

All Mad About

www.vogue.it/
magazine/
libri-e-viaggi

52

● Il 31/10, giornata del turismo lento, un percorso di trekking urbano in 31 città, capeggiate da Siena, alla scoperta dei luoghi del Rinascimento

● Walking Africa (Nobel peace prize for African women) intende riconoscere alle donne africane il ruolo di portatrici di pace del Continente Nero. Dopo un lungo cammino per le strade del mondo, tornerà in Italia a settembre (noppaw.org)

Qualsiasi connotazione gli si voglia dare – dalle passeggiate di Rousseau in cerca del potere rigeneratore della natura a quelle ecologiste di Thoreau, preoccupato dall'industrializzazione negli Stati Uniti di metà '800, al vagabondare dei flâneurs parigini descritti da Baudelaire, fino al più moderno trekking urbano –, il camminare colloca l'uomo in un conte-

sto naturale o sociale con il quale confrontarsi. E, non ultimo, lo pone di fronte a se stesso. Un esercizio fisico e spirituale che si ritrova anche nei pellegrinaggi zen, nei kora tibetani (i sentieri circolari) e nei parikama induisti. E che viene riproposto nel progetto di Deep walking (deepwalking.org) e nei "vagabondaggi meditativi" della Compagnia

dei Cammini (compagniadecammini.it) da Luca Gianotti. È lui stesso a illustrarne le implicazioni anche pratiche nel libro "L'arte del camminare" (ed. Ediciclo). Un approccio che è però in parte anche filosofico e, per questo motivo, vicino a quello di "Camminare, una rivoluzione", di Adriano Labbucci (ed. Donzelli), un breve saggio di pensieri nati dopo tre giorni di vagabondaggi a Roma con Erri De Luca, Giuseppe Cederna e Duccio Demetrio. Da qui il farsi strada di una tesi: «Non c'è nulla di più alternativo e di più sovversivo, rispetto al pensare oggi dominante, che il camminare», perché è questo un «triplo movimento: la volontà di non farci mettere fretta, accogliere il mondo, non dimenticarci di noi strada facendo». E sono sempre percorsi cittadini, ma alla scoperta della periferia milanese, quelli di Michele Monina e Gianni Biondillo in "Tangenziali" (ed. Guanda), progetto pubblicato lo scorso anno ma preludio, sembra, di uno più ambizioso ed extra-metropolitano. Perché è proprio fuori dalle città che ci si spinge per immergersi nella natura: un calmante "non farmaceutico", ma anche una pratica salutare e alla moda. Si moltiplicano infatti i corsi di Nordic walking, la camminata sportiva con le racchette nata in Finlandia e introdotta nella natia Val di Fiemme (visitfiemme.it) dal maestro Pino Dellasega, attività che lui trasforma presto in Brain walking. Scopre infatti il camminare quale attività che lo avvicina a se stesso e a «quella parte che chiamiamo inconscio» e la propone, come sistema, a manager e professionisti che vogliono sviluppare in tal modo idee innovative. È invece una prova di forza lunga 330 chilometri l'endurance-trail Tor des Géants (11-18 settembre, tordesgeants.it), una gara tra le più alte cime delle Alpi lungo il percorso noto come "trekking dei giganti", nato dall'unione delle due alte vie della Valle d'Aosta. Un itinerario affascinante, con cui, durante tutta l'estate, potranno cimentarsi anche i meno allenati, magari limitandosi a percorrerne solo alcuni tratti, accompagnati da guide esperte e con ritmi molto meno sostenuti (Nuovo Mondo, inf. 016545858, lovevda.it/trekking). Per godere della natura e misurare se stessi con parametri non soltanto materiali.

Solvitur ambulando by Silvia Frau

Camminare. Full immersion nella natura, itinerario religioso, rivendicazione politica o strategia salutista? Forse solo il modo più "sovversivo" per non scordarci di noi stessi



In questa pagina, Miles Aldridge, "Fit street", scatto tratto da "Beauty in Vogue", maggio 2008.