

***“HOW MANY ROADS MUST A MAN WALK DOWN, BEFORE YOU CALL HIM A MAN?” BOB DYLAN  
QUANTE STRADE DEVE PERCORRERE UN UOMO, PRIMA CHE LO SI POSSA CHIAMARE UOMO?***

Restare con la voglia di partire o partire con il desiderio di tornare, basta andare avanti, piano ma avanti e saper sorridere dopo un altro giorno sotto la pioggia, il sole o il vento, la fatica e il sudore, e tanti chilometri in più nelle scarpe con il motto “un passo alla volta mi basta”. Ci si mette in cammino ancor prima di partire, prima con la testa e poi con il corpo, un passo dietro l’altro riappropriandoci della nostra libertà e del nostro spazio. E’ sempre esistito un popolo che cammina e neanche lo sa, che fugge da tutto o da niente, poi, vi è chi cammina per moda altri per passione, chi per salute e chi per sport e chi solo per il gusto di farlo, sono tutti validi motivi per iniziare. E’ anche il modo di viaggiare più antico e primitivo che spazia dal felice vagabondare fino al viaggio spirituale, dalla passeggiata alla corsa, quelli che inconsapevolmente fanno atletica. Non c’è bisogno di andare lontano, serpeggiano silenziosi la mattina presto, anche nei sentieri e per le strade del nostro paese, persone di ogni età, che correndo oppure camminando testimoniano la purezza dello sport. Camminare inoltre è un movimento naturale degli arti inferiori, che tutti noi facciamo ogni giorno per spostarci da un luogo a un altro, non è soltanto andar da un posto, la partenza, a un altro, l’arrivo, a volte o spesso nel minor tempo possibile. Quindi chi è il più furbo tra noi, chi lo fa per necessità o io che poi mi ritrovo al punto d’inizio dopo aver percorso chilometri e chilometri? Poi quando inizi non vedi l’ora di finire ma poi a casa non vedi l’ora di ricominciare. Nel mio caso, potremmo dire di un ritorno alle origini accompagnato solo dalla mia ombra che mi segue sul manto asfaltato del percorso. Correre determinate gare serve per sentirmi vivo, vivere di una libertà unica e anche per provare a spingermi verso e oltre i miei limiti cercando di superarli, guardando al passato per affrontare il presente ed essere pronto per il futuro azzerando i km della vita. Durante le corse, inoltre, ci si arricchisce conoscendo gente dotata di personalità, umanità e saggezza in armonia con ciò che li circonda, e molto spesso più felici di noi. Parlare con loro mi aiuta a risvegliare emozioni, sensazioni, sentimenti e comprendere meglio le distanze, non solo quelle terrene, inoltre mi aiutano a mettermi in gioco aggiungendo quel sale che condisce la quotidianità. Passo dopo passo si raggiungono traguardi impensabili a provare a realizzare i nostri sogni, senza dover per forza di cose arrivare da qualche parte. Sono affamato del paesaggio che mi circonda e correndo mi ritrovo a sognare, a volte mi sento come le nuvole in un cielo senza confini che giocano a rincorrersi in piena libertà una dietro l’altra senza meta, e, solo per poco di diventare il sogno di me stesso, un eterno giovane, poiché i sogni non svaniscono finché o si dimenticano o si realizzano. Sognare è saper aprire il cuore per imparare ad ascoltare i segni della passione, come spettatori privilegiati che ascoltano la propria musica, quella colonna sonora scritta e diretta col proprio ritmo, e ad ogni passo un suono diverso, con le gambe sostenute da una testa motivata che vive grazie alle proprie emozioni, solo così si può andare avanti sia nella corsa sia nella vita. E’ faticoso, e allo stesso tempo affascinante e seducente, e l’intensità con cui vivi questi momenti ti aiuta a conoscerti meglio e a liberare la mente, a tornare in possesso delle tue emozioni riappropriandoti del tempo perduto senza fretta.

Crescere mettendosi alla prova, bisogna aver fiducia delle proprie capacità per dare il massimo, con il cervello e le gambe che comunicano tra loro. Esiste un altro modo per volare ed è correre, sensazioni che si provano quando gambe cuore e cervello si muovono in sincrono, in simbiosi dove non sai chi fa cosa ma sai che è stato fatto. Il cervello corre il cuore pensa e le gambe pulsano. Sono un dilettante della corsa, cioè provo diletto, non è necessario che debba piacere, ma è indispensabile che la corsa dia piacere. A volte ci si domanda se quanto si ha in mente di fare è pura follia o sopravvalutazione delle proprie capacità, posso solo rispondere che per me non esiste una risposta reale. Per chi corre non c’è niente di meglio che una gara e respirare la fatica, sentire l’odore di una libertà unica e fotografare il vento. Oggi si fa di tutto per non fare fatica, e chi va controcorrente è ammirato per questo. Io amo la corsa, ve l’ho già scritto, e come innamorato anche quest’anno le mie vacanze le ho dedicate principalmente a lei, una “gita” romantica di diciassette giorni rincorrendo il sole, da est verso ovest inseguendo atmosfere nuove che regalano emozioni uniche.

MXXV così scrivevano i romani, tradotto milleventicinque chilometri in Francia, lungo il percorso del fiume Loira con i suoi paesaggi e i castelli, luoghi magici e poetici passando da terreni germogliati di girasoli attraversando distese di vigneti arrivando infine a coltivazioni giallo-oro di grano. Tre settimane con la testa a decidere e le gambe pronte (non sempre) a eseguire, dove le centinaia di chilometri ti prendono gambe e pensieri, dalle gambe salgono prepotentemente per attraversare il cuore e arrivare nella testa, al cervello, con quella forza devastante di un’emozione intensa come l’amore nella sua fase acuta, è il risultato felice di un percorso. La fatica non è solo stanchezza ma un amplificatore di emozioni che ti travolgono di una forza unica. Poiché la corsa è una ricerca di luoghi è un’avventura che va solamente interpretata e non finisce mai, la calma arriva soltanto quando s’incomincia ad agire, superato il punto morto dell’attesa, poi con naturalezza tutto scorre dolcemente, come il fiume Loira compagno di questa esperienza. Saper riscoprire la storia e l’anima e assaporarla questa è l’avventura e la magia. Le diciassette tappe di gara con il suo percorso montano all’inizio e pianeggiante poi, avevano come meta i campeggi disseminati lungo il suo percorso e la pista ciclabile come principale interprete della corsa, il più dei km lungo il canale laterale, navigabile in mezzo alla natura con i suoi silenzi, e a volte scorci di strade giuste come vie di collegamento tra un tratto e l’altro. Il percorso si costruiva sotto i nostri piedi che baciavano il suolo e le sue sponde, oltre alle strade semplici che passano in un attimo che dura un’eternità, la poesia che si respira attraversando un ponticello in un villaggio stile ottocentesco con la melodia del fiume che scorre accanto a noi e coinvolge con la sua brezza donandoci benessere e spensieratezza. A volte la partenza di tappa sotto un cielo stellato dove sai che ogni punto in cielo è una storia da raccontare e ascoltare, per transitare sotto un sole cocente che ci fa sentire il caldo dell’inferno, che neanche immersi nella Loira riusciremo a rinfrescare i nostri corpi, per giungere alla fine a star bene come in paradiso.

Un itinerario storico straordinario, un viaggio, un'esperienza da cui si esce diversi, dove è bella anche la fatica, hai la sensazione di aver scalato l'Everest, hai toccato la terra e guardato il futuro con occhi diversi e incominciato a credere in te stesso. Che tu creda di potercela fare o no avrai sempre ragione. E' stata una sfida contro le avversità ma principalmente contro me stesso e ho cercato di unire gli occhi con il cuore per vedere la vita sotto una prospettiva diversa più profonda e tranquilla. Ci sono state tante vicende durante la corsa e dare un valore a ogni situazioni diventa difficile, dai risultati dopo sforzi intensi al cercare di fuggire via per poi tornare sui propri passi e assecondare la emozioni che ci restituiscono ciò che ci avevano tolto ... Mi son svegliato in un sogno baciato e abbracciato dal sole, e non è solo la linea d'arrivo, è il percorso con tutte le sue sfumature, il destino che sgambetta accanto a noi e che accompagna i desideri con i sogni che si scontrano con la realtà. Noi abbiamo il solo compito di vivere fino in fondo i nostri desideri. In alcune gare non ci sono avversari, ma soltanto compagni di viaggio, amici che condividono la stessa avventura, che vivono lo stesso momento di felicità o di tristezza, con un mondo da esplorare e la curiosità di un bambino. La vittoria sta nell'aver affrontato l'ignoto e aver trovato amici non avversari, coinvolgerli e renderli partecipi, è vero che la corsa ci divideva, al via diventa competizione, ma c'era la fatica condivisa e il dialogare con loro, vivere le stesse sensazioni/emozione a unirci. Il risultato di tappa era solo un argomento di discussione e felicitazioni, non un vanto del risultato, vivevamo lontani dal cronometro inoltre l'arrivo è solo un falso traguardo, la vita continua finché vi è qualcuno pronto a raccontarla e ricordarla ma soprattutto disposto ad ascoltare, riflettere e re-imparare perché la corsa come la vita non è mai monotona ti dà la possibilità di interpretare incontri ti dona paesaggi emotivi e il contatto con la natura, inoltre luoghi incontaminati di una bellezza da vivere che valorizza l'armonia in sintonia con la terra che attraversiamo, pace e serenità, il rivedersi e ritrovarsi nei dipinti di un viaggio di scoperta. Per la cronaca la sfida ai 1025 km si è finita dopo poco meno di centodieci ore in quarta posizione. L'obiettivo era divertirsi, e il tempo finale non era il vero obiettivo piuttosto essere capace a tagliare il traguardo.

Un ringraziamento va a Voi tutti per il continuo sostegno e per la fiducia che riponete in me a ogni nuova sfida, oltre che agli amici per la forza che mi danno per continuare durante competizioni così estreme.

A tutti voi cari Amici auguro un Sereno S. Natale e buone festività .

### Saluti da Stefano Molteni

