

Camminare Leggeri con Marco Maccarini: un viaggio alla scoperta di sé

Pubblicato: Lunedì 15 Settembre 2025



Questa sera, il palco di Materia ha ospitato una figura di grande spessore, Marco Maccarini, noto al grande pubblico per la sua carriera televisiva, ma anche per la sua passione per i cammini. Un viaggio che non è solo fisico, ma anche interiore, che Maccarini ha deciso di raccontare **nel suo libro “Un decimo di te”**. Durante l’incontro, svoltosi il 15 settembre, l’autore e camminatore ha condiviso con il pubblico il suo percorso, sia personale che professionale, e come il cammino abbia segnato la sua vita in maniera profonda.

ASCOLTA IL PODCAST

Nel corso della serata, **Maccarini ha raccontato con il suo caratteristico entusiasmo come, da un certo momento della sua vita, ha scelto di intraprendere il cammino a piedi, partendo da Milano per arrivare fino a Torino**. La decisione di affrontare una sfida così grande, come quella di percorrere a piedi un lungo tratto di strada, è stata il punto di partenza di un cambiamento radicale nella sua vita. Un viaggio che lo ha portato a riscoprire la bellezza dei dettagli, la natura, gli incontri casuali e la pace che si trova solo camminando senza fretta.

Il cammino di Santiago, raccontato nel libro, è stato un altro passaggio fondamentale. Un’esperienza che, pur non essendo tra i suoi cammini preferiti, ha avuto un impatto profondo su Marco. Con ironia e riflessione, Maccarini ha raccontato le difficoltà iniziali nel camminare e i primi

giorni di cammino, che sono spesso i più duri, ma che permettono anche di scoprire la propria forza interiore. La sua esperienza non è stata solo fisica, ma anche spirituale, un modo per rallentare e fare i conti con se stessi.



Un tema centrale nel racconto di Marco (intervistato da un altro appassionato di cammini come il direttore di VareseNews Marco Giovannelli) è stato quello dell'incontro, fondamentale in ogni cammino. Che si tratti di incontri con altri camminatori, con persone del luogo o con se stessi, **il cammino diventa un momento di riflessione profonda, ma anche di scambio umano**. Maccarini ha ricordato un episodio particolare in cui, mentre camminava, ha incontrato una signora che lo ha ospitato e gli ha offerto il suo Wi-Fi, un gesto che ha portato a una conversazione sulla vita e sulla morte che lo ha profondamente segnato.

La serata si è conclusa con una riflessione sulla libertà che deriva dal camminare: non solo la libertà fisica di percorrere strade e sentieri, ma anche la libertà mentale di lasciarsi andare, di pensare e di fare pace con le proprie paure e incertezze. **Maccarini ha invitato tutti a scoprire il cammino, non solo come una sfida fisica, ma come un'opportunità per ritrovare sé stessi**, magari anche più leggeri, lasciando alle spalle i pesi che si accumulano nella vita quotidiana.

Chi è Marco Maccarini

Marco Maccarini (Torino, 22 luglio 1976) è un conduttore televisivo e radiofonico italiano, noto per il suo lungo percorso professionale in MTV e per la sua partecipazione a numerosi progetti televisivi e radiofonici. Dopo gli inizi come VJ di MTV, Maccarini è diventato uno dei volti più riconoscibili della televisione italiana, conducendo programmi iconici come Total Request Live (TRL), MTV On the Beach e Festivalbar. Negli anni ha continuato a evolversi nel mondo dello spettacolo, collaborando con radio come R101 e Radio Italia, e partecipando a reality show come L'isola dei famosi.



Oltre alla sua carriera televisiva, Maccarini è anche un appassionato di cammini e della filosofia della lentezza. **Il suo libro “Un decimo di te” racconta proprio la sua passione per il cammino, un viaggio non solo fisico ma anche interiore**, che gli ha permesso di ritrovare un equilibrio tra la vita frenetica e il desiderio di vivere in maniera più consapevole. La sua esperienza, narrata nel libro, è un invito a tutti a prendersi il tempo di riflettere, camminando lentamente e lasciandosi guidare dal cuore e dai passi.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it