



# UN'INESAURIBILE FONTE DI PIACERE

**S**e ti è richiesto di narrare un'esperienza, traducendo in parole le emozioni, i pensieri, i vissuti, i profumi e i colori, immediatamente si è sopraffatti da una leggera ansia! Poiché raccontare emozioni ed esperienze evitando di essere banali, prolissi, noiosi, o peggio illeggibili, è davvero complicato.

Proprio questo mi è stato chiesto, ossia di rendere in forma scritta l'intangibilità di un'esperienza che coinvolge più aspetti: il piano emozionale, sociale, relazionale, sportivo e ambientale.

Una "gita del C.A.I.", detta così può sembrare semplicemente una "gita del C.A.I.": una meta, un luogo, un percorso e un gruppo d'individui, ma poi quello che potrebbe apparire un giorno come un altro si svolge davanti a te come un'esperienza di vita, significativa, che include una meta e un luogo accuratamente scelti, un percorso sapientemente pianificato, e un gruppo di persone che divengono piacevolmente dei "volti amici", delle strette di mano, delle risate, dei racconti di vita e di viaggi, ed allegria, vissuta in un giorno che rimarrà un piacevole ricordo.

E' così che una "gita del C.A.I.", per quanti sono dotati di una buona dose di sensibilità, può rappresentare "un'inesauribile fonte di piacere", un piacere qualitativamente rilevante, che quando capita di richiamarlo alla memoria, ritorna con gli stessi colori brillanti, la stessa luce intensa, le medesime piacevoli sensazioni, insomma una "mindfulness formato C.A.I."!

Per pervenire a questo stato di momentanea beatitudine e "*cuorpienezza*" è però necessario essere responsabili rispetto all'impegno che ognuno deve mettere in campo affinché una "gita del C.A.I." possa essere vissuta e ricordata con piacere. E poi, essere grati per quanti investono tanto del loro tempo libero affinché tutto vada liscio e per trasformarla in qualcosa di più.

Ed è proprio quest'aspetto che ho immediatamente percepito alla mia prima partecipazione a una "gita del C.A.I.": la sensazione di accoglienza e condivisione, l'impegno di ognuno per rendere speciale e piacevole un giorno in montagna, la capacità di vedere nell'altro una risorsa e di rispettarne i tempi e i "limiti", abbandonando almeno per un giorno la frenesia e l'affanno competitivo meramente sportivo.

*Cristina B.*

