

Luminița Bufanu

Drumeție fără de sfârșit

**Jurnalul unei călătorii de suflet pe
drumul care unește inimi**

Via Transilvanica



FLOARE DE IRIS
Iași, 2026

Partea I

Fată de oraș - mi-am dăruit un bilet de drumeție! 9

Partea a II-a

Pași pe cărări nesfârșite..... 34

1. Drumul spre început: cu trenul către Putna 34

2. Tronsonul 1 : Bucovina..... 39

3. Tronsonul 2 - Ținutul de sus..... 84

4. Tronsonul 3 - Terra Siculorum..... 131

5. Tronsonul 4 - Terra Saxonum..... 170

6. Tronsonul 5 - Terra Dacica..... 211

Partea III:

Ecouri la reîntoarcere – reflecții și regăsiri.....256

1. Ultima zi pe Via Transilvanica – drumul spre București.256

2. Reacomodarea în oraș, lecții de ascultare și oglindire.....258

3. Acest dor de drum care nu-mi dă pace...261

4. Reîntoarcerea simbolică la Lodroman, Casa din Vale262

Partea a IV-a

Tot ce-am învățat eu despre drumeție – echipament

și campare.....264

1. Echipamentul esențial pentru Via Transilvanica265

2. Echipament de camping266

3. Logistica și organizarea drumeției267

4. Locuri de campare și opțiuni de cazare pe VT269

5. Surse de informare și inspirație.....274

6. Sfaturi și recomandări personale274

*Pentru o astfel de drumeție ai nevoie de voință,
curaj și multă putere interioară.*

*Să nu privești înapoi, să nu grăbești pasul
spre înainte, ci să fii prezent în fiecare pas.*

*Ani la rând am tot spus că mă pierd pe
mine, dar nici eu nu înțelegeam cu adevărat
ce înseamnă asta. Cei din jur mă priveau
nedumeriți, iar eu mă adânceam tot mai
mult în acea stare, ca într-o ceață densă.*

*Când am pornit pe Via Transilvanica, mi-am
propus să mă regăsesc. Doar că, pe parcurs, am
aflat că regăsirea nu e o destinație, ci un drum – cu
suișuri și coborâșuri, revelații și îndoieli, peisaje care
îți taie respirația și momente care te golesc de puteri.*

*Așa am înțeles, în pașii mei, ceea ce
Brâncuși spunea simplu și profund:*

***„Pentru că atunci când mergi pe
jos, auzi mai bine cine ești.”***

Totul face parte dintr-o... drumeție fără de sfârșit.

PARTEA I:

***Fată de oraș - mi-am dăruit
un bilet de drumeție!*****1. Visul care a aprins scânteia**

Și nu oricum, ci pentru o aventură de 1.400 km – Via Transilvanica.

Cum am ajuns aici? Ei bine, povestea mea începe așa:

Numele meu este Luminița Cornelia, am 56 de ani și 4 luni. Sunt născută în Târgu Jiu și am copilărit până la 6 ani la Vâlcea, la bunicii materni – locul în care mi-am petrecut toate vacanțele școlare, chiar și pe vremea studenției.

Anii de formare i-am petrecut în Craiova, alături de familia mea: mama, tata, două surori și un frate. Acolo am crescut, am învățat și am devenit omul care sunt astăzi.

În anul 2000, am făcut pasul spre București, inițial „temporar”, împreună cu fiica mea. Orașul m-a primit și, în timp, a devenit „acasă”. Astăzi locuiesc aici cu fiul meu, în vârstă de 13 ani.

Sunt o fostă alergătoare amatoare, parte din comunitatea 42kRoșu. Am participat la maratoane, semimaratoane și ultramaratoane, chiar am urcat pe podium la categoria mea de vârstă – mai ales pentru că, atunci când alergam eu, femeile de vârsta mea nu prea erau la start. Există o glumă veche: „Să alergi de unul singur și să ieși pe locul doi?” Ei bine, aia eram eu! :))))

Când am început să țin acest jurnal, nici măcar nu mă gândeam la un titlu. Știam doar că din rândurile scrise se va naște o carte. O carte ce va primi un nume, dar până atunci va aduna încet-încet emoțiile, gândurile și tot ce trăiesc în această călătorie care mă poartă spre Drobeta-Turnu Severin – punctul final al Via Transilvanica.

E firesc să mă întreb dacă voi reuși, să-mi pun o mie de întrebări, dar aleg să mă bucur de drum – un drum început cu ani în urmă și care acum prinde contur.

Mai exact, în 2019, în mintea mea încolțise un gând, o idee, un vis. Era anul în care adunam medalii și bucurie din competiții și mă simțeam atât de puternică, încât aș fi putut străbate pe jos toată țara dacă mă hotăram...

Și totuși, atunci nu am făcut-o. Am calculat, am scris, am planificat, am analizat. Am vorbit cu câteva persoane și am pus chiar și un nume proiectului: România în pas de maraton. Îmi imaginam cum, în fiecare zi, voi alerga un maraton, până dau un tur complet al țării. Aveam o dorință profundă: să-mi cunosc țara... la pas.

În anul acela, prietena mea cea mai bună, Luciana – sprijinul meu moral în toate competițiile – mi-a trimis un link. Și așa am aflat despre Via Transilvanica. Țibi și Alin Ușeriu, alături de fundația Tășuleasa Social, începuseră să construiască un drum al sufletului, care străbate țara pe diagonală.

În adâncul firii mele, am simțit că altcineva a fost mai curajos decât mine. M-a durut. M-am simțit trădată de mine însămi. De parcă cineva îmi furase visul. Nu pentru că l-a făcut în locul meu, ci pentru că eu nu avusesem puterea să-l duc la capăt. Și, deși știam că era un adevăr, nu puteam accepta neputința mea.

Anii au trecut, iar gândul de a parcurge Via Transilvanica a rămas undeva în fundal, urmărind cum traseul prindea contur. Când drumul a fost finalizat, în 2022, ideea a revenit la suprafață, dar tot n-am avut curajul să pornesc. Doar am citit, luni de zile, poveștile altora care își croiau calea pe bucăți.

Abia spre finalul lui 2023, după o drumeție pe Piatra Craiului, am prins curaj să-mi spun intenția cu voce tare: să străbat tot traseul în vara lui 2024. Am scris pe grupul VT (Via Transilvanica) dedicat de pe Facebook și, surprinzător, câteva persoane m-au contactat pentru a merge împreună. Deși gândul inițial era să fac traseul singură, prezența lor a adus o altă formă de încredere.

M-am bucurat sincer când, la scurt timp după postarea mea, o femeie mi-a scris că ar vrea să mă însoțească, dacă sunt de acord. Așa a început călătoria noastră – timid, în noiembrie 2023, cu întâlniri online și planuri conturate pas cu pas.

Până la plecarea din 1 august 2024, au urmat luni întregi de pregătire: antrenamente aproape zilnice, liste peste liste, ghidul VT citit de mai multe ori, postări urmărite atent pe grupul dedicat. Ne pregăteam pentru mai mult decât o drumeție. Era începutul unei aventuri care avea să ne schimbe pe fiecare.

Pentru că sunt o fire analitică și funcționez cel mai bine cu planuri bine puse la punct, mi-am făcut un tabel detaliat: zilele de antrenament bifate, cele rămase până la plecare, totul numerotat și organizat. Am notat cu „A” zilele de antrenament și cu „VT” câte zile mai erau până la plecarea pe traseu, ca să pot urmări progresul și să știu exact unde mă aflu.

Dar, cum se întâmplă adesea, socoteala de acasă nu s-a potrivit cu cea din teren. Așa că te invit să parcurgi alături de mine povestea completă: de la pregătiri, la drumeția în sine și, în final, ce am adus cu mine înapoi – dincolo de rucsac.

2. Pregătiri și antrenamente – primii pași spre vis

Începând cu noiembrie 2023, mi-am propus să mă antrenez constant, parcurgând kilometri zilnic prin parc, în pas vioi, dimineața devreme. Mă simțeam ca înaintea unui examen important. Deși au urmat săptămâni în care nu m-am putut ține mereu de program, din cauza provocărilor personale și de familie, am revenit mereu cu dorința de a-mi regăsi ritmul. Diminețile de la ora 5 îmi dădeau cel mai mult echilibru. Mă preocupa însă o durere de spate, așa că am început un tratament natural cu collagen, sperând să-mi întăresc corpul până la plecare.

Întrebări firești înainte de plecare

De ce am ales să fac această călătorie?

Sunt atâtea de spus. Aș putea face o listă lungă, dar mă opresc la câteva motive esențiale:

- Pentru că vreau să simt și să trăiesc pământul pe care m-am născut.
- Pentru că îmi doresc să fiu eu cu mine o perioadă, să mă înțeleg mai bine și să-mi (re)găsesc sensul vieții.
- Pentru că iubesc drumețiile și călătoriile – iar Via Transilvanica este un vis care le adună pe toate.

Dacă am emoții?

Bineînțeles că am. Nu știu ce mă așteaptă pe acest drum, chiar dacă e în România. Voi merge pe poteci necunoscute, prin păduri, sate, munți, și voi întâlni oameni și animale – poate prietenoase, poate nu.

Dar totuși ceva îmi spune că voi fi protejată.

15 martie 2024 (A 113/AMR 137 VT)

Antrenamentele continuă! De trei zile ies pe ploaie – o ploaie mărunță, rece, care-mi intră în suflet. După o oră și ceva o simt până-n inimă. E frig, așa că încep să alerg, măcar ca să mă încălzesc. Surprinzător, am parcurs chiar mai mulți kilometri în același timp.

Mă bucur că am ocazia să simt vremea așa cum e, să mă obișnuiesc cu disconfortul. Deocamdată alerg pe trotuare, nu am testat cum e să merg prin noroi. Dar urc și cobor pante prin parc, iar în weekend ajung până în Parcul Carol, unde fac ture pe scări, să simulez diferențele de nivel.

Viața de drumeț începe cu pași mici... dar siguri.

21 martie 2024 (A 119/131 VT)

Weekendul a fost plin de antrenamente intense: sâmbătă am urcat și coborât scările de patru ori în Parcul Carol, pentru a testa și diferența de nivel, iar duminică am făcut o tură de lac în Herăstrău, depășind în fiecare zi 15 km. Oboseala s-a făcut simțită, mai ales noaptea, în picioare, dar am continuat zilnic plimbările de dimineață prin Drumul Taberei, indiferent de vreme. Rămâne încă provocarea să revin la obișnuitul meu program de trezire la 5 dimineața.

Aproape în fiecare zi vorbesc online cu Elena, femeia care a ales să pornească alături de mine în această drumeție. Ne împărtășim gânduri, încercăm să ne cunoaștem mai bine, să legăm o conexiune reală, apoi vorbim despre călătoria noastră. Ne susținem reciproc, zi de zi, în antrenamente și emoții. Suntem două ființe diferite, din medii și locuri diferite, cu povești și experiențe unice, dar avem un punct comun puternic: drumul Via Transilvanica și entuziasmul de a-l parcurge împreună. Fiecare vine cu darurile ei, iar împreună ne completăm.

Ne întrebăm ce ne va aduce această călătorie – oameni noi, provocări, lecții de viață. Cum ne va schimba? Ne va apropia și mai mult sau ne va scoate la iveală blocaje ascunse? Vom fi oglinzi una pentru cealaltă? Sunt multe întrebări în mintea mea și o teamă blândă de necunoscut, dar mai ales o curiozitate profundă.

Cu câteva zile înaintea noastră pleacă și Cristi, un amic din grupul de sportivi cu care mai țin legătura online din când în când. Experiența lui în anduranță mi se dovedește foarte utilă – îmi trimite linkuri, sfaturi, liste despre drumeție și echipament minimalist. Ajutorul lui va fi neprețuit când voi porni la drum.

22 martie 2024 (A 120/130 VT)

Măine pornesc într-o mică călătorie pe litoralul Mării Negre, pe Drumul Mării & drumul Smereniei – o tură de peste 20 km, pe nisip, în liniște și conectare cu elementele naturii: apa, aerul, focul și pământul. Vom merge din Eforie Nord până la Costinești, iar ziua se va încheia în Cheile Dobrogei. Este al doilea eveniment organizat de mine, dar

această ediție este doar pentru o zi, însă este un bun test pentru drumeția cea mare care mă așteaptă.

25 martie 2024 (A 123/127 VT)

Astăzi nu am reușit să mă mobilizez pentru plimbarea zilnică. A plouat afară, iar eu am simțit nevoia să lenevesc până târziu în pat, până pe la 8:00. Noaptea trecută am dormit aproape 10 ore – cred că aveam nevoie de acest somn adânc, mai ales că ultimele zile au fost extrem de solicitante, în special mental și emoțional. Presiunea pe care mi-am pus-o mă face să mă întreb, mai mult ca oricând: chiar sunt pregătită pentru această mare aventură, pentru Via Transilvanica?

Fizic, știu că mai am mult de antrenat ca să pot rezista zile în șir, cu rucsacul în spate și cortul mereu cu mine. Sunt o femeie de oraș, cu fiecare gest și obicei care o trădează. Dar asta nu mă oprește să parcurg VT. Conștientizez că va fi o provocare uriașă, că îmi voi împinge limitele la extrem.

Mintea însă e un adversar puternic. Vrea să mă protejeze, să-mi spună că e mai bine la căldurică, într-un pat moale, cu libertatea de a mă trezi și plimba când vreau, fără să renunț la confortul meu. „De ce să stric armonia asta? Unde să mă duc în necunoscut? Poate mă așteaptă pericole, ploaie, lipsă de hrană, căldură, insecte...”

Toate aceste frici se adună și mă încorsetează, dar știu că trebuie să le înfrunt.

Și câte nu poate zice mintea...

Iar eu ce să fac? Să o ascult neconținut?

Sau să-i spun: „Da, știu ce spui, poate ai dreptate, în felul

tău. Dar de data asta vreau să încerc altceva. Îți mulțumesc pentru grija ta, pentru toate avertismentele. Probabil mai ai multe de spus, dar stai tu liniștită acolo! Eu mă descurc.”

Simt o protecție nevăzută. Simt că Dumnezeu are grijă de mine și mi-a trimis doi oameni care mă susțin pe acest drum.

Pe de o parte, este Elena, partenera mea de călătorie. Ea spune mereu că este binecuvântată, că Dumnezeu m-a trimis în calea ei. Dar, de fapt, lucrurile stau invers. Elena este o femeie a satului, născută la Târgu Jiu, cu o casă în natură, aproape de locurile natale. Muncește zilnic, face antrenamente pe dealuri și prin păduri, trăiește și simte natura cu adevărat.

De aceea, eu sunt cea cu adevărat binecuvântată, pentru că Dumnezeu mi-a trimis-o pe ea în cale. Cunoaște atâtea despre plante, animale și viața rurală! Cum m-aș descurca eu fără un astfel de ghid valoros?

A doua persoană pe care Dumnezeu mi-a trimis-o este Cristi. Este sportiv și ciclist profesionist, cu mii de kilometri parcurși în curse diverse, inclusiv Turul României pe bicicletă. Este obișnuit cu supraviețuirea în situații dificile și un pasionat al muntelui, petrecând mult timp în natură, inclusiv la pescuit cu cortul. Cunoaște bine detalii despre campare și ce provocări pot apărea pe traseu. Va porni pe VT cu câteva zile înaintea noastră, devenind astfel o busolă prețioasă pentru drumul nostru.

Aproape zilnic vorbesc cu Elena și Cristi prin mesaje, schimbăm idei, liste și sfaturi despre ce mai trebuie luat și cum să ne pregătim. Ne susținem reciproc, conștienți că o astfel de călătorie cere energie și sprijin nu doar fizic, ci și

psihic și energetic. Elena îmi oferă înțelepciunea naturii, iar Cristi, cu energia lui masculină și cunoștințele practice, mă face să mă simt în siguranță. Îmi verifică mereu lista și modul în care împachetez rucsacul, pentru a-l face cât mai ușor. Acum, pot spune cu încredere că sunt aproape pregătită pentru această aventură care mă așteaptă.

Bine, mai sunt câteva lucruri de pe listă de cumpărat. Însă toate la timpul lor.

Între timp, trebuie să refac planificarea antrenamentelor și să introduc și câteva ore de workout pe săptămână, ca să pot susține toată această călătorie.

26 martie 2024 (A 124/126 VT)

Astăzi am făcut 7,7 km, cu greu... Am lenevit în pat până la 7:30, deși îmi propusesem să mă trezesc la 5:00 pentru a-mi obișnui corpul cu ritmul matinal al drumeției.

Pregătirea mentală e la fel de importantă ca cea fizică. Știu că 1.400 km parcurși în 40-50 de zile, cu 25-35 km zilnic și nopți la cort, înseamnă un test de anduranță complet. Tocmai de aceea mă antrenez și pentru rezistență psihică, nu doar pentru mers.

VT e un drum care se poate face și pe bucăți, în ritmul fiecăruia, dar eu am ales provocarea completă – un exercițiu de supraviețuire și transformare personală.

27 martie 2024 (A 125/125 VT)

Și am ajuns la jumătate de drum (antrenament) până la marea aventură.
