

# Indice del volume

<b>Fai il primo passo fai tutto daccapo</b>	<b>3</b>
Il cammino è ciò che inizia a un passo dal buio, p. 5 - Decalogo del viandante (non del camminatore), p. 7 - Diciotto chili d'oro, p. 9 - Lettera agli amici, p. 11 - Verso un altro tempo, p. 13 - Dire no, p. 17 - Non è un Paese per nomadi, p. 21	
<b>Esci di casa all'ora sbagliata e parti</b>	<b>23</b>
Le scarpe, p. 25 - In cammino verso il vuoto, p. 26 - Andiamo perché, p. 30 - Lettera di un esploratore a suo figlio, p. 31 - Le ere geologiche, p. 34 - Il viandante 2.0, p. 35	
<b>Raduna in te tutti i bivi</b>	<b>41</b>
Fragile verso fragile, p. 43 - È quel che è, p. 45 - Non ci si improvvisa selvatici, p. 49 - Camminare non serve a niente, p. 51 - Il pane, lo dividerai, p. 53	
<b>Onora il tasso e il ginepro</b>	<b>57</b>
Gambe nuove, p. 59 - Orso, toro, uomini con la coda, p. 60 - Noi adoratori di mappe, p. 69 - In cammino per dimenticarsi di sé, p. 70 - Il passo dell'ultimo, p. 73	
<b>Vai verso un punto saliente</b>	<b>77</b>
Mettersi in cammino in inverno, p. 79 - Le mani grosse dei campi, p. 82 - Senza lasciare traccia, p. 83 - Le cadute, p. 86 - La terra di mezzo, p. 86 - Quando muore un viandante, p. 89	
<b>Intermezzo Diari romei</b>	<b>93</b>
Prima della partenza, p. 95 - Est, ovest, tutto tiene, p. 96 - Si prendono cura di te, p. 99 - Chiamarsi per nome, p. 102 - Fame, sete, p. 106 - Aprire la porta è duro, ma, p. 109 - Fiducia, amicizia, luna, p. 111 - Comizi d'amore, p. 113 - Come farai a uscirne?, p. 117 - Nostalgia, p. 119 - In famiglia, p. 121 - Acqua pane umanesimo, p. 124 - Regali, p. 126 - Le parole che non puoi evitare, p. 128 - Ssst, cammina, p. 131 - Amicizia e silenzio. Che altro?, p. 135 - A metà strada tra la penombra e la luce, p. 137 - L'ultima tappa è segreta, p. 140	

<b>Rendi il tuo passo incerto</b>	<b>143</b>
Il Cammino di Santiago non esiste, p. 145 - La gavetta, p. 147 - Lo zaino, la zaina, p. 150 - Camminare in Carso, p. 151 - Chi è, che cos'è una guida?, p. 154 - Contro la stanchezza, per la fatica, p. 158	
<b>Spedisci i tuoi respiri</b>	<b>163</b>
Non ho tempo, p. 165 - Una cosa piccola, p. 167 - Né vincitori né vinti, p. 168 - Decalogo della partenza, p. 170 - Per le creature in rivolta, p. 173 - Ma scrivi ancora?, p. 177 - Diventare umani, p. 178	
<b>Che ci faccio in questa lontananza</b>	<b>181</b>
Sei un esploratore mancato, p. 183 - Venezia ai viandanti, p. 184 - Il giorno più lungo, l'onda più grande, p. 187 - Diffida di me, p. 189 - Scrivi solo se, p. 191	
<b>Credi a ciò che il lampo ha da dirti</b>	<b>193</b>
Parlami della tua morte, p. 195 - Camminare in terre dimenticate, p. 198 - La donna-delfino, p. 201 - Trieste de Compostela, p. 202 - Verso ciò che dura, p. 205 - Che ne sarà di me: sopravvivere a un cammino, p. 207	
<b>All'amico svanito oltre la curva</b>	<b>211</b>
Nell'unica direzione possibile, p. 213 - Le isole della salvezza, p. 215 - La crisi, p. 217 - Le domande di Natale, p. 219 - L'ora di aria aperta, p. 221 - Tornare a casa, affrontare il walk-lag, p. 221	
<b>Ci sono foreste da cui non si esce</b>	<b>225</b>
Nel bianco, p. 227 - È il cammino del ritorno, bellezza, p. 228 - Sono una zolla d'erba, p. 233 - Camminare fa male, p. 234 - Non mancherò la strada, p. 239 - Tutto ciò che non è donato è perso, p. 240	
<b><i>Post scriptum</i></b>	<b>241</b>
<b><i>Ringraziamenti</i></b>	<b>249</b>
<b><i>Indice dei nomi</i></b>	<b>253</b>