

APRILE 2006



ACADEMIA PEREGRINI

foglio informativo



Un modo per riappropriarsi del tempo in un mondo che corre

Ormai ricevuta, dopo cinque anni di attività, l'adesione di oltre trecento persone, l'Academia Peregrini si è trovata nella necessità di tirare le somme del proprio operato.

A tale scopo e in accordo con lo spirito di convivialità e di condivisione che la caratterizza, l'Academia ha organizzato, lo scorso 20 febbraio, un'assemblea pubblica. L'incontro, a carattere informale, era inteso per discutere i contenuti ed il significato delle attività dell'associazione e, in questo senso, per stabilire un prolifico dialogo fra l'organizzazione e i partecipanti alla vita dell'Academia.

L'obiettivo è stato, purtroppo, solo parzialmente raggiunto, a causa della scarsa partecipazione da parte dei pellegrini: degli oltre trecento aderenti, era presente infatti solo un'esigua percentuale (circa il 10%).

Di seguito sono riportati, in breve, i contenuti dell'incontro.

Innanzitutto si vorrebbe ottimizzare la distribuzione del Foglio Informativo: vengono illustrate le modalità che hanno consentito la realizzazione di tale prodotto (ricerca di autori per gli articoli, sponsor, ecc.) e si richiede la disponibilità dei pellegrini:

- a far pervenire articoli, inerenti a temi di volta in volta stabiliti, per le nuove pubblicazioni,
- a distribuire il giornalino in tutte le zone della città, indipendentemente dalla loro raggiungibilità
- a indicare eventuali sponsor che sostengano l'iniziativa.

Viene presentato il programma delle camminate. Ne sono state individuate alcune che sono ormai un rito nella vita dell'Academia e che pertanto verranno mantenute come "iniziative canoniche": la fiaccolata di Santa Lucia (13 dicembre), la passeggiata di Santo Stefano (26 dicembre) e l'escursione a Morimondo in ottobre.

Contatti:

- ★ www.memoriadelmondo.it
- ★ info@memoriadelmondo.it
- ★ www.academiaperegrini.it



Un modo per riappropriarsi del tempo in un mondo che corre

Altrettanto potrebbero diventare la castagnata, un'uscita nelle zone di Bognanco con la guida naturalistica che già abbiamo conosciuto ed altro ancora. Tutti i pellegrini hanno la possibilità di suggerire degli itinerari purché siano conosciuti dal proponente e già collaudati. Per uscite che interessino gruppi di pochi pellegrini, che si effettuino non sul territorio e che richiedano o particolari doti fisiche o utilizzo di attrezzature specifiche, l'Accademia si farà carico della divulgazione senza assumerne il patrocinio. Del resto, ciò è già avvenuto per quanto riguarda iniziative del C.A.I., della Confraternita di Perugia e di alcuni gruppi di pellegrini. È in preparazione il Calendario 2007, sicuramente disponibile dal novembre 2006. La tematica delle foto sarà sempre il cammino di Santiago. Si ricorda a tutti coloro che volessero intraprendere tale esperienza, che sono disponibili, presso la libreria "La Memoria del Mondo", le credenziali edite dalla FTM. Si è inoltre deciso di annotare sul calendario le uscite già canonizzate di cui sopra.

Si è giunti alla III Edizione del premio letterario "IL VIAN-DANTE": si chiede una sostenuta partecipazione dei pellegrini per l'allestimento dello stand dell'Accademia nell'ambito della Festa delle Associazioni, presumibilmente l'ultima domenica di settembre. Chi intendesse dare il proprio contri-

buto dovrà contattare il comitato organizzatore entro la prima settimana di settembre.

Come per le passate edizioni, il Premio ha bisogno di sponsor che lo sostengano: se qualcuno ne conoscesse di disponibili, il comitato organizzatore è disponibile per fornire la documentazione necessaria. Maggiore sarà il numero degli sponsor, maggiore sarà l'opportunità di portare a buon fine l'obiettivo di pubblicazione dei testi dei partecipanti.

Per quanto riguarda le iniziative culturali dell'Accademia, è previsto un ciclo di tre incontri, presso la Canonica Agostiniana di Bernate, dal titolo *Di terra, d'aria, di fuoco, d'acqua e ...d'altro ancora* secondo il seguente calendario:

Martedì 16 maggio "Viaggio nel sistema solare" Incontro con *Federico Manzini*, astronomo - intermezzo in rima - poesie lette da Riccardo Colombini.

Martedì 23 maggio "Quadri di cielo" Incontro con *Giovanni Sesia*, pittore - intermezzo musicale - Maestro Fiorenzo Gualandris & C.

Martedì 30 maggio "Del tempo che sfoglia le ore" Incontro con *Duccio Demetrio*, filosofo - intermezzo canoro - gruppo corale Musica & musica.

Tutti gli incontri si terranno alle ore 21,15.

Si ricorda infine che è attivo il

sito dell'Accademia all'indirizzo web www.academiaperegrini.it. Per avere notizie su iniziative e quant'altro, i pellegrini dovranno riferirsi esclusivamente ad esso, in quanto non sarà più attivo il servizio di newsletter. Il sito verrà mantenuto costantemente aggiornato.

Per i non informatizzati saranno disponibili copie cartacee dei programmi delle iniziative presso la libreria "La Memoria del Mondo".

Ricordando che solo il coinvolgimento attivo dei partecipanti favorisce il virtuoso funzionamento delle attività dell'associazione (anche in senso organizzativo), per i prossimi incontri, che si intendono fissare con cadenza continuativa nel calendario dell'Accademia, l'organizzazione auspica una, se non totale, più consistente partecipazione.

Daniela



“In cammino...”

Nell'autunno 2003 un amico mi disse: “Perché non vieni a camminare con noi?”

La mia risposta un po' ironica fu: “Quando? In inverno?”

Ed egli con molta pazienza precisò: “Sì anche in inverno; nel parco del Ticino; è un gruppo numeroso e possono partecipare tutti.”

La cosa mi ha incuriosito; ho preso le necessarie informazioni e mi sono detta: “Perché non provare?”

Ho preso parte alla prima uscita con un po' di titubanza, ma la prima impressione è stata subito positiva, perché mi sono sentita immediatamente “accolta”.

I piedi stanchi ed affaticati dopo alcune ore di cammino mi sono sembrati il giusto sacrificio per una esperienza che mi ha molto coinvolta.

A distanza di quasi tre anni mi sento ormai inserita nella grande famiglia dell'ACADEMIA PEREGRINI e desidero condividere in amicizia i pensieri che mi accompagnano in questa avventura.

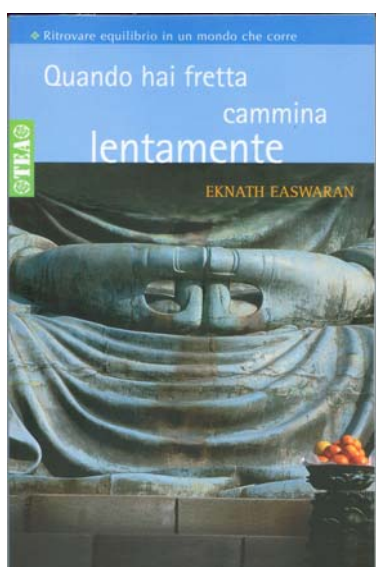
Vivere la natura è...

- ❖ scoprire che essa sempre si rinnova nei suoi colori e nei suoi profumi;
- ❖ ammirare un fiore che perfora il sottobosco rinsecchito dall'inverno per proporre, esile, i suoi colori primaverili;
- ❖ osservare i volatili che vivono nei nostri boschi e che all'ora del pasto se ne vanno contro corrente sulle acque del fiume in cerca di cibo;
- ❖ considerare la natura come una Cattedrale a cielo aperto dove ammirare le bellezze del creato ed elevare lo spirito.

Regina



*Sapu .. tino
consiglia:*



La vita frenetica di oggi costringe a essere sempre in movimento, a svolgere mille attività diverse contemporaneamente e a fare tutto nel più breve tempo possibile. In questa accelerazione senza fine è sin troppo facile dimenticare i propri ideali, perdendo per strada sogni, speranze e desideri. Eknath Easwaran, noto interprete della nuova spiritualità, unendo la saggezza orientale alla sua esperienza del mondo occidentale, c'insegna a rallentare il ritmo di vita, senza sacrificare efficienza e operosità; a liberarci dai cicli di frenesia e inerzia e dalle reazioni automatiche; a migliorare e approfondire i rapporti con gli altri e infine a sgomberare la mente per poter vivere con gioia nel presente.

Il Monte Barro

Il lecchese è una zona che andrebbe sfruttata di più per escursioni giornaliere: l'autobus del CAI di Novara, infatti, ci porta a Lecco in poco più di un'ora. Noi, cinque dell'Accademia Peregrini tra cui Giacomo del CAI di mezz'Italia ed organizzatore della gita, saliamo a Boffalora.

Scendiamo a Lecco in uno spiazzo, nei pressi del Ponte Vecchio, ad una decina di metri dal quale si apre una stretta viuzza (S. Michele) che termina in una bella gradinata spaccagambe.



Spaccagambe per chi, come me, non ha l'adeguato allenamento; gli altri gitanti, una quarantina di persone, infatti, s'arrampicano tranquillamente chiacchierando del più e del meno.

Dopo una mezz'oretta circa, o forse meno, sbuchiamo su un ampio prato (Prato S. Michele) dove sorge una fontanella.

Ci si ferma una decina di minuti, per ricompattarci attorno a Giacomo (il capo gita), il quale continua a ripetere di non disperdersi e di fare attenzione a non sbagliare sentiero, per non trovarsi su percorsi abbastanza impegnativi.

Durante questa sosta noto, alla fine del prato, un sentiero che s'inerpica ancora su per la china piuttosto ripida. A metà del sentiero è fermo uno del gruppo che ci sta aspettando. Io comincio ad essere un po' sudato, quindi preferisco interrompere la sosta ed avviarmi verso lui.

Se quello è là, mi dico, il sentiero giusto dev'essere da quella parte; m'incammino perciò tranquillamente. Il resto del gruppo, infatti, si muove poco dopo che ho raggiunto il solitario.

Il sentiero sale, anch'esso ripido, fino ad un altro pianoro, Pian Sciresa, che attraversa per poi riprendere a salire, sempre

con una bella pendenza, in un bosco, fino alla baita Amici di Pian Sciresa.

Anche qui sosta, su un terrazzo che domina, di tra gli alberi, il sentiero di salita.

Tre o quattro gitanti proseguono senza fermarsi, nonostante Giacomo inviti tutti a riposarsi ed a rimanere uniti, incoraggiandoci affermando che il peggio è passato. Ora sono sudato al punto di sentire, stando fermo, la schiena fredda. Per questo decido di seguire quelli che non si sono fermati. Tanto, mi dico, se seguo loro, vado tranquillo, dato che m'ero fatta l'idea, dai loro discorsi uditi sull'autobus, che non dovevano essere degli sprovveduti.

Il sentiero esce dalla pineta e, fortunatamente, la pendenza diminuisce. C'è una bella visuale su Malgrate e Galbiate, 600 metri più in basso. Peccato che la giornata non sia delle migliori: nubi lattiginose in alto e foschia in basso.

Ad un certo punto, vicino ad un masso (Sasso della Vecchia), che sorge come un torrione dal terreno, si stacca, sulla sinistra, un altro sentiero che s'inerpica su per la parete.

I tizi davanti a me l'hanno imboccato. Resto un attimo perplesso, perché il tracciato principale continua con il falsopiano di prima. Ci sono dei cartelli indicatori, tra i quali ne noto uno in particolare: <Per escursionisti esperti>.

“Uehii!” grido all'ultimo di quelli che mi precedono “ma sei sicuro che si vada per di lì?”

“Sì, sì” mi risponde quello.

Il Monte Barro



“Ma qui c’è scritto <Per escursionisti esperti> e io non sono un esperto!” Faccio notare mentre mi ritornano in mente le parole di Giacomo, che consigliavano di rimanere sul sentiero prescelto, classificato come “facile”.

Mi toglie dall’impaccio il tizio là sopra:

“Dai vieni! Non preoccuparti!” Bah! Se me lo dice lui... si vede che è il sentiero giusto.

M’incammino. Dopo un paio di minuti, il tracciato fa un piccolo tornante, col gomito a neanche mezzo metro da una scarpata.

Alla faccia del facile!

A quattro zampe supero il punto e continuo a salire aiutandomi, data la pendenza, anche con le mani.

Dopo un altro tornante simile al precedente, vedo tre persone scendere. Mi fermo, abbracciandomi al tronco di una smilza betulla, per lasciarli passare.

“Buon giorno” mi saluta il primo che passa.

“Buon giorno” ripeto ansimando.

“Ciao” mi dice il secondo.

“Ma è sempre così?” chiedo io accorgendomi, mentre parlo, d’aver un tono un po’ piagnucoloso.

“Più o meno” mi risponde il terzo che, nel frattempo, è arrivato alla mia altezza.

“E sì che m’avevan detto che il peggio era passato!”

“Guarda, voglio essere realista” prosegue quello “più su diventa più difficile”

“E adesso che faccio?” mi chiedo.

Mentre mi sto ponendo la domanda, vedo il gruppo snodarsi sul sentiero in falsopiano là in basso; invece di salire, giunto al Sasso della Vecchia, prosegue per il sentiero pianeggiante.

A questo punto mando a quel paese i tre o quattro che se ne sono andati per il sentiero ripido (e che nella mia mente ho già etichettato come personaggi in cerca di pubblico, cui far vedere che ‘loro sì che sono in gamba’) e, con mani, piedi e

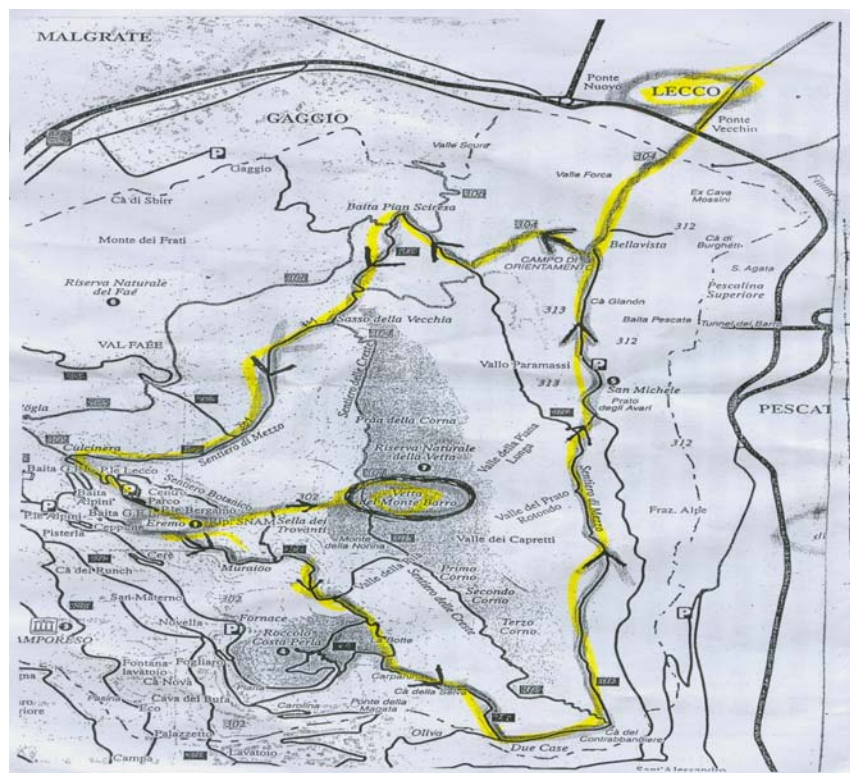
natiche, ridiscendo i cento metri circa che mi separano dal Sasso della Vecchia, e mi riunisco al gruppo.

Questo sentiero, infatti, un po’ salendo ed un po’ scendendo dolcemente, raggiunge il Bar-Ristorante-Albergo-Museo Eremito da dove, in circa 45 minuti, si raggiunge la vetta del Monte Barro (992 mt). Dalla vetta si domina... si dominerebbe se la giornata non presentasse ancora un po’ di foschia, la Brianza, la valle dell’Adda, Lecco, il lago e le catene montuose circostanti.

Alle 14 iniziamo la discesa che, in un paio d’ore, attraverso boschi disseminati di fiori, ci riporta alla scalinata spaccagambe.

Alle 16,30 l’autobus riparte e, alle 18, noi dell’Academia Peregrini, siamo a casa.

Il Ciacciator Pedante



Sulla filosofia dei piccoli passi...metafore di vita.

Desidero trovare una via fatta di luce per poter camminare con le mie forze verso qualcosa per cui valga la pena esistere. All'inizio so soltanto che devo



ascoltare. Me stessa, lo spazio attorno, chi incontro sulla mia strada...Un lungo, attento ascolto che non termina mai, perché così posso imparare a sentire, a vedere, a conoscere, un poco a comprendere.

*Odori che ri-conosco, che sono in me. Che **divengono luoghi**, che mi danno il senso dell'appartenenza. So di esserci, lì. So che comunque ci sarò, in un modo o nell'altro. E non altrove. La sensazione è che ci sarò per sempre e che proprio quella, in quel momento, è la cosa importante da fare, in **quel luogo**. Non importa se poi tutto passa, se finisce. Se le situazioni cambiano e mi cambiano. Se le persone entrano ed escono nella mia vita. Ci sono gli odori. E i luoghi. Quelli rimangono. Perché entrano in me attraverso le mie sensazioni, le mie percezioni e qui restano. **Perché quei luoghi sono io.***

*Ascolto. Osservo. Mi lascio andare. **Mi rigenero in uno spazio di tranquillità**, nell'assenza di fretta e rumore.*

Poi ri-scopro la **strada**.

Lasciare andare. Lasciare che sia. Perché vivere è lasciarsi cullare dall'attimo, come una foglia sull'acqua. Non è andare alla deriva, ma bearsi delle sensazioni legate al presente, senza l'angoscia dell'ignoto.

Ed ecco la risposta a tutte le domande. La domanda a tutte le risposte. Ecco la VIA. Non puoi che seguirla se la scorgi. C'è l'incanto. C'è il tutto. La pace che inonda. E l'anima si ritrova, si riconosce nel nulla; un nulla che è amore, infinito, immensità. La voce che chiama e attende il riscontro. L'assoluto. L'uno. La vita. La morte. Ci sono. Sono qui, adesso.

PER SEMPRE.

Nel mio cammino non inseguo nulla e nessuno. Cerco di costruire, di migliorare la mia vita, di cambiare e trasformare ciò che posso. Gli eventi sono soltanto degli elementi esterni che io posso giostrare. Anche quelli che comunque decidono della mia vita, posso scegliere se usarli contro di me o a mio guadagno: posso cioè essere negativa o positiva nei confronti di ogni cosa. Lasciare andare, o restare attaccata a fatti, o persone, che mi fanno male. Non è facile. Ma l'unica altra possibilità sarebbe diventare schiavi del destino, pensando di non poter mai agire, di non poter essere in buona parte padroni di se stessi. Se una situazione è negativa, bisognerebbe mutare in meglio. Se non molto si può fare per cambiare o distaccarsi da essa, si può decidere in che maniera viverla: con cocciuta sofferenza e con pessimismo,

oppure con calma, serenità, speranza, ironia.

Non conosco la **via** a me destinata, però mi sento sulla "**mia strada**"; quella "via del cuore", quella direzione che è dentro la

mia anima, poiché sono io che mi porto dentro tutte le dire

zioni. Infinite vie fatte di luce.

*Come possiamo pensare di sentirci veramente vivi, se guardiamo continuamente verso il domani e non ci godiamo mai il presente? **Struggersi nel desiderio di ciò che non abbiamo, invece di godersi quel che ci viene dato ora...ciò che siamo ora...ci rovina solo l'esistenza. Giocare. Vivere il momento. Respirare a fondo.***

*Godersi l'attimo, senza aspettarsi nulla. Chi sono? **Ciò che sono, individuo unico e meraviglioso in sé, mi dà forza e mi basta. Dove sono? Ovunque e qui. Non voglio perdere il momento, ma essere. Essere nel tutto. Esattamente come sono. Per non aver rimpianti, per non pentirsi di non aver vissuto, bisogna vivere sempre, nel bene e nel male, ogni attimo di vita. E' importante assaporare la bellezza quando c'è. La vita va vissuta con i suoi "volumi", i suoi "chiaro-scuri", le sue "atmosfera".***



Sulla filosofia dei piccoli passi...metafore di vita.

Essa non è qualcosa di piatto. E' intensità, colore, luce, calore.

E' sentire. La vita, la morte, sono le due risposte alla stessa domanda. Sono le due possibilità che abbiamo. Sono le due scelte disponibili: scegli di vivere o di morire. Si può trascorrere un'intera esistenza senza sentirsi vivi, senza appropriarsi del tempo. Si può essere ciechi e sordi, assenti, troppo presi da mille scuse pur di non prestare attenzione a ciò che ci circonda. Ci si dimentica, quasi, che la vita è una sola, che non va sprecata, ma interamente assorbita, rinnovandola nel possibile ogni giorno, scoprendone i significati, le sfumature. Voglio continuare a credere in quello che per me è importante.



Rinnovarmi ogni giorno. Scegliere. Andare contro gli schemi. Essere nel momento.

A volte si rimandano sogni e desideri al futuro, pur essendo essi fattibili nel presente, senza pensare che potrebbe anche non esserci più quel futuro e quindi la possibilità di realizzarli. Sto tralasciando qualcosa di importante nella mia vita? Sto rimandando qualcosa di fondamentale? Sto buttando via parte del mio tempo? Non sto facendo

quel che mi piace davvero? Meglio domandarselo...ogni tanto. La dilatazione del tempo: non sento di avere fretta, né mi aspetto qualcosa. Ho il senso del tempo, valutandone la quantità e la qualità. Affronto ciò che arriva, quando arriva, senza rincorrere nulla e senza scappare, però, da nulla.

E' tutto **un passaggio, tutto un cammino.** Ogni cosa a suo tempo...ogni cosa ha un suo tempo; vivo il presente, in quanto è l'unico tempo che io conosca.

La luna è rossa; illumina il lago col suo alone rosato e tutto è notte, mistero, profumo. Sono innamorata di questo momento! Ed è un amore grande, che viene accolto, che mi abbraccia, mi fa stare bene e sentire bella. Mi sale la forza dentro; riscopro il senso dell'esistere e di me stessa.

Mi piace questo grigiore calmo sul lago, questa nebbia che nasce dall'acqua e cela le figure più lontane. Mi piace questa musica che entra dentro e tocca in profondità, liberando, rilassando; che si accorda perfettamente con il mio stato d'animo oggi introverso e malinconico, ma non triste. In momenti così "sento" tutto con maggiore intensità e nello stesso tempo rimango come la di fuori di ogni cosa. Sono il volo del gabbiano solitario sopra l'oceano. C'è tutto un infinito...fuori e dentro di me.

Osservare la pioggia ed il verde attorno...sentire il respiro che sale, che mi scioglie e diventa

inebriante, invadente; qual è il senso dell'amore, se non questo?

Se non questa realtà che posso toccare, sentire, provare? Ciò che sto vivendo ha un suo senso di totalità (un amore universale che tutto comprende), che non può avere confronti. Ogni altra forma di amore è racchiusa in questo universo. Il profumo di una giornata autunnale mi dà pace, mi ritempra, mi rilassa.

Il cielo muta, non è mai lo stesso; nulla, neppure un minuto, è uguale all'altro. Questa è la realtà; questo è il fascino; questo è il grande segreto!

La tranquillità delle piccole cose: le piccole grandi gioie! La semplicità. Il saper trovare la bellezza in ogni dove. Saper "osservare". Saper gustare l'ozio. Il sole sul viso dopo l'inverno. Stare bene davvero con se stessi e non provare mai noia! Questa è serenità.

Mi godo i miei spazi e per riprendere fiato e recuperare me stessa assaporo questi momenti con soddisfazione. Mi tengo compagnia e mi coccolo, assolutamente in tranquillità. In pieno rispetto di ciò che ho attorno e di me stessa.



Cristina Polli



prossimamente

- Aprile**
- ◀ 9 **Monte San Giacomo - Boffalora sul lago di Comabbio**
“ la vetta più alta del Parco del Ticino, 427 mt ”
 - ◀ 12 **a Magenta presso la Croce Bianca**
“ In cammino verso Santiago”
 - ◀ 30 **la strada dei mulini: Pontevecchio -Fagiana - Carpenzago**
- Maggio**
- ◀ a **Bernate Ticino presso la Canonica ore 21,15:**
 - Martedì 16 maggio**
“Viaggio nel sistema solare”
Incontro con **Federico Manzini**, astronomo
 - Martedì 23 maggio**
“Quadri di cielo”
Incontro con **Giovanni Sesia**, pittore
 - Martedì 30 maggio**
“Del tempo che sfoglia le ore”
Incontro con **Duccio Demetrio**, filosofo
 - ◀ 28 **Il sentiero dei Walser—Salecchio Val Formazza.**



Buona Pasqua
a tutti i pellegrini

Questo numero è offerto
da

Arch. Cristina Polli

