

## CORRERE E' UNA FILOSOFIA

Una delle domande più frequenti che vengono rivolte agli atleti che si cimentano nella corsa e che gli stessi atleti si rivolgono, è perché si corre oppure chi ce lo fa fare.

“Si corre per dimostrare il proprio valore, per recuperare la propria infanzia, per agguantare la propria libertà, per dare più senso alla propria vita o per costruirsi una diversa, per provare emozioni, perché si è un po' folli e perché si cerca nel caos contemporaneo, di trovare il proprio scampolo di solitudine. Si corre per migliorare la propria salute per provare dolore e per imparare ad accettarlo, in un costante esercizio di determinazione, fino a diventare abbastanza resilienti da far fronte a qualunque ostacolo esistenziale. E ancora si corre, anche, per spogliarsi dei condizionamenti e fare qualcosa solo per sé, perché si è competitivi, perché si ama la natura, perché si sente l'esigenza di immergersi nel paesaggio, per scappare dalla povertà, per affrontare incubi e paure”.

Queste sono solo alcune delle motivazioni di cui prova a fare l'elenco Gaia De Pascale a conclusione del suo libro “Correre è una filosofia” sottotitolo “perché si corre” (Ponte alle Grazie 2014 Adriano Salani Editore s.u.r.l. Milano) dedicato a chi come noi ama questa splendida disciplina e ci cimentiamo ogni domenica in improbabili scalate e incantevoli percorsi. Ognuno è invitato a dare la propria risposta, l'autrice semplificando scrive che in definitiva “Si corre perché correre piace. Correre rende felici. La felicità del niente..... La felicità del non aver nessuna risposta per una domanda, del non saper giustificare quello che si sta facendo”. “Eccola qui, continua, la felicità della corsa, il gusto di un gesto senza senso, che non produce niente, che non serve a niente. Nemmeno il traguardo conta. Nemmeno il risultato..... partire anche se si sa che non si arriverà mai primi, fare qualcosa di grandioso senza lasciare traccia”. L'autrice conclude citando una frase di Kilian Jornet “Non è più forte colui che arriva primo, bensì colui che gode maggiormente facendo ciò che fa”. “Vince chi gode di più. In fondo quale felicità più grande si potrebbe rincorrere?”.

Mi sembra una delle migliori risposte ai nostri interrogativi, ai nostri tentennamenti e che da sola giustifica la nostra ostinata voglia di essere sempre presenti finché lo desideriamo.

Leonardo Carrozzo