

Da Santiago ad Ancona: Un decimo di te, il nuovo libro di Marco Maccarini

Pubblicato: Martedì 1 Luglio 2025



“Viaggiare con lentezza, ascoltare il battito del proprio cuore quando si è in cammino o vedere il paesaggio scorrere con calma dal finestrino di un treno, lasciando a casa la frenesia e la fretta. La riscoperta di questo modo di esplorare il mondo nasce dallo stupore e dalla bellezza del quotidiano, apre la mente e conduce a nuovi incontri”.

Sabato prossimo **Marco Maccarini** sarà **protagonista insieme a Giovanni Arena e al nostro direttore Marco Giovannelli a UlisseFest**, il festival del viaggio di Lonely Planet organizzato dalla casa editrice EDT, partner unico di Lonely Planet in Italia. Ogni anno il festival è un’ occasione per guardare oltre i nostri confini, non solo geografici, per ragionare sul mondo e per connetterci con tutto ciò che esiste al di fuori del nostro orizzonte quotidiano.

Marco Maccarini, che ha affinato questo approccio oltre i confini della TV e della radio percorrendo il Cammino di Santiago e altri percorsi in Italia e oltre, ha da poco pubblicato un nuovo libro: **Un decimo di te**.

È molto più di un diario di viaggio: è una confessione aperta, un racconto intimo e coraggioso di come un uomo – con alle spalle la velocità, le luci e il clamore della televisione – abbia scelto di ritrovare sé stesso mettendosi in cammino. Marco Maccarini non si limita a narrare le tappe fisiche, ma apre al lettore un sentiero mentale, emozionale e spirituale che va ben oltre il semplice movimento dei piedi.



Il libro intreccia i percorsi più celebri — la Via Francigena, il Cammino di Santiago, la Via degli Dei, la Via del Sale, la Via degli Abati, l'Alta Via dei Monti Liguri, il Cammino di Francesco — con riflessioni personali che invitano a vivere l'esperienza del cammino come forma di libertà, lentezza e riconnessione. Camminare diventa un atto rivoluzionario, un ritorno a un ritmo “umano”, capace di ridare senso al tempo e allo spazio.

Maccarini ci mostra la bellezza del cammino e la fatica che comporta, l'imprevisto e la meraviglia, le paure e le epifanie. Ogni incontro lungo la strada assume un valore simbolico, come nel caso dell'“angelo” vestito di saio che, con la sua “energia potentissima”, scuote l'autore, oppure come il misterioso uomo in rosso che gli regala due pietre pesanti, spingendolo a riflettere sul tema del peso, fisico e mentale.

Dietro la narrazione di passi, polvere e vesciche si intravede la ricerca di un nuovo equilibrio dopo una carriera vissuta “a tavoletta”, con la stessa energia esplosiva che aveva segnato il suo esordio a MTV e l'esperienza con TRL. Come scrive: “Ho messo ordine tra pensieri e riflessioni, facendo pace con ciò che era accaduto”, un modo per rimettere insieme i pezzi di un percorso professionale e personale a volte disorientante.

Centrale è il consiglio che attraversa tutto il libro, chiaro fin dal titolo: “Cosa devi portare sul tuo cammino? Dipende dal tuo peso. Lo zaino non dovrà superarne il dieci per cento.”. Non solo un trucco pratico per evitare dolori, ma una metafora potente: viaggiare leggeri dentro e fuori significa essere liberi. La scrittura di Maccarini è vivace, colloquiale, piena di autoironia (celebre la discesa su una pista di downhill, “scivolando col sedere”,), ma sa anche fermarsi su immagini poetiche di grande

autenticità: “L’asfalto è finito, mi sono ritrovato nel bosco, con il profumo di terra fresca, il cielo limpido oltre i rami sulla mia testa, il silenzio, e dopo pochi minuti mi sono scoperto a sorridere. In un istante avevo cancellato tutto il resto.”

Il suo messaggio arriva chiaro: camminare è un gesto semplice, accessibile, quasi primitivo, ma capace di trasformare radicalmente la prospettiva di chi lo abbraccia. Incontrare la natura, gli altri viandanti, e soprattutto sé stessi, diventa il vero obiettivo, ben oltre la meta finale.

In *Un decimo di te*, Maccarini regala pagine che possono ispirare chi sente “il richiamo della natura, del silenzio, della lentezza” ma non sa da dove iniziare, così come chi ha sempre lo zaino pronto e cerca nuove motivazioni. La sua narrazione riesce a essere concreta — con tanti consigli pratici per i cammini — e, al tempo stesso, capace di toccare corde profonde legate al senso di appartenenza, alla spiritualità, alla ricerca di leggerezza: “Il pellegrino porta con sé un bagaglio leggero, lascia a casa un bel po’ di cose, fisiche e non solo, e quando è spogliato di tutto diventa molto più propenso a vedere – ma vedere per davvero.”

L’AUTORE

Marco Maccarini (Torino, 1976) è noto al grande pubblico per la sua carriera come conduttore televisivo e radiofonico, in particolare legata agli anni d’oro di MTV Italia con programmi come TRL e il Festivalbar. Dopo il successo in TV, ha iniziato a raccontare la propria passione per i cammini, diventando un riferimento per tanti appassionati di viaggi a piedi e per chi cerca un nuovo modo di “vedere il mondo”. In *Un decimo di te* riversa non solo chilometri percorsi, ma anni di riflessioni, emozioni e momenti di profonda trasformazione personale.

L’EVENTO

Viaggiare con lentezza, ascoltare il battito del proprio cuore quando si è in cammino o vedere il paesaggio scorrere con calma dal finestrino di un treno, lasciando a casa la frenesia e la fretta. La riscoperta di questo modo di esplorare il mondo nasce dallo stupore e dalla bellezza del quotidiano, apre la mente e conduce a nuovi incontri. Ne parliamo con Marco Maccarini, che ha affinato questo approccio oltre i confini della TV e della radio percorrendo il Cammino di Santiago, e con Giovanni Arena, che porta sui nuovi media un modo di vivere il viaggio curioso e attento che ha il sapore di una intramontabile saggezza. In dialogo con Marco Giovannelli.

Ingresso gratuito senza prenotazione.

Sabato 5 luglio alle 19.30 in piazza del Plebiscito ad Ancona

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it