



collana Ossigeno/9

caratteristiche generali broccatura cucita filo refe, copertina plastificata lucida con alette

formato 13x20 cm

pagine 192

prezzo € 15,00

isbn 978-88-6549-113-3

in libreria da marzo 2014

sullo scaffale viaggi, camminare

ISBN 978-88-6549-113-3



9 788865 491133

*Scritto come un Hagakure della viandanza, un manuale senza scorciatoie, Alzati e cammina è una lettura scomoda. Un libro pericoloso, come ogni rivoluzione.*

Wu Ming 2



**Luigi Nacci** è insegnante, giornalista e operatore culturale. Vive a Trieste, dove è nato nel 1978. Ha pubblicato in poesia diverse opere, tra cui: *Madrigale OdeSSa* (Edizioni d'if, 2008), *odeSSa (in Decimo quaderno italiano di poesia contemporanea*, Marcos y Marcos, 2010). Ha pubblicato inoltre *Trieste allo specchio*.

Luigi Nacci

## Alzati e cammina

Sulla strada della viandanza

Dopo “L’arte del camminare” (tre edizioni in due anni) un libro dedicato a chi vuole fare il primo passo, firmato da uno scrittore che ha fatto della viandanza la sua casa.

Riflessioni sul perché e come mettersi in cammino, esperienze, consigli scritti con uno stile poetico e filosofico, e con un approccio esortativo: Nacci convince e seduce facendo pensare, invitando a lasciarsi alle spalle la porta di casa e a consegnarsi, con fiducia, alla strada.

Presentazione al Trento Film Festival (24 aprile al 4 maggio 2014), al Festival del Camminare di Bolzano (23-25 maggio 2014) e al Festival della Viandanza di Monteriggioni (Siena) (giugno 2014).

Un libro destinato a chi è nel limbo. A chi è insoddisfatto in famiglia, o sul lavoro, chi ha perso momentaneamente la speranza di risalire la china, chi, in definitiva, per una ragione o per l’altra, cerca la propria strada e sa che è giunto il momento di partire. *Alzati e cammina* propone degli esercizi e delle suggestioni per trovarsi pronti in quel momento: disfarsi di oggetti che non possono trovare spazio nello zaino, disfarsi delle abitudini superflue, del lavoro in cui non ci sentiamo realizzati, delle persone che ci trasciniamo accanto solo per paura di rimanere soli, camminare sotto la pioggia con serenità, camminare per andare a trovare una persona cara che non vediamo da tempo, aprire la porta di casa all’altro senza timore, perché non esiste viandante senza ospitaliere, e viceversa. È un’opera che esorta alla leggerezza, l’unica condizione che permette di stare a piedi uniti nel cammino, reggendo il peso delle domande che vertono sui nostri giorni, quelli presenti e quelli che verranno.

«Solleva la gamba. La destra o la sinistra, quella che istintivamente senti di muovere. Anche se è faticoso, tienila sospesa. Sei traballante, oscilli, stai per cadere. Stai per precipitare nel bianco. Il bianco non ha limiti, spaziali o temporali, quindi stai per precipitare all’infinito. Abbi paura, è giusto che tu ce l’abbia. Prima una gamba, dopo l’altra, un passo dopo l’altro, ed eviterai il baratro. Pensa al camminare come a ciò che ti salverà da una caduta senza fine.»

*Indagine sulla poesia triestina del secondo Novecento* (Battello stampatore, 2006) e altri saggi e articoli sulla poesia, sull’oralità e sul camminare, apparsi su “Il manifesto”, “Alfabeta2”, “Absolute Poetry”, “Fucine Mute”, “in pensiero” e altre testate. Progetta e organizza rassegne culturali in tutta Italia, come ad esempio

il Festival della Viandanza di Monteriggioni. È uno dei fondatori dell’Associazione “Il Movimento Lento”, una guida de “La Compagnia dei Cammini”, e ha fondato un gruppo di camminatori, “The Rolling Claps”, per riscoprire le antiche vie di pellegrinaggio e di viandanza. Il suo blog è [www.nacciluigi.wordpress.com](http://www.nacciluigi.wordpress.com).