

LA PIU' STRAORDINARIA DELLE AVVENTURE

Mettersi di fronte ad un giorno, farlo penetrare fino in fondo ai polmoni, senza preoccuparsi di ciò che sarà domani e riuscire, per quel giorno, a dimenticarsi di ieri.

Stupirsi di quanto sia possibile sentirsi leggeri decidendo che ventiquattr'ore possano essere un'irripetibile cornice per una piccola o grande storia a sè.

Rispondere alle telefonate con un sorriso che si senta anche dall'altra parte, col meglio della voce, col respiro regolare e prendersi il tempo per pensare a quel che si dice.

Gioire di un buon imprevisto e goderlo fino in fondo, senza curarsi della fretta ... fosse solo un conoscente che non vedi da anni.

Masticare con calma il "pane quotidiano", parlando con chi ti sta accanto delle cose di quel giorno.

Farsi una lunga doccia calda e sensuale godendo del piacere di accarezzarsi la pelle scivolosa.

Ascoltare la voce del cuore che sa sempre quello che vuole.

Mettere le redini alla paura e non preoccuparsi, più di quel tanto, della precarietà.

Guardarsi allo specchio ed accettare sul tuo corpo i sentieri, le colline e i deserti che la vita vi ha disegnato.

Fermarsi a guardare un pezzettino di mondo catturandovi l'infinito bello che, sempre, ha da regalare.

Lavorare facendo vibrare tutti i muscoli del cervello e del corpo con la volontà di dare il meglio di se stessi.

Sorridere se non si è riusciti a fare tutto e gratificarsi per quello che si è riusciti a fare.

Non rimandare mai una carezza, un bacio o un gesto d'amore per mancanza di tempo, dando per scontato che l'altro, comunque, possa aspettare.

Ciondolare pigri in uno stato di assenza temporanea, per dare respiro ai pensieri.

Affrontare il furioso temporale del progresso, aprendo un ombrello per proteggere il nostro habitat e coltivare il rispetto per noi stessi.

Avere il coraggio di fare scelte evitando il tranello dell'attesa di qualcosa o qualcuno che possano decidere per noi.

Scoprire nei "no" un modo diverso per arrivare ad un "sì".

Essere fieri della nostra unicità in un mare di facce tutte diverse ed accettare i propri limiti, "unici".

Accorgersi che esistono anche gli altri.

Arrivare a sera passeggiando verso il sonno, con la certezza di avere contribuito alla costruzione di una bellissima e irripetibile storia di ventiquattro ore è davvero uno stato di grazia e la più straordinaria delle avventure.