della piana ne risente.

In un alimentari tutto fare troviamo ciò che ci serve e un po' d'ombra è là, nella piazza davanti alla Chiesa. Un selciato infuocato e da una fonte, al centro della piazza, esce acqua tiepida che indubbiamente, a quell'ora e con quel caldo, è sempre gradita; specie dopo esserci accorti che l'unico bar della piazza è chiuso e offre solo qualche sedia che è rimasta fuori.

Aspettiamo che l'acqua si raffreddi e ci sediamo con le spalle alla canonica, rivolti alla piazza. Cominciamo con quei panini e quella frutta che si era comprata. Nell'aria bruciata anch'essa dal sole, compare dalla canonica una signora che si sofferma, ci saluta, ci parla del caldo, del suo soggiorno qui presso il parroco suo parente e poi di nuovo scompare tra le mura da cui era comparsa.

Abbiamo il coraggio di affrontare l'ultimo tratto? Ebbene quale alternativa potrebbe essere scelta? Nonostante il peso del sole, continuiamo la via dei Sette Ponti, arrendendoci al caldo che emergeva dalla strada asfaltata, dal rumore e dal puzzo delle macchine. L'indicazione per Campogialli è lì a pochi chilometri e, imboccando quella strada, già si respira un'aria diversa.

Verso Campogialli sulla strada si affacciano i giardini di belle villette, ma anche più avanti di una grande casa padronale con un giardino che è un vero parco con giochi di viottoli e di alberi. Un paradiso verde recintato ai passi forestieri. Ma la strada per il centro è poco prima di questa villa e giù, per la leggera discesa a quella



quella piazzetta con il giardino, a



quel bar-
alimentari in cui
trovi di tutto e
anche ... le
indicazioni per
trovare la
Responsabile del
Centro Sportivo,
che ci darà le chiavi della palestra. Tutto è facile.

Si aspetta un po' e poi ecco che sopraggiunge con le chiavi. Per quei pochi chilometri ci accompagna alla scuola e ci presenta il "sudoku" di interruttori, porte, finestre e bagni con cui a stento riusciremo a familiarizzare. Tutto è chiaro? E quando uscite ... le chiavi con voi e domani le lasciate al portone. A proposito, perchè non venite a cena da noi questa sera? Perchè no? Va bene ci vediamo verso sera.



E' ancora pomeriggio quando sopraggiungono appositamente i nostri amici della Stafetta che con la macchina sono disposti a riportarci a Pontenano per recuperare la nostra. Un regalo graditissimo: l'unico modo per giungere a Pontenano sarebbe stato quello di risalire ... a piedi, tanto poco trafficato è stato il percorso odierno. Il passaggio ci porta allegramente a Pontenanono, si

condividono le emozioni del giorno precedente e l'approssimarsi del tramonto avvicina ogni emozione all'altra, tanto da vedere nel volto dell'altro quella luminosità dello sguardo che c'è nel tuo, quegli occhi che il silenzio o il parlare rendono inesorabilmente sempre più umidi.

Il saluto e i nostri amici ripartono verso casa, verso Subbiamo, mentre noi con la macchina scendiamo verso Campogialli. Con la macchina si vivono diversamente i km percorsi, siamo di nuovo alla scuola e alla sala della Polisportiva. Verso sera, lungo una strada secondaria, giungiamo di nuovo al centro del borgo di Campogialli e dopo poco ci ritroviamo al giardinetto e al bar che aveva segnato la nostra fine tappa.

Bello Campogialli, viottoli, una bella chiesa e un castello, c'è già il piano di ristrutturazione e nel giro di pochi anni diventerà il più bel villaggio di Terranuova Bracciolini. Può darsi davvero tant'è la simpatia che i suoi abitanti dimostrano verso chi vi giunge. E così è stato per noi, a cena dalla signora ... c'erano i figli, una ragazza e un ragazzo. Si cena, tutto con grande semplicità e simpatia, i piatti di portata, ma anche i nostri ... , vengo puliti con accuratezza.

La padrona di casa, direttrice del centro sportivo che dà in gestione la palestra, ci parla del suo lavoro nella vigna di un podere, Il vino che porta in tavola è il suo lavoro e nel gustarlo, vegetariani o no che si sia, si sente un gusto che non è solo nel vino. Con i figli si parla e si scherza. La ragazza



è la prima a lasciarci, va con i suoi amici, il figlio rimane con noi ma si è fatta sera. Un sera particolare perchè è commovente lasciare quella signora, la sua famiglia, la sua accoglienza fatta di promesse di vederci e rivederci, ma una sera particolare perchè proprio nell'uscire di casa incontriamo un ragazzo che porta per mano ... il suo babbo.

Ecco lo lascio con voi, abbatene cura, mi raccomando. Sì, il bambino con il suo babbo sono giunti all'appuntamento. Il figlio ci lascia il suo babbo e torna in macchina per ripartire con la sorellina e la mamma.

Ciao e buona staffetta! Un altro amico si è aggiunto alla Staffetta. E' il momento di tornare alla scuola e alla palestra. In poco siamo lì, distendiamo i nostri sacchi a pelo ed in un momento lasciamo che il sonno prenda il sopravvento.

Da Campigialli a Cavriglia, mercoledì 30 luglio 2008

La giornata in breve: mercoledì 30 luglio 2008

Campigialli

ore 5 sveglia

ore 5:30 stretching

ore 5:50 partenza da Campigialli

strada bianca fino a Il Proverbio deve essere tipo un ristorante (7:45)

ore 9 Loc. il Tasso colazione offerta da signora

ore 10 Terranuova Bracciolini

ore 10,10 colazione al bar Europa 3 €

ore 10:40 ripartenza x Montevarchi

ore 11:10 Montevarchi

ore 12:30 Ricasoli

ore 13:30 ristorante Pitena 12 €

ore 14:30 partenza x Cavriglia

ore 15:10 arrivo a Cavriglia

cena e pernottamento alla canonica da Samuele e Alessandra 17 €

visti 2 cinghiali con cinghialino, trovati tanti cani

Dalla mattina alla sera, *il diario* mercoledì 30 luglio 2008

E' la tappa più difficile. Per la lunghezza e per i frequenti sali-scendi che impegnano attenzione e corpo, per il continuo alternarsi di strade trafficate e di sentieri in cui le segnalazioni sono ormai un segreto celato nel tronco degli alberi o assorbito dal cemento dei muretti.

La mattina è fresca quando riprende il nostro pellegrinaggio. Anzichè proseguire, si torna indietro. Solo di poco, perchè è all'ingresso del paese che si trova quel bivio per Comugni. Inizia la nostra avventura odierna.

Giunti a Comugni si deve scendere verso la strada principale. Ci sono varie opportunità, la più bella è quella di proseguire ancora per Ca' di Forra per giungere poi giù verso le Mandriole. Non è facile, una diga impedisce di passare dove il sentiero indicava,



occorre tentare, come spesso si è fatto in questo laborioso percorso... e si trova l'innesto sulla provinciale.

A fianco della striscia bianca un piccolo spazio ci permette di camminare anche se di frequente occorre cambiare lato. Si passa il Valcello e prima di Moracci la scelta di sempre: breve e trafficata o più lunga e tranquilla? Ancora non siamo consapevoli dell'impegno che ci verrà

chiesto in seguito. Comunque ne valeva la pena: su verso il Tasso!



C'è una sorpresa, la carta indica un tratturo che, lambendo il cimitero, evita la salita al Tasso e abbrevia il percorso. Ma il cimitero è stato rinnovato e ampliato così il tratturo è ... scomparso. Non c'è scelta, si cerca di qua e di là, ma nessuna ombra del sentiero: allora forza, saliamo al Tasso.



Giunti al piccolo borgo tutto è muto. Una bella trattoria è lì con tanto di cartelli, sedie e parcheggi, ma è ancora chiusa. L'ora della merenda sta diventando pian pian quella di ... pranzo. Acqua, acqua! Ad una casa si chiede da bere. Ma la tentazione è troppa. Tutto è chiuso, non avrebbe qualcosa da mangiare? Un'incertezza passa sulla fronte della signora, ma poi si risolve, si vi posso fare dei panini col pomodoro, va bene? Aspettatemi al cancello.



Dal cancello, che rimane chiuso, scendono alcuni scalini verso la porta di casa. Il marito apre e ci parla di cammino e di pace, di libertà dalle bandiere ma dopo un saluto sparisce ed ecco la moglie con i panini da cui traboccano umidi tagli di pomodoro. E' un mangiare e bere al contempo!

Dopo poco si giunge in piazza, anche qui un bar con tante sedie e tavoli di legno ricavati sul pendio della collina, ma tutto è vuoto, è il giorno di chiusura. I panini ci bastano per scendere verso Terranuova Bracciolini. Dopo il valico si potrà vedere come uomo e natura si contendano il loro spazio. Giù nella valle i centri di Terranuova Bracciolini e di

Montevarchi colmano il paesaggio, il percorso dell'Arno riesce a tagliare questa uniformità e aiuta lo sguardo a fare un ... salto verso le colline della chiantigiana, verso Cavriglia, ancora nascosta da un'altra onda di colline.

Scendiamo lungo quel ghirigoro di tornanti che conduce verso valle. Di tanto in tanto, guardando attorno, le colline de il Tasso ti fanno ammutolire, sono lacerate con un versante irrimediabilmente crollato a valle. Da un lato la piana rumorosa della vallata, dall'altro lo stridore di quella roccia bruciata dal sole.



Via via si giunge a Terranuova, non abbiamo la forza di andare a fare un saluto al Sindaco. Terranuova è un paese proteso verso l'Arno. Tutte le sue strade sono lunghe, strette tra loro, non vi è larghezza. Tutte corrono verso quella giostra di rotatorie che conduce a Montevarchi. Ci si ferma lungo una di queste linee ed è l'ora della nostra colazione.

Il panini ci hanno fatto vento, come si dice, e la colazione cerca ora di sopperire a questa carenza. Dai, rimettiamoci in movimento! Ora la lunga direttrice mira decisamente verso l'Arno. Sappiamo però, che prima di essere risucchiati in questi gorghi artificiali, sulla sinistra, ci dovrebbe essere un ponte blù... ed eccolo che, ad uno slargo, compare alla nostra sinistra.

È un ponticello sul Ciuffenna, ma è il vaccino di cui si ha bisogno per passare il ponte sull'Arno. Passato il ponte, subito a destra, si prende lo sterrato e ci si lascia condurre dalle sue curve, che di tanto in tanto grattano la terra per passare sotto al rumore di quelle strade affollate.

Quando sembra fermarsi ad un gruppo di case, ancora avanti si entra nell'ampio cortile di una cascina e si ruba così ancora qualche metro al fiume di macchine. Si sbuca ad un incrocio in cui attraversare è facile, ma non lo è camminare! I margini della strada si dimenticano dei pedoni, ma anche di quei bagnanti che vogliono, poco più avanti, raggiungere la piscina affogata nel caos che la circonda.

Si prosegue per poche centinaia di metri sino a giungere al ponte sull'Arno. Avventura ancora più rischiosa. La strada è contenuta dal guardrail e al pedone non resta altro che appiattirsi, quasi a voler rafforzare, con il proprio corpo, la tenuta di quella striscia di ferro. Il respiro riprende subito dopo il ponte (e ciò è buono perchè sul ponte era meglio trattenere il fiato). Le macchine continuano a rincorrersi ma sono costrette a piegare a sinistra, mentre il nostro percorso prosegue dritto.

La strada diviene una comune strada di paese, con villette sui due lati. Si prosegue, si supera una strada con una futuristica pista 'ciclabile' e pedonale; si attraversa e

ancora avanti finchè la strada non sbatte contro i binari della ferrovia. Bisogna decidere il da farsi. Si svolta a destra, ma solo per pochissimi passi. Attraversata la strada, nascosto tra le piante, vi è un sottopasso, un cunicolo che costringe a farsi piccoli, sia per la paura che per l'altezza.



Passata così la ferrovia, un breve viottolo tra il verde porta ad una strada asfaltata. A questo punto chiedere è necessario, le cartine suggeriscono ma come riuscire a decifrarle? Chiediamo ad una cosa; aspettate chiamo mio figlio lui sa spiegarvi meglio. Scende questo ragazzo di costituzione robusta che con chiarezza, indicando col braccio, ci dà le indicazioni necessarie.

E' potabile? Sì. Dal rubinetto del giardino esce acqua potabile e in coda riempiamo le nostre bottigliette. Dalla scala che conduce all'appartamento si affaccia la padrona di casa: prendete questa, prendete questa, peccato che non sia fredda, ma prendetela. Come dire di no a questa prorompente gioia di dare? Anche se lo zaino si appesantisce, si appesantisce di qualcosa che ci diventerà assai utile al salire dalle propaggini settentrionali di Montevarchi a Spedaluzzo e Ricasoli, per spingersi ancora più avanti verso la Chiantigiana, e da qui salire a Cavriglia.



Quindi, uscendo dalla ferrovia si svolta a sinistra. Sulla destra si trova una strada che sale ad un villa, poco più avanti un'altra strada sulla destra sale ad angolo stretto sempre verso la collina. Questa strada, siamo già su strade di terra, passa a lato di una villa



e prosegue. Nonostante le indicazioni riesce difficile l'orientamento.

A un certo punto verrebbe voglia di proseguire dritti e invece occorre svoltare a destra. Si prosegue e sul bordo dell'ultima villa si svolta a sinistra e da qui in poi sarà solo l'intuito a farti prevedere quale sterrato scegliere. Non si sa come ma si giunge sul crinale della collina dove troviamo un maestoso pilone dell'alta tensione.



Ormai siamo in equilibrio tra i due pendii e avanti a noi si vedono le case di Ricasoli. È



l'ora di pranzo, le finestre aperte per il caldo, il vociare all'interno e ... l'incertezza sul



come proseguire. Dai, il solito "Sgnora! Signora!" (chissà perchè viene da usare il femminile?!) troviamo invece un signore che lascia la tavola e scende. La comunicazione più efficace è quella gestuale, non bastano così le parole, ma la nostra guida lascia la casa e girando per le poche case del paese, ci indica la direzione.

Di qua poi di là ... ehm, come sempre occorrerebbe registrare le indicazioni ... ma non rimangono dubbi, siamo nella direzione giusta. Una foto insieme e poi ci lasciamo con l'ultima parola: ah per Cavriglia siete arrivati mancherà mezz'ora, ma si scorda di valutare che noi siamo ... a piedi! Uscendo da Ricasoli si prosegue per giungere all'innesto con la Chiantigiana.

Ormai l'asfalto ci dà la sicurezza di essere sulla strada giusta, così però fa anche il caldo che emerge dal manto stradale. La nostra guida ci aveva indicato anche un ristorante ed eccolo al posto indicato! Anche se ormai era già passata e da molto .. la mezza... diventava meta ancor più attraente del paese.



Il ristorante dà l'idea di essere un centro di sosta per tutti, dai camion alle cerimonie per le nozze. Il pranzo è indubbiamente buono (basta qualche chilometro in più per affinare ... il palato), ma finisce troppo presto. L'ultimo tratto ci fa ancora alzare gli occhi verso l'alto, l'ultima salita, per oggi.

Ormai però si è giunti e così è. Sappiamo la strada da percorrere, i sopralluoghi almeno in questo caso, sono serviti a qualcosa. Si sale in Comune per salutare la Segretaria che ha seguito il nostro progetto, un saluto un po' sudato e poi, accanto al Comune, quelle scalette (ora sono ... pianura!) che portano al Parco Comunale e dietro a questo l'ingresso della Canonica sul retro della Chiesa.



La Canonica è in realtà un susseguirsi di spazi e giardini. In quello d'ingresso c'è il bar e giochi per i bambini, lì proprio vi sarà l'ingresso per il primo piano: la stanza in cui dormire. L'incontro con la responsabile è amichevole, ci porta, ci indica, si preoccupa, insomma, siamo a casa.



Il locale ha annessa una cucina e le finestre aprono su un altro giardino, è uno spazio verde con piante e fiori e il vociare di bambini. Non un gruppo parrocchiale, sono quasi tutti i figli della famiglia che vi vive, con qualche amichetto in più. Nell'ampia struttura della canonica vive una famiglia insieme al

parroco. È l'esperienza di una famiglia allargata in cui si vive insieme il Sacramento del matrimonio e del Sacerdozio.

Il parroco e la famiglia si considerano ospiti uno dell'altro. Perché non restate a cena con noi? C'è sempre posto! Quella sera però manca il parroco ma non ci sentiamo soli. Il tavolone è pieno di sedie e di voci, di adulti e i bambini, ma ce un è ancora un altro che tira i calci nel pancione della mamma.

Tra questo piccolo asilo (7 bambini...), appena avviata la cena, si sente la voce di una bimba che dice: "i nomi, i nomi, facciamo la presentazione!". E' gioiosamente abituata a questo rituale d'accoglienza e così dai più piccoli ai più grandi escono parole che danno un significato in più a questa ritrovata famiglia in cui sono giunti gli "zii" della Staffetta.

È un abbracciarsi via via di vocine curiose, di domande inaspettate, di scherzi, di cose rovesciate, di vitalità sempre garbata. È l'ora di andare a riposare, salutiamo la famiglia e ritorniamo al nostro salone.

Da Cavriglia a Radda in Chianti. Giovedì 31 luglio 2008

La giornata in breve

Giovedì 31 luglio 2008

Da Cavriglia a Radda

ore 6:00 sveglia e risveglio del corpo

ore 7:00 colazione 3 € e partenza

ore 7:40 Grimoli

ore 9:10 Abbazia di Coltibuono

ore 10:00 partenza dall'Abbazia

ore 12:10 arrivo a Radda

pranzo con riso freddo, prosciutto arrosto e frutta 8 €

cena pizza gigante 10 €

visto un cerbiatto, uno scoiattolo,

Dalla mattina alla sera, *il diario*

Giovedì 31 luglio 2008

L'uscita da Cavriglia non promette nulla di buono, è un bella salita all'ombra di alberi. Di prima mattina ridanno quel filo di fresco che la notte ha lasciato. La direzione è Radda in Chianti, passando da Badia a Coltibuono. È questa la direzione ma ci affascina un'indicazione: sentiero 33.



Bene, è il nostro che ci fa passare per le colline! Peccato che quella indicazione sia la prima ... e l'ultima! La successiva la troveremo all'arrivo a Badia a Coltibuono. Ottima segnaletica! Da Cavriglia si segue l'indicazione per Grimoli, passando per il paese (o seguendo la ... tangenziale!). Ci si ritrova sulla strada che prosegue in direzione di Badia.



La strada diviene un tratturo che con una continua salita porta a Badia a Coltibuono. Il paesaggio si apre e gli scorci fanno dimenticare la fatica. Più avanti la sorpresa di vedere, là avanti, poco più bassa di noi, la Badia a Coltibuono.



Emerge tra il verde con i tratti essenziali del suo impianto romanico. La chiesa fa corpo con un'ampia canonica chiusa da un cancellone. Quando la sete c'è si aprono le porte e infatti, quando si giunge, si può entrare e nel cortile raggiungere la fontanella di fronte. Passando sotto un arco si apre un giardino curatissimo.



Si viene a sapere che è un agriturismo super e che è ... ammessa la visita "guidata" al giardino, ovviamente giustamente ricompensata. La salita pesa ancora sulle gambe e, seduti sul muretto esterno che fiancheggia la chiesa, si rimane fiaccati all'ombra di un alberello. Qualcuno ha ancora le energie per giocare a footbag, facendo saltare la pallina di riso di qua e di là come per sciogliere le gambe per il secondo tratto da percorrere.



Quando ci si decide, attenzione! Le indicazioni stradali ti suggestionano: ti fanno scendere, ma il sentiero 00 (che sarà da percorrere solo per il primo tratto) fa il contrario! Sarà questa la nostra scelta, taglia gran parte di un anello stradale.

Quando ci si decide, attenzione! Le indicazioni stradali ti suggestionano: ti fanno scendere, ma il sentiero 00 (che sarà da percorrere solo per il primo tratto) fa il contrario! Sarà questa la nostra scelta, taglia gran parte di un anello stradale.



Il sentiero passa in un fitto bosco e dopo poco le indicazioni del sentiero 00 puntano verso una ripida salita sulla destra, ma il nostro



percorso è dritto e rimane pianeggiante. Non molto ci vuole per ritrovarci sulla strada per Radda. Qui si seguirà la strada asfaltata sino a Radda.

L'accoglienza a Radda ci è venuta dal parroco che ci ha offerto la canonica accanto alla Chiesa in pieno centro paese.



Alcuni scalini, dalla piazzetta del Comune, portavano su alla Chiesa, in un vicolo il parroco, dall'altro lato della chiesa c'era la canonica.

Il parroco, con concisa precisione, ci conduce nei locali e ci dà le indicazioni necessarie. La porta dà su una piccola stanza con biliardino e tavolone, di lato, attraverso un breve corridoio, si accede ad una rampa di scale che conduce al piano superiore in cui non mancano le stanze. Ne abbiamo una per ciascuno.



Non è una palestra con i materassini per la ginnastica, ma c'è chi si è ingegnato a rendere solidi i tavoli, incastrandoli l'un l'altro, come in un gioco di scacchi, per farvi il riposino.



Lungo la discesa della via principale si giunge, subito fuori le mura, ad un giardino diventato il nostro punto di ritrovo. In una gastronomia lì vicina si prendeva, sempre all'ultimo minuto quando la professionalità del proprietario era visibilmente scossa, da mangiare e poi nel parco, su una panchina si pranzava.



Sembrava di aver fatto questo per una settimana, anche si è trattato di un solo giorno! Nel pomeriggio comunque ci troviamo in piazza a fare il "mercatino", con le maglie della Staffetta, quaderni e cappelli. Le panchine erano sempre occupate da persone anziane che trovavano lì da riposare, mamme appresso ai figli in corsa verso i giochi là avanti.

Noi in una panchina con la bandiera del Tibet su un cespuglio e un tranquillo silenzio che favoriva anche il nostro riposo. A riprendere la macchina è stato impegnativo perchè il percorso non era lineare e vi erano molti svincoli. Sono stati quindi numerosi i passaggi presi per giungere a Cavriglia. Ci siamo ritrovati sulla panchina, c'era chi giocava al footbag con qualche ragazzino che si fermava incuriosito e qualche anziano che si mostrava meno annoiato.



Radda è il paese delle Vespe, le moto si intende, che non sono passate indifferenti, anzi sono state oggetto di molti "scatti". La sera sopraggiunge con bellissime sfumature colorate sulle colline della vallata opposta, ma è anche l'ora del mangiare e vogliamo concederci qualcosa di più nutriente.

Andiamo alla ricerca di un ristorante; il più vicino, proprio sotto la passeggiata lungo le mura, ci ha fatto attendere inutilmente a lungo, fallito quel tentativo siamo andati alla ricerca di un altro locale.

Quest'altra pizzeria lungo le mura ci ha accolto con entusiasmo. Fate bene, è una bella cosa questa Staffetta! e ci dà la pizza al taglio, non avendo più posto a sedere. Dove si andrà a mangiare? Al nostro giardinetto! Sui muri cade l'occhio sui manifesti che avevamo portato. Il colore è quello delle nostre magliette: ci sembra di essere usciti dal manifesto!



Si risale verso la porta del Paese, non si resiste a farci la foto con la bandiera appesa al portone delle mura e ancora la nostra salita verso la canonica. Domani ci attende il percorso per Castellina in Chianti.

Da Radda in Chianti a Castellina in Chianti venerdì 1° agosto 2008

La giornata in breve:

Venerdì 1 agosto

ore 6:45 sveglia e risveglio muscolare

ore 8:00 partenza

ore 10:30 arrivo a Castellina in Chianti

Pranzo a Radda riso freddo, panino con cotto-fontina-zucchine, yogurt, cioccolato 8€
dormita fino alle 16

Castellina 11 magliette vendute davanti alla chiesa

pizzeria "il fondaccio" 11,50€

si dorme dal prete 5€

Dalla mattina alla sera, *il diario*

venerdì 1° agosto

Nell'uscire da Radda il primo tratto è sulla strada diretta a Castellina in Chianti. Sappiamo che però ci offre due strade secondarie alternative, la prima sulla destra all'altezza di Croce di Sopra, poco fuori dal Paese, la seconda più avanti, all'altezza di Colle Pietroso.

La prima è percorribile, la seconda è solo uno scherzo sulla carta dei sentieri (a meno che ...). Usciti da Radda si giunge, fatto poco più di un km, alla frazione Croce di Sopra. Qui si svolta a destra ma bisogna stare attenti a quale via prendere. Non è quella che sale dritta dentro il borgo. Occorre tenersi sulla sinistra, subito dopo, ad un altro bivio, si piega nuovamente sulla sinistra. Il sentiero si percorre bene in tutto il suo primo tratto.

È solo verso la fine, prima del suo innesto nella provinciale, che si fa più stretto, ma si individua bene pur tra i cespugli che si fanno più invadenti. Incoraggia, pian piano, il crescente ... rumore delle macchine che passano poco più in su, anche se non si vedono (vuol dire che non ci si è persi...).

La provinciale è qui un'ampia strada in cui il sole fa da signore. Sulla carta si seguono le varie curve e intanto si cerca la seconda deviazione che permetterebbe di giungere, attraverso la vallata, direttamente a Castellina. Il bivio per Colle Petroso è indicato anche dall'insegna di un agriturismo che porta lo stesso nome. Fino a questa struttura tutto va bene, ma poi il sentiero si inoltra tra la vegetazione e si smarrisce tra ville e poderi.



Passato l'agriturismo si fiancheggiano alcune ville e poi sulla destra si individua il tratturo che scende ad una villa. Si passa affianco a questo cascinale (facendo amicizia con ... qualche cane, la proprietaria è più gentile!) e si trova la strada di terra che scende leggermente sempre fiancheggiando il pendio della collina.



Si attraversa un'altro podere e da qui inizia uno sbrecciato che prosegue fino ad un bivio. Si arriva a questo bivio, sulla destra la via più sicura che ci fa ripagare cara la nostra precedente discesa! (è una salita tosta...verso la provinciale lasciata prima). A sinistra la strada scende ulteriormente verso il podere Murr Ricciaglia. Voci raccolte ci dicono che da qui non vi sono più sentieri che

rimontino verso Castellina. Diamo retta a queste voci .

Per oggi vogliono andare sul sicuro e allora su verso la provinciale. Qui la Chiantigiana non è granché trafficata anche se la sua larghezza ci fa sentire estranei, intrusi in casa d'altri: la casa delle auto! Il paesaggio, che continua ad essere secco, rafforza questa sensazione. Intanto ci si avvicina a Castellina.



Quando si intravede con chiarezza il paese occorre rimontare ancora un bello scivolo. L'incontro con Castellina è un punto interrogativo. La soluzione pernottamento offre tante opportunità che il Comune ci aveva indicato.



La prima è subito lì, ancor prima di giungere al paese: il cimitero. Un viale alberato conduce al suo ingresso, il posto indicatoci era lungo il lato destro del cimitero. Andiamo a rivederlo (già si era conosciuto in un primo sopralluogo) e,

superando cocci di mattoni serviti per un recente ampliamento, si giunge ad una piccola aiuola sulla destra e, poco avanti inseriti nelle mura del cimitero, vi sono vari loculi lasciati aperti.

Sul lato opposto, il bosco precipita in un dirupo poco rassicurante. Più avanti ancora si individua uno spazio largo che scende verso la valle: ah! Eccolo, sembra proprio questo il sentiero da cui si sarebbe dovuti sbucare proseguendo dalla Murriciaglia, bello ma prima si sarebbe dovuti passare con il falcetto! Qui vi sono alcuni spazi in qua e in là dove mettere la tenda. Non è certo la soluzione migliore. Marcia indietro.

Riprendendo la provinciale, poco più avanti, sulla destra, la soluzione n° due: il parcheggio dei camper. Anche qui c'è la fontana e il parcheggio è delimitato da una bassa staccionata che delimita una striscia di prato pianeggiante e abbastanza invogliante. Qualche camper è parcheggiato lì davanti, ma sembra non disturbare, anzi qualche turista non esita a mettere la sua seggiola all'ombra di un albero.



C'è ancora un'altra soluzione: la canonica del parroco. Proviamo a vederla. Entrati in paese, si prosegue, si prosegue ancora lungo la strada a traffico limitato, si fiancheggia la chiesa (che sarà poi nostro luogo di ritrovo...) e sulla destra si sale in una bella piazza, stranamente muta. Nonostante un palco che promette spettacoli vivaci, uno spazio senza rumori, silenzioso, rispetto alla via sottostante.

Lì il parroco ha la sua abitazione e dispone di uno spazio per alcuni pellegrini. È un garage vero e proprio, usato nei modi più vari. Durante la ristrutturazione della piazza, da poco ultimata, era un deposito di materiale edile, ora è tornato alla sua forma primitiva, ma certo richiede una ripulita. Anche il parroco, insieme ad una sua governante si mette all'opera insieme a noi.



Tira, sposta, scopa, copri, apri insomma nell'arco di un'oretta si sistema lo spazio per le brandine. Bastano. Per quanto riguarda i bagni c'è un servizio pubblico (ah ... devi ricordarti le monetine!), mentre per la fonte occorre scendere (qualche passo in più ci vuole) verso la chiesa sottostante. Si decide per questa residenza centrale!

Nel pomeriggio, dopo un breve riposo, ci si ritrova davanti alla Chiesa, con la nostra bandiera tibetana e le magliette per sensibilizzare al problema Tibet-Pace. Giovani e persone di diversa età si fermano a parlare e spesso ci lasciano con indosso la maglietta della Staffetta.



È una delle soste in cui vi è stata la più forte e intensa relazione con le persone. Una giovane coppia di belgi in bicicletta si ferma e la ragazza indossa la maglia della Staffetta e

vuole essere fotografata con noi. Così un'altra non esita ad indossare la



maglietta e dice contenta: così vi faccio pubblicità. La ritroviamo al negozio di fiori dove lavora con la figlia, mentre sta chiudendo.



I pranzi sanno di panino, le cene sanno di ...pizza e quindi rieccoci ad un tavolo seduti accanto ad un'altra famiglia tedesca che guarda e chiede, ma si limita a questo! Dopo cena ci attende la nostra saracinesca. Bruuummm.



Da Castellina in Chianti a Poggibonsi. Sabato 2 agosto 2008

La giornata in breve:

Sabato 2 agosto

ore 5:45 sveglia
ore 6:15 colazione circolo e scarico posta
ore 6:45 partenza
ore 8:00 Villarosa
ore 10:00 arrivo a Poggibonsi
ore 10:15 arrivo al convento San Lucchese
ore 13:15 treno x Siena (15/49) 2,40€
ore 14:10 pulman x Castellina
ore 14:40 arrivo a Castellina
ore 16:00 rientro in Poggibonsi

in serata sono arrivate Floriana, Paola e Kety
Kety è ripartita dopo aver fatto yoga
cena in Poggibonsi al ristorante "Piazza di Gioco" 12€
dormito al convento Lucchese 15€

Dalla mattina alla sera, *il diario*

Sabato 2 agosto

L'auto sembra al completo, talvolta assomiglia ad un armadio che ci attende prima di raggiungerci verso sera alla tappa successiva. Siamo davanti al garage di Castellina, un messaggio di saluto lasciato scritto sul letto e purtroppo anche un ... orologio dimenticato su una sedia! Già il giorno precedente il parroco ci aveva mostrato la strada da percorrere. Venite con me! E montati sulla sua macchina, ci aveva portati al



"bivio".

Qui, una volta scesi, allungando il suo braccio, ci indicò la direzione alternativa per Poggibonsi. Sui cartelli stradali non figurava, ma dalle sue indicazioni era chiaro. Prenderete per i Castagnoli e poi avanti ancora verso a Poggibonsi.

Il suo braccio rimane teso e si allunga ancora di più: ... si vede Siena laggiù! tutto orgoglioso della bella posizione di Castellina. Ma nel cuore è triste perchè il suo paese è noto solo per il vino dei poderi limitrofi, ma è privo di quella vitalità che meriterebbe. Ora siamo lì a questo bivio. Un strada secondaria, una volta bianca, scende con tranquillità verso la valle e di fronte il sole comincia ad accendere il centro di Poggibonsi.



È una strada stretta quasi ad una corsia; lambisce stupendi poderi che tagliano geometricamente il paesaggio in un susseguirsi di filari simili ad un labirinto in cui perdersi:



Castagnoli, Leccio, Villa Rosa, Gretole, La Strolla, Casale Stieri, Campotatti.

Niente uva però che per fortuna ... è ancora acerba. Se non lo fosse i percorsi sarebbero stati ... più lunghi!

Ormai la strada risale verso Poggibonsi che ci vorrebbe risucchiare. Il Comune non ha trovato dove 'riporre' la Staffetta per la notte, mentre i monaci di San Lucchese ci hanno accolto con l'ironia di chi ama il proprio fratello e vuole giocare con lui.



L'Abbazia è imponente, ma per noi che siamo nella valle appare ancora irraggiungibile. La sua forma emerge dal verde della collina, e vicino un castello le fa compagnia. Ci vuole poco a raggiungerla ... ammesso di trovare la



strada. Superato su un ponte pedonale sullo Staggia si giunge alla Senese, si svolta sulla sinistra. Dopo poco la strada si biforca. È la stessa, un tratto è per chi viene, l'altro per chi va a Siena.

Si prende in questa direzione e, fatto qualche centinaio di metri, ancora a destra, il sentiero che sale. È ripido, ma in



poco ci porta verso l'Abbazia. Eccola, un giardino ordinato la circonda e già lì verrebbe voglia di sostare e contemplare il ... tutto. Accanto alla chiesa, un grande portone nasconde in sé un uscio a cui suoniamo.



Ci apre il Padre guardiano. Siamo della Staffetta della Pace. Il posto per voi è qui al primo piano. Scale e corridoio ci conducono a porte di qua e di là, sulla sinistra ecco le nostre. Belle, un po' da sistemare, ma i bagni in camera già ci riportano ad una realtà non più fatta solo di piedi e di strade! No grazie, non creiamo problemi, per il pranzo e la cena facciamo da noi. Basta il letto e il materasso, abbiamo con noi i sacchi a pelo. Bene. La signora delle pulizie ci passa qualche asciugamano e ci fa vedere dove sono riposte scope e carta per sistemare e lasciare in ordine. Dalla finestra un parco 'squisito' che però è



riservato alla casa degli anziani con cui si condivide l'edificio. Si scende in città, c'è d'andare a riprendere la macchina ma questa volta l'autostop fallisce. Dopo un'ora e più d'attesa il pollice si rassegna e con un cellulare la confessione: nessuno mi ha preso, vado con la corriera. Bel giro però, andare a Siena e risalire a Castellina!



Nel frattempo lungo le strade di Poggibonsi la bandiera del Tibet fa un bel giro di corsa, lasciando qualche parola a chi si ferma a guardare incuriosito dall'evento. La bandiera si riposa nella piazza del Comune dove, sotto il sole delle 14.00, un ragazzino in bicicletta si ferma a parlare: che bandiera è? A me piace quella della Fiorentina!

Prima d'andare a pranzo saluta con una stretta di mano: io mi chiamo ... una presentazione che poi si perde nei vicoli della cittadina. Nel pomeriggio arrivano alcuni treni che hanno la loro importanza. Stanno arrivando altre amiche della Staffetta. Andiamo a prenderle, l'auto ormai c'è, per portarle su all'Abbazia. C'è chi è più intraprendente: vengo da sola, sono abituata a camminare. È vero, ma per uno strano senso di identificazione non possiamo resistere al bisogno di risparmiarle il percorso. Non preoccuparti più di tanto, domani potrai gustare il cammino. Nel pomeriggio il bel parco della Casa degli anziani sembra fatto proprio per noi, per lo yoga e meditazione.



L'incontro con un'altra amica ci induce a muoverci altrove: venite con me, so io dove trovare il luogo in cui meditare. Sì lo sa, ma si cammina e si cammina e si comincia a salire. Eccolo, questo va bene, è meglio fermarci qui che proseguire! Non può chiederci nulla di più. Il movimento, il respiro, il silenzio ci fanno compagnia in questo luogo. È sera e si torna all'Abbazia.

Il Padre guardiano ci consegna le chiavi rendendoci responsabili: attenzione non perdetele! Per cena cediamo alla tentazione di un'auto che scende. Venite con me, dice la nostra amica di Poggibonsi, so dove portarvi. Ci fa vedere un bel percorso da fare per risalire. Si parte dal centro del Paese e si passa per un parco tagliato da un rivo e con qualche scalino si giunge all'Abbazia.



Non a caso si chiama via Lucchese. La si può prendere scendendo dall'Abbazia per la strada principale e svoltando poi sulla sinistra. Giunti a Poggibonsi l'amica ci lascia, l'attende tra pochi giorni un viaggio in India... La cena è una bella sorpresa, troviamo un ristorante in una piazza dietro il teatro. Non ci sono macchine, ma solo il correre, il vociare, la vita che scorre, si ferma e riprende. Dopo cena lungo il percorso indicatoci si risale al paese alto e alla via San Lucchese. La trasparenza del cielo ci fa riposare.





Da Poggibonsi e San Gimignano, domenica 3 agosto 2008

Dalla mattina alla sera, *il diario*
domenica 3 agosto 2008

Alla mattina lasciamo le chiavi dell'Abbazia di San Lucchese sul muretto, come concordato, ma proprio allora compare il Padre Guardiano. Sarà lui quindi a prenderle e insieme ad esse un'offerta per l'accoglienza che ci ha dato. Ora si riprende il cammino. Si scende a Poggibonsi a fare colazione nei pressi della Stazione e del Politeama. Quindi si prende per il Podere la Fornace, si passa un ponte dalla struttura moderna e si chiede ad un signore la strada. Ci dice con chiarezza in quale direzione proseguire: arrivate a San Gimignano passando per la strada dei Vigneti. Poco avanti si passa oltre quel giro di rotatorie fuori Poggibonsi e, svoltando a sinistra, ci muoviamo verso la Canonica, si oltrepassa la villa la Collina e si giunge a il Termine. La strada si ferma su una principale e qui si prende a sinistra.



Il guaio di queste strade è che sono bianche e ogni macchina che passa, e ne passano tante essendo fiancheggiata da molti podere e casali, rende fastidioso il procedere. Ci fermiamo a parlare all'ombra di un ulivo. Al sederci sale una nuvola di polvere bianca. Si riprende il nostro pellegrinaggio verso Casaglia e Poggio Alloro. È questo un grande podere, destinato ora ad agriturismo, ma non ha perso la sua natura agricola.

Un nostro amico va a chiedere da bere, acqua con un po' di zucchero per ritrovare le energie: ce ne è bisogno dopo un percorso senza alcuna ombra lungo una strada polverosa. Il proprietario viene fuori a parlarci, ci mostra la tenuta che si estende verso valle e alcuni campi destinati alla coltura dello zafferano e ciò suscita un certo interesse. Dove siete diretti? A San Gimignano. Beh perchè non passate nel 'mio' podere?



Anzichè proseguire per la strada prestabilita, che avrebbe allungato la nostra tappa, ci indica una variante che scende lungo il 'suo' campo, volge a destra e per poi salire ripida verso San Gimignano. La strada è fatta di una polvere giallo ocre leggerissima. Ad ogni passo il piede affonda in quella sabbia e si alza una nuvola colorata. Potete immaginare come erano ridotti i nostri piedi all'arrivo ad Monastero di San Gimignano, dove le suore non erano indifferenti alla pulizia.



Comunque siamo scesi lungo la sua terra, abbiamo svoltato a destra al primo capanno, poi a sinistra, si è passato il ponte e poi... fuori dai "miei" su per la salita per ritrovare un'altra strada bianca, Le Torri, lungo la quale si giunge a Casale e da qui l'ultima salita verso San Gimignano.

Quando si arriva i vigili sono assai svelti nel direzionare il traffico automobilistico, ma capaci anche di indicarci come fare per giungere a piedi verso il centro. Alla porta di ingresso di San Gimignano subito un momento di sosta. Il primo bar è diventato luogo di ritrovo. Altri amici infatti stanno per unirsi alla Staffetta. La sosta diviene anche pranzo e da qui si riparte verso il Monastero di San Girolamo. Quella porta d'ingresso per gli ospiti sembra chiusa da tanto e l'indicazione diceva chiaro: "ingresso consentito



dalle ore alle ore e dalle ore alle ore" e in questi spazi non c'era proprio il nostro orario!!! Il caldo però dà coraggio e si suona, si attende, si risuona ed ecco giungere la Superiora che ci accoglie con sobrietà. Ci consegna in primo luogo una lettera dell'Assessore da portare all'Istituto Lama Tzong Khapa, poi si accorge che ... abbiamo sete. Tenete bevete pure: gluk, gluk, gluk. Vi porto alle vostre camere. Le stanze erano dislocate in luoghi e piani diversi, non sarà semplice ritrovarle.



Come ci aspettavamo, sono delle camere con i letti a castello, più grandi alcune più piccole altre, ma tutte con lenzuola, asciugamani, bagni e docce. Tutto rigorosamente a "norma" ci tiene a sottolineare la Sorella, come già aveva detto al telefono. E a "norma" era anche la stanza per la colazione di cui ci ha mostrato luogo e modalità di svolgimento. Domani mattina troverete già tutto caldo, noi Sorelle, ci alziamo presto.



Si prende confidenza con le stanze (e per qualche ... ora non si vede nessuno in giro!) e poi ci ritroviamo per salire al giardino, il Parco della Rocca, in cui avremmo trovato lo spazio per la nostra pratica. Accanto alle mura infatti iniziamo i nostri esercizi, poco dopo un ciao ci fa aprire gli occhi ed ecco un'altra nostra amica aggiungersi alla Staffetta.



Più tardi, lungo la strada per il Duomo, ci fermiamo a parlare di Tibet con le nostre magliette. Anche questa volta è una bella occasione per parlare e conoscere altre persone. Come quel ragazzo danese orgoglioso di partecipare all'iniziativa. Per la serata però siamo in troppi per trovare un ristorante e poi, proprio lì vicino alla Piazza della Cisterna, una pizzeria sforna pizza su pizze. Le ordiniamo, ma bastano pochi minuti perchè sia il nostro turno. Non so quanti contenitori siano usciti. Sta di fatto che con pizze e bibite raggiungiamo la Piazza del Duomo e ci sediamo sulla scalinata.



C'è molta attività in piazza, vi è concerto e il volume della musica non si risparmia. Troviamo, su un lato, l'accesso alla Piazza delle Erbe che invece, pur essendo lì attaccata, è del tutto trascurata. Troviamo su un lato due file di scalini e lì sostiamo per la nostra cena. Scendere al Convento San Girolamo sarà una passeggiata da cui ci aspettiamo un bel sollievo.



Da San Gimignano al Castagno, lunedì 4 agosto 2008

Dalla mattina alla sera, *il diario*
lunedì 4 agosto



Al mattino le Sorelle del San Girolamo avevamo già preparato in cucina tutto l'occorrente per una colazione abbondante. Non si fanno vedere e noi lasciamo tutto come indicato, chiavi e offerta. Troviamo la strada che va verso il Castagno. È a nord della cittadina, ma... pur essendo segnalata come percorso da montanbike è la strada che conduce verso Livorno e Lucca. Il traffico quindi, non troppo, si fa comunque sentire e occorre qualche precauzione in più. Qui ci attende una progressiva salita per giungere a Il Castagno. Siamo entrando, anche se per pochi chilometri in Provincia di Firenze. Il paesaggio lascia sempre intravedere nuovi scorci. La salita è interrotta da brevi soste, ma prosegue con tranquillità.



Quando si arriva a Il Castagno non sembra (anzi sembra e come!) si risente della stanchezza della giornata ma anche della ... memoria di quelle precedenti. Non si hanno dubbi a riposarsi sul ciglio della strada alla prima ombra trovata. Ormai manca poco, ma è sempre ... troppo! Telefoniamo alla nostra amica che ci permetteva di campeggiare nel giardino dell'ostello che aveva in gestione. A Il Castagno, ogni estate, d'agosto, l'Associazione EtaBeta prende in affitto dal Comune di



Gambassi Terme l'ostello per svolgervi attività di volontariato archeologico. Sono una ventina di italiani e non, giovani e meno, che hanno deciso di passare lì le loro vacanze.



Le giornate sono lunghe, dalla mattina al pomeriggio (pranzo al sacco) lavorano ad un fontanile ritrovato poco a valle. Siamo andati a vederlo e fa piacere scoprire, tra foglie e terra



il viottolo che porta al loro luogo di lavoro. Avevano individuato proprio in quei giorni l'uso del fontanile, la parte per gli uomini e quella per abbeverare i cavalli. La prima necessità è trovare un posto dove riposare un momento. Ci facciamo guidare dall'ombra bizzarra degli alberi per trovare dove stenderci e raffinati come siamo anche i tappetini ... di cartone!!!



Con il ragazzo che ha il compito di cuoco si va subito a fare spesa, nel paese vicino, per la sera. Si cenerà insieme. Per il pranzo invece si va nel ristorante dal lato opposto della strada in cui l'accoglienza frettolosa stonava con i tempi del nostro pellegrinaggio. Ben venga quindi la cena con gli archeologi. Nel pomeriggio troviamo il tempo per il nostro momento di pratica cui vediamo aggiungersi, momento dopo momento, alcune persone dell'ostello... allora bisogna cambiare lingua. L'italiano accontentava solo una



minoranza, bisognava trovare qualcosa in inglese. Che cosa sia uscito non so, comunque tutti sono stati bravi a non lasciarsi andare a qualche sonora risata. Il raccoglimento c'era!

Il tempo di montare le tende e si fa l'ora di cena. La bella giornata ci permette di preparare una tavolata all'aperto. Ognuno sa cosa fare, ed ecco che panche, tovaglie, piatti e bicchieri (da lavare! – al nostro arrivo c'erano ancora quelli della sera precedente e abbiamo dato una mano a



risolvere la situazione). Tra loro ognuno aveva un'abilità particolare, chi un'esperienza già negli anni passati, chi sapeva lavorare la pietra, chi dipingere, tra loro molti erano americani. Bravi nell'organizzare l'accoglienza e nel preparare la tavola ci avevano 'distribuiti' un po' qua e un po' là, così da non restare isolati. È stata quindi una simpatica occasione per conoscerci, come, in modo diverso, era accaduto nella canonica di Cavriglia.

Giunge presto il tramonto. Da alcuni amici, più esperti del luogo, riceviamo indicazioni sulla strada per Volterra che il giorno dopo ci saranno di grande utilità. Ci si saluta, come avviene in questi incontri occasionali, con una immediatezza spontanea che ogni volta stupisce: sembra di conoscersi da tempo. Il gruppo organizzava le macchine per andare ad una festa nel paese vicino, Qualcuno di noi vorrebbe aggregarsi, ma poi il sonno ha il sopravvento: noi si va in tenda.

Da Il Castagno a Volterra, martedì 5 agosto 2008

Dalla mattina alla sera, *il diario* Martedì 5 agosto



In questa tappa c'è da sbizzarrirsi quanto a sentieri e strade sterrate. Le indicazioni ricevute ieri dagli amici del gruppo archeologico Eta Beta si confondono in una serie di curve e bivi ma nel complesso riescono a dare un senso al percorso che si segue. Volterra è lì davanti a noi .. a 18 km. Per imboccare la strada si torna indietro per un km lungo la strada di ieri e poi, svoltando stretti a



destra, si prende la provinciale. Giunti poco dopo la loc. Querciola siamo scesi verso Bagni di Mommialla. Proseguendo vi è un ponte sul torrente Capriggine. Si prosegue ancora verso sud. Prima di giungere a Poggio Baggio, vi è una strada che taglia per La Madonnina. Si continua a seguire La Salaiola fino al torrente Strolla, passato il quale si



svolta sulla destra. Questa volta si passa il torrente Era e si giunge ad una grossa strada asfaltata. Prendendo leggermente a sinistra, si trova il bivio dove, girando a destra, si sale su a Volterra. Anziché seguire tutta la strada a tornanti, si può fiancheggiare, appena superatolo, un piccolo rivo. È un viottolo che, più avanti, giunti ad una cappella, sale sulla destra diventando una antica strada a ciottoli. Si potrebbe svoltare anche a sinistra scendendo nuovamente verso il rivo, ma noi abbiamo preferito salire. In questo modo però ci siamo presto ritrovati su una strada asfaltata che ancora con alcuni tornanti porta verso Volterra.



Qui ci attende una stupenda sorpresa: sulla sinistra, proprio adiacente alla strada, vi sono delle tombe etrusche. Non c'è nessun cancello e si può facilmente entrare per visitarle. Sono due e si raggiungono seguendo due diversi percorsi. Il primo, sulla destra, porta ad una tomba a cupola, il secondo sulla sinistra ad una tomba a pianta quadrata con ulteriori sviluppi sui lati. Entrambe sono illuminate e lasciate così alla visita del turista.



Si ritorna sulla strada e ci attende ancora una bella salita per giungere, attraverso Porta Diana, alla città. Si vuole subito fare una visita al Sindaco, ma preferiamo andare a trovare l'Assessore che ha seguito l'organizzazione della Staffetta. Non è Piazza dei Priori quindi, ma a via dei Sarti e via di Sotto. Ci accolgono con un benvenuto e ci offrono una statua da portare a Geshe Tenzin Tempel a Pomaia.

La palestra dove pernottare è in via San Lino, ma per entrarvi occorre giocare ... d'astuzia. Seguendo via San Lino si incontra sulla destra la scuola, ma si prosegue fino a piazza Inghirami e qui, subito a destra, vi è un sottopassaggio. Lo si segue e così si giunge al cortile della scuola da cui accedere alla palestra. Vi si potrebbe arrivare, l'abbiamo scoperto dopo, attraverso una scaletta che sale dal parcheggio sottostante delle macchine (vi è vicino una fontanella).



Abbiamo le chiavi ed è ... come se fossimo a casa nostra! Tutto a posto, solo che dalle docce tanto attese esce solo acqua ... fredda. Ci siamo tanto lamentati del caldo ... ed ecco ora ci si lamenta della doccia fredda! Con il caldo però i tubi mitigano il freddo ed esce un getto che permette di farsi la doccia senza ... poltrire sotto il suo getto.



La palestra, molto spaziosa, ha tutto ciò che serve per un buon riposo, anche i materassi per il salto in alto (già collaudati in soggiorni precedenti), sembrano i più ricercati. Per la meditazione e lo yoga ci indicano il Parco di Castello dove si sarebbe trovato lo spazio. Dopo la doccia, andiamo in un bar in piazzetta San Michele, dove ci dicono che, rinunciando al servizio a tavola, potremo pagare il panino quasi la metà! (il servizio al tavolo ha il suo peso...). Nel pomeriggio riusciamo a farci la salita al Castello. Un momento di meditazione e yoga giungono



assai graditi. Ci fermiamo sulla sinistra, poco dopo l'ingresso, da un lato il parco scende verso il basso aprendosi come un grande ventaglio, mentre di fronte vi vede il paese e la Rocca. Restiamo finché il custode non comincia a ... tossire: è ora di chiudere!

La cena è meglio farla seduti ad un ristorante che guarda caso è vicino al bar del pranzo: ormai quella è la nostra zona. Sopraggiunge una telefonata: è arrivata un'altra amica. Ci troviamo più tardi in piazza, va bene? D'accordo. Così ecco un'altra conoscenza. Ha trovato da risiedere in un albergo vicino alla 'nostra' palestra. Prima d'andare a letto andiamo a festeggiare questo incontro in un bar vicino a Porta San Francesco (in fondo a via San Lino). Sarà il punto di partenza della tappa di domani. Facciamo qualche raccomandazione alla proprietaria: domani apra presto che noi saremo qui verso le 6.00. Senz'altro, a quell'ora il bar sarà già aperto! Ci dice. Di fatto la mattina seguente il bar è ancora chiuso e noi arriviamo verso le 7.00! Ciao Volterra.



Da Volterra a Gello di Montecatini Val di Cecina,

mercoledì 6 agosto 2008



Dalla mattina alla sera, *il diario*
mercoledì 6 agosto 2008



Una tappa infinita. Ricorda quella da Campogialli a Cavriglia. Rispetto a quella il paesaggio è molto più tranquillo e riposante, anche se il sole è sempre lo stesso! Sarà tutto un percorso di asfalto ma poco trafficato. Già a Volterra le carte indicano un paio di sentieri per evitare i tornanti e portarci giù sulla strada per Montecatini. L'uno sarebbe sbucato a l'Opera, l'altro a Casale Citerna. Con un po' più di attenzione si sarebbe potuto imboccare anche via della Penea che scende da via Rossetti a Santa Chiara. Comunque siamo scesi per i tornanti della provinciale per le Saline ma non abbiamo resistito a tentare una scorciatoia.



Siamo passati per un complesso di edifici simili ad una scuola per struttura e da lì ancora in giù. È stato un tentativo che ha messo un po' in difficoltà il nostro senso di orientamento. Comunque sia siamo giunti nel campo di una casa colonica e, ormai prossimi, il proprietario ci ha detto: è proprio questa. In fondo a questo viale troverete la strada per Montecatini. Grazie.



Montecatini è lì davanti e le colline rasate di quelle vallate dolcemente scendono per risalire verso il paese. Si prosegue in un clima di forte convivialità. Non si percorre tutta la strada, dopo 5 chilometri o poco più vi è un via sulla sinistra che passa sotto Poggio Termine. Anche qui un'altro chilometro, poi ancora, giunti ad un bivio per le Saline, anziché scendere si svolta verso destra, un ulteriore chilometro e, ancora a sinistra si imbecca una strada secondaria che porta su verso Montecatini.



Come sempre la Staffetta vuole conoscere e scoprire. Dopo un paio di chilometri di questa strada sulla sinistra vi è un bivio verso il Laione e Ligia. È una strada che diviene sentiero e un sentiero che diviene ... folti arbusti. Qualcosa sembra però esservi. Un vecchio percorso ormai mangiato dalla vegetazione. L'ultimo tratto verso Ligia è affascinante ma non sa per nulla di sentiero. È un girare tra campi e ulivi. Sembra un itinerario lunghissimo. Sbocca infine su un sentiero che porta a Liegi.



In paese chiediamo e abbiamo l'indicazione che cercavamo: Montecatini? Su da quella parte. Ci parlavano di una fontana. Tra queste case, sulla strada che sale a Montecatini, una bella fontana con un lavatoio danno da bere e da rinfrescarci. Quanto poco, eppure ... Da Ligia una bella stradina conduce su a Montecatini.



All'arrivo in paese è già passato il mezzogiorno e si voleva andare al Comune per salutare il Sindaco e chi si era dato premura per la nostra Staffetta. Troviamo il Vicesindaco che ci accoglie e ci dona un quadro della cittadina. Si leggono al Vicesindaco passi buddhisti e cattolici che indicano ciò che 'portiamo' con noi. Sono emozioni che vengono reciprocamente regalate.



Ora il pranzo. Torniamo nella piazza del paese. Sul palco imperversa il footbag, mentre sulle panchine delle gambe ... che hanno fatto il loro lavoro reclamano un po' di tregua. In piazza ci sono insegne di un paio di ristoranti, andiamo in uno meno affollato e restiamo soddisfatti, infatti cominciamo a riprendere il ritmo più abituale del tempo dei pasti che è stato spesso mortificato dalla prepotenza dei percorsi. Dopo si ritorna alle panchine distribuite agli angoli della piazza come nel gioco dei quattro cantoni. Ognuno cerca la sua e non si mostra disponibile a condividerla:

sono corte, ci sto solo io! Non tutti possono proseguire, per stanchezza o per impegni alcuni ci lasciano con un azzardato autostop, viene letteralmente assalita la macchina di una signora che tranquilla si era fermata un momento davanti a noi. Mentre qualcuno torna indietro, altri, nella direzione opposta vanno avanti.



C'è ancora l'ultimo tratto verso Gello di Montecatini. La strada è sempre asfaltata anche se, per nostra fortuna, sembra solo una pista ciclabile (dato il prevalente passaggio di bici). Prendere la strada per Gello da Montecatini è una bella avventura perchè si confondono bivi a destra e a sinistra, le indicazioni che si chiedono vanno quindi ... scritte per evitare confusioni, anche la segnaletica predilige altre località ... e di Gello non si parla!

Uscendo da Montecatini comunque ci si tiene dapprima sulla destra dove le strada sale con alcuni tornanti. Si arriva così alla vecchia miniera, che ora è diventata un museo. Ci si tiene a destra e vai: comincia finalmente la discesa. Ora la strada diviene ancor più “nostra”, dopo 6 km circa nell’incrocio con un’altra strada nasce il dubbio: si piega a destra e ci dice bene. Ancora altri 5 km prima di intravedere la piccola collina su cui è edificato il centro della frazione, alquanto prestigioso dato il tenore delle case che vi sono (c’eravamo passati qualche tempo prima per un sopralluogo).



Prima di giungere a Gello non manca l’occasione di una breve sosta davanti al sole che, scendendo verso le colline, illumina dritto dritto una piccola cappella. Ecco Gello e, anziché salire, ci fermiamo sulla sinistra al Podere Sant’Alessandro, adiacente ad un laghetto artificiale che, nonostante il caldo, ha ancora una buona capacità. Purtroppo ci sono delle difficoltà nel ricevere l’accoglienza



prevista. Non sempre la salute accompagna le persone generose e quando ciò accade tutti si mobilitano per essere d’aiuto. Comunque, nonostante tutto, ci fanno campeggiare sulla loro terra accanto al laghetto con i colori del tramonto.



Andiamo a prendere alcune taniche d’acqua, mentre il vasto spazio limitrofo soddisfa gli altri bisogni. Questa è un’altra sera di tenda. In cielo vi è ancora la scia pallida del sole e le foto vogliono ancora fermarla. È tempo di montare la tenda nell’oscurità che presto sopraggiunge. I pezzi ci sono tutti. Un panino mangiato alla cieca dato il buio vinto solo da una piletta che non voleva star ferma. Un cielo solo di stelle rimane a guardarci mentre entriamo nel guscio. Sopraggiunge la notte.



Da Gello di Montecatini Val di Cecina a Riparbella giovedì 7 agosto 2008



**Dalla mattina alla sera, *il diario*
giovedì 7 agosto 2008**



Tanto tempo fa' beh la storia risale ad un sopralluogo di una ventina di giorni prima... Ma che ci fate qui?! Proprio qui dovevate venire, e da Arezzo per di più!!! E dove andate? Ho capito bene? A Riparbella e al Tempio di Pomaia? Riparbella è dietro quelle colline, io c'andavo sempre, era la strada che facevamo per andare verso quella vallata. Macchè scendere giù verso la provinciale in cui dovete fare i conti con macchine senza pietà. Là lungo la campagna e lungo i sentieri tracciati dai cacciatori arrivate a Casaglia e qui chiedete.

La storia finisce qui e ora sta a noi vedere se è solo una favola. La mattina infatti giriamo intorno alla collina di Gello, verso il versante ovest, e dal primo casolare ... dovrebbe partire la nostra favola. Sì, potete passare di qua, e salite scendete, girate ... , poi risalite ..., poi ancora attraversate ..., ed ecco... insomma c'erano tutti gli ingredienti per perdersi tra colline, boschi e torrenti. C'era una tappa intermedia: fiancheggiare il Podere Casciano.



Le nostre canne, rimediate lungo il percorso, riescono ad avere la meglio di molti rovi, talvolta bisognava dimostrare la propria abilità a passare sotto rami così abbracciati agli altri da lasciare solo un passaggio da fare quasi ... carponi. Una prima villa, il Podere Casciano, ci dà il senso di un arrivo, anche se la salita per raggiungerla non era messa in conto. È ben recintata e ci costringe a fiancheggiarla. Le nostre voci, che cominciavano ad assumere una flessione piagnucolosa..., richiamano l'attenzione, oltre che del cane, anche della padrona della villa.

Vi farei passare dal giardino, ma è tutto recintato, dovete passarvi accanto per trovare la strada. La Strada! Che Gioia! ... dopo tutti quei campi... Si affronta questo giro su un campo già trebbiato, solo le prime more ci distolgono dalla fatica, giunge la svolta e con essa la strada. Da qualche parte sbucherà e guarda caso risuona un rumore forte ed intermittente. La nostra strada veniva sistemata (forse per noi?) da una grossa escavatrice che riempiva e svuotava, appianava e pressava la terra. Salutiamo il guidatore: è la padrona della villa che vuole sistemare la strada! Ma voi da dove venite? Che cosa fate con quella bandiera e queste magliette? Ah, una buona cosa. E ora dove andate? Verso Casaglia. È facile, c'andiamo sempre a caccia, ci sono già dei sentieri da seguire. Altre indicazioni altri cenni di assenso, si capisce e no. Il nostro interlocutore se ne accorge e prendendo una nostra amica per un braccio le indica le indica la direzione.



Ma perchè andate, avete fretta? Dai provate a guidare l'escavatrice, dai! Chi sale? Incoscienti lasciamo salire la nostra amica. Sposti avanti, spingi di lato,... insomma questo grosso braccio meccanico comincia a prendere la terra a sollevarla, a girarsi a scaricarla. Temiamo per un

momento che rimanga con lui come assistente. Ma vogliamo che ci sia anche lei a perdersi con noi!!! Scende e non smettiamo di far foto e di parlare. Si riprende il cammino seguendo le indicazioni ricevute, anche se ognuno le ricorda a modo suo... Si passa vicino ad un deposito, si gira a destra e poi ... nessuno più ricordava i molteplici "qua e là" che l'occasionale amico ci aveva ripetuto non so quante volte.



Ecco il torrente di Gello, seccato dal caldo, che lascia per terra ciottoli su cui sedersi e approfittare anche per usare il cellulare ... sarebbe stato utile per chiamare un elicottero! Ancora, piccoli esploratori, si sale sull'altra sponda, si scivola tra le canne e giungiamo a quell'ampio campo circondato dal bosco di cui ci aveva parlato l'amico incontrato con l'escavatore. Là avanti, oltre il campo, appare Casaglia, che risalta nel verde come un'isola ritrovata. Ora ci attende solo quest'ultimo tratto per compiere un bel passo verso Riparbella. Già sapevamo, dalla nostra guida (se fosse passato lui davanti con l'escavatore!), della minaccia di mucche con il toro e del comportamento da seguire, ma ... non delle pecore!

Lentamente camminiamo in questo bel campo circondato da una fitta vegetazione, finché da dietro le pecore si sente un abbaiare e quattro zampe bianche che corrono: un pastore maremmano! Altri due subito lo seguono. Ai, ai, ai che fare? Lasciate me davanti, si sente tra il gruppo, ma poi decidiamo di camminare indietro sui nostri passi e, quando i cani prendono fiato, volgersi e partire a gambe levate. Non ci resta che un'amara constatazione: tornare indietro. Casaglia torna ad allontanarsi e noi costretti a ripiegare sulla strada che fiancheggia il Podere Capanna. Un enorme camion passa sulla strada bianca e rallenta al nostro braccio alzato: dove si va di qua? Ah, bene, allora un po' di provinciale n° 68 per Cecina l'abbiamo superata.



Proseguendo si giunge a Casini del Monaco e sulla collina il bel podere. Poco avanti ci fermiamo in un bar a Casino di Terra, ma non ci attrae, forse i costi non corrispondono alle aspettative? Beh, il bagno però c'è e quindi la sosta è servita a qualcosa. Una linea ferroviaria fiancheggia la trafficatissima strada. L'erbaccia alta tra i binari suscita una domanda: forse è abbandonata? Potremmo camminare lungo i binari! Una scelta subito passata di mente, meglio, perché dopo poco si sentirà il rumore del treno che sopraggiunge!



La provinciale ormai è diventata insufficiente al traffico e quindi sono in corso i lavori per raddoppiarla: bellissimo, una strada a due corsie tutta per noi!!! È vero che talvolta finisce in un fosso, ma nessun problema, solo stare attenti a non ruzzolarvi dentro! Anche questa però finisce e allora non c'è più scelta. Sul margine della strada la nostra bandiera del Tibet continuava a procedere sventolata dall'aria che portano con sé macchine e camion. L'asfalto è amico del caldo e ti avvolge con una sacca che ti priva d'aria.

Un cartello “Frutta” fa partire qualcuno a cercare il rinfresco. Il cartello era stato girato dal vento e la frutta non era lassù ma più avanti lungo la strada. Che sosta! C’è un po’ da discutere per vincere qualche sedia, un coltello e un po’ d’acqua. Ma la determinazione non ha ostacoli ed eccoci seduti, non dico serviti a tavola, ma con ciò che ci serviva ... davanti!!! Frutta di tutti i tipi è passata per i nostri coltelli, è volata nelle mascelle che non potevano più parlare. Che fate? Una Staffetta per la Pace? Sì, andiamo a Riparbella e domani a Pomaia. Lo conosce il Tempio Tibetano? Sì mi sembra, ma se andate a Riparbella quale strada avete intenzione di fare? Ah, c’è da scegliere? Sì, preferite più piana e più lunga, indicando la provinciale, o più breve e ripida, indicando una stradina lì accanto che saliva dritta su per la collina? Ma sono da fare certe domande?

Via dal traffico e su per questo “vicolo” di collina. Ogni tanto qualche villa spuntava dalla vegetazione da un lato e dall’altro, ma sentivamo (ancora non si vedeva ... 7 km sono lunghi) il rumore della vita cittadina! La salita c’era ma di tanto in tanto sembrava alleggerirsi (effettivamente era così). Era proprio vero, quella sulla collina di fronte a noi era proprio Riparbella; ci separava però ancora una vallata, dai forza, scenderemo e poi arriveremo!

Si giunge a Riparbella dall’alto, e scendere al Comune è un gioco. Una chiamata al cellulare fa bene, soprattutto quando si chiede aiuto: siamo arrivati! Non preoccupatevi, vi vengo incontro con la moto, ci dice l’Assessore. La moto tarda a venire, o noi tardiamo a raggiungerla ma forse è solo l’ultimo effetto di un percorso tanto sofferto (per fortuna i maremmani sono rimasti con le loro pecore...). Arriva la moto e con lei quel sorriso che fa dimenticare ciò che avevamo alle spalle (o meglio...alle gambe!). Con l’Assessore andiamo alla palestra della scuola elementare; ci fa vedere dove trovare le luci, ma non sa come avviare l’aeratore ... che rimane lassù in alto senza che nessuno riesca a farlo partire. Lo stesso è per i finestroni, con tanto di comandi elettrici! Eppure il posto è accogliente, c’è però chi preferisce restare in tenda e di giardino ce n’è a sufficienza.



Con l’Assessore andiamo al Comune, incontriamo il Sindaco che, nonostante gli interminabili “consigli”, riesce a scendere e a darci il suo benvenuto. Non solo, lo sigilla con un dono: una presentazione storica del Comune di Riparbella. Ci aiuterà a ricordare la loro accoglienza! Nel tardo pomeriggio arrivano altri amici per accompagnare domani la Staffetta a Pomaia.

Davanti alla palestra, c’è lo spazio per fare un momento di meditazione e yoga, ma c’è anche chi ha bisogno di un massaggio. Una cena tutti insieme in un ristorante in cui la cosa più bella erano i piatti e il conto... ma poco importa, nei nostri pensieri c’è una grande confusione, tra la realtà e il sogno. E’ vero che domani saremo all’Istituto Lama Tzong Khapa? È vero.

Arrivata al centro buddista la staffetta della pace

POMAIA - Sono arrivati intorno alle 13 di ieri mattina i circa cinquanta partecipanti alla staffetta della Pace, partita da Anghiari il 24 luglio scorso (coprendo una distanza di 200 chilometri) per ricordare che le Olimpiadi sono un incontro tra popoli finalizzato a favorire la reciproca

conoscenza e il reciproco rispetto. L'incontro, avvenuto davanti alla ruota di preghiera dell'Istituto, è stato voluto dagli organizzatori (l'associazione buddhista "La Pagoda" di Pieve a Socana (Arezzo) e il Centro di meditazione cristiana di La Verna (Arezzo)), per lanciare un messaggio di pace il giorno di inaugurazione dei Giochi Olimpici cinesi.

Dopo aver fatto una meditazione camminata e circoambolato gli Stupa (monumenti religiosi della tradizione buddhista), i partecipanti, provenienti da tutta la Toscana, si sono fermati davanti alla casetta del lama residente. Qui Ghesce Thenpel ha accolto il folto gruppo che gli ha fatto

come omaggio una copia dell'opera di arte etrusca "L'ombra della sera".

Tra i partecipanti c'era anche una donna indiana che ha parlato con il lama in hindi. Ghesce Thenpel conosce l'hindi per aver studiato in India, come tutti i monaci tibetani esiliati.



■ La manifestazione pacifista a Pomaia

Dopo le foto di rito è stato anche acceso un fumogeno rosso, accesi in contemporanea su molte cime italiane ed estere, in solidarietà al popolo tibetano.

L'itinerario, che ha percorso le vallate del Chianti, ha un significato spirituale. Vuole soprattutto ricordare che correndo, come la podista che porta la fiaccola a Pechino, e camminando, come fanno i monaci buddhisti, si può compiere un'importante azione simbolica, nei luoghi che sono stati attraversati e interiori in chi vi partecipa. Infatti durante ogni percorso si è cercato di coltivare la presenza a se stessi in un clima di consapevolezza e di quiete.

C.G.

Rosignano Vada Castiglioncello

Domenica
10 Agosto 2008

V

In cinquanta gridano Pace per le Olimpiadi La staffetta ha fatto sosta all'Istituto buddista di Pomaia

POMAIA. Sono arrivati intorno alle 13 di venerdì i circa cinquanta partecipanti alla staffetta della Pace, partita da Anghiari il 24 luglio scorso (coprendo una distanza di 200 km) per ricordare che le Olimpiadi sono un incontro tra popoli finalizzato a favorire la reciproca conoscenza e il reciproco rispetto.

L'incontro, avvenuto davanti alla ruota di preghiera dell'Istituto, è stato voluto dagli organizzatori (l'associazione buddhista "La Pagoda" di Pieve a Socana (Ar) e il Centro di

meditazione cristiana di La Verna (Ar), per lanciare un messaggio di pace il giorno di inaugurazione dei Giochi Olimpici cinesi. Una scelta altamente simbolica con una sosta per lanciare un messaggio distensivo.

Dopo aver fatto una meditazione camminata e circoambolato gli stupa (monumenti religiosi della tradizione buddhista), i partecipanti, provenienti da tutta la Toscana, si sono fermati davanti alla casetta del lama residente.

Qui Ghesce Thenpel ha accolto il folto gruppo che gli

ha fatto come omaggio una copia dell'opera di arte etrusca "L'ombra della sera".

Tra i partecipanti c'era anche una donna indiana che ha parlato con il lama in hindi.

Ghesce Thenpel conosce l'hindi per aver studiato in India, come tutti i monaci tibetani esiliati.

Dopo le foto di rito è stato anche acceso un fumogeno rosso.

Altri fumogeni sono stati accesi in contemporanea su molte cime italiane ed estere, in solidarietà al popolo tibetano.



partecipanti alla staffetta della pace all'istituto buddista di Pomaia