

# VIENNA – BUDAPEST IN NOVE GIORNI: METAFORA E METAFORE PER LA VITA

di Silvia Bissolati



Non dico nulla di nuovo se affermo che il viaggio è una metafora della vita. Un viaggio in bici poi lo è in modo particolare. Un viaggio in bici da Vienna a Budapest insieme ad altre 30 persone lo diventa in modo speciale. Ripensando a quei giorni di intensità unica raccolgo gli intrecci tra vita e pedalate.

## PREPARARE



Preparare il bagaglio per un viaggio in bici è contemporaneamente un'operazione semplice e difficilissima. Semplice e veloce perché la scelta è limitata a poche cose, giusto quelle che le borse possono contenere. Difficile perché individuare l'essenziale costringe alla rinuncia al superfluo, ma che succede se anche il superfluo ci sembra essenziale e necessario?

Così nella vita, quando circondarci di cose ci fa sentire meglio, più sicuri e più felici. Almeno ci sembra.

## PARTIRE



Ogni partenza è un miscuglio di emozioni: entusiasmo, aspettative, immaginazione ma anche un briciolo di ansia e timore per tutto ciò che non sai e non puoi prevedere. Partire con un progetto, un impegno, un lavoro o un'esperienza nuova costringe a lasciare sicurezze e ambiti di cui si riconoscono bene i confini per avventurarsi in territori poco conosciuti e in relazioni poco familiari.

Anche partire con la bici è dirsi pronti a sperimentare tutto questo.

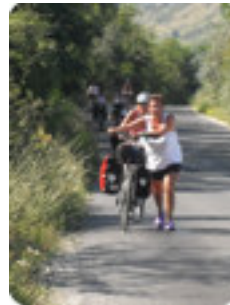
## PRENDERE IL RITMO



Il gruppo parte un po' disordinato, velocità diverse, ognuno un po' preoccupato di verificare se tutto è a posto, ok le borse sono ben fissate, c'è tutto quel che serve a portata di mano, qualche chilometro per abituarsi alla bici nuova e a capire come funzionano 'sti benedetti cambi', ma poi la lunga fila di bici si snoda sinuosa sul lungo Danubio e sembra un unico corpo che si muove in armonia. In realtà non è sempre così, talvolta il serpentone si sfilaccia, si spezza in più punti, si accorcia e si incastra per poi ricomporsi e procedere in un ritmo nuovo.

Anche la vita è un movimento non sempre armonico, anzi, a volte sembra di perdere del tutto il ritmo e di restare indietro o addirittura di tornare indietro. La bellezza è poter e saper sempre ripartire, magari sperimentando un modo diverso di affrontare la vita, un ritmo nuovo, in armonia con chi ti cammina accanto.

## FATICA E IMPREVISTI



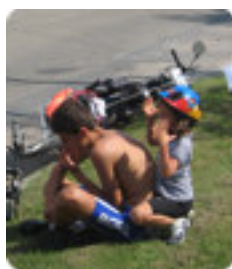
Beh, la fatica non tarda a farsi sentire, soprattutto a chi, come me, non è stata molto diligente con l'allenamento e ha avuto la sgradita sorpresa di incontrare l'Ambrosia Artemisiafoliae in piena fioritura e di essere allergica.

Ma dalla fatica si impara molto. Prima di tutto ad ascoltarsi ed accettare i propri limiti. Così cominci a sentire ogni parte del tuo corpo, i piedi sui pedali, le gambe che dopo un po' sembrano muoversi da sole, su e giù, su e giù, le mani un po' sudate attorno alle manopole del manubrio, le braccia e le

spalle che scottano sotto il sole, e poi la schiena e soprattutto il collo a volte così dolente forse per la posizione da riaggiustare, e che dire del sedere, per fortuna protetto dall'imbottitura e da selle ultramorbide delle quali alla fine sembra prenderne la forma. Aggiungiamo i sintomi sgradevoli dell'allergia e il gioco è fatto.

La cosa bella è che tutto questo sentire il proprio corpo obbliga a entrare in contatto con esso e quindi con se stessi in modo più profondo, e così scopri che puoi maledire o imparare a convivere con le parti di te che vorresti giuste diverse o con gli imprevisti della vita che non avevi certo messo in conto. Alla fine capisci che fa stare molto meglio una consapevole e serena convivenza, facendosi aiutare da un po' di autoironia, che non guasta mai.

## RELAZIONI



Sarà perché son sempre più convinta che nella vita ciò che conta sono le relazioni umane, tutto il resto è un contorno, anche questo viaggio si è rivelato una ricchezza proprio da questo punto di vista. Rispetto al giro dello scorso anno mi sembra di aver avuto molto

meno occasioni di chiacchierare pedalando; il tipo di percorso e il ritmo sostenuto non sempre permettevano di appaiarsi per scambiare qualche parola. Ma mi sorprende a pensare che non è il numero di parole scambiate che mi permetterà di non dimenticare visi e sorrisi, c'è qualcosa che passa oltre il parlare, che non vorrei descrivere, e che resta. Questo mi fa pensare che porto con me qualcosa di ognuno dei componenti del gruppo.

Ancora una riflessione. La vita è fatta sì di relazioni durature, costruite, elaborate ma anche di incontri brevi, talvolta casuali, apparentemente poco significativi, ma che colorano un momento, riempiono un vuoto, risvegliano la consapevolezza che chi ti passa accanto è sempre un mondo da scoprire.

## PREGHIERA



Ho provato a pregare pedalando. Ho provato ad adattare le parole al ritmo delle pedalate e nello stesso tempo del respiro. E' stato come pregare con tutto il corpo.

Mi è venuto in mente che, per chi crede e quindi anche per me, a volte diventa un problema quanto quando e come

pregare. Ma pedalando pensavo che ogni momento della nostra vita potrebbe diventare preghiera, qualsiasi cosa stiamo facendo potrebbe diventare una "preghiera vivente".

## PAUSA E RIPOSO



Che delizia quelle pause, quelle fontane d'acqua fresca o la possibilità di stendersi all'ombra dopo decine di chilometri al sole. Assaporare la beatitudine della pausa e del riposo. Saper mollare il peso della fatica o della stanchezza, anche se sai che la pausa è breve e che presto dovrai ri-

partire.

Quanto è difficile, nella vita, lasciarsi andare al riposo, liberare la mente da pensieri, programmi, e preoccupazioni, dal controllo ostinato di tutto. *Relax*, diceva Jimmy con la sua impeccabile pronuncia inglese. Ha ragione.

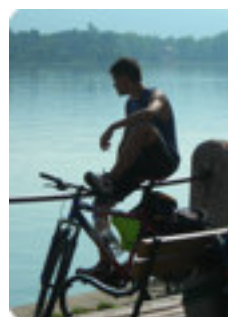
## ARRIVO



L'arrivo, sia quello finale a Budapest che quello ad ogni tappa, è sempre stato accompagnato da una sensazione di profonda soddisfazione, tanto da dimenticare presto la stanchezza e da sentire subito la voglia di andare alla scoperta del nuovo che ci accoglieva.

Questo mi fa pensare che nella vita ogni arrivo, ogni obiettivo raggiunto, ha già in sé l'inizio di percorsi nuovi, di nuove scoperte. Mi fa pensare che è bello non fermarsi, non sentirsi mai sazi e arrivati del tutto, perché dietro l'angolo c'è sempre una sorpresa, una piazza con delle fontane zampillanti di luce in cui tuffarsi.

## SERENITA'



Mi sembra la sensazione prevalente durante tutto il viaggio. Se dovessi esprimerla con un suono vorrei che fosse il trillo del campanello della bici. Ogni volta che la serenità verrà meno nella mia vita suonerò il campanello, almeno con l'immaginazione, e son certa che il suono rievocato mi riporterà a quella bella sensazione.

E mi fermo qui, ma potrei continuare ancora, tante sono le suggestioni: aspettare, traghettare, affidarsi, contemplare, diversità, pazienza e tolleranza... son tutte parole che collego al nostro viaggio e che si fanno contenitore di nuovi pensieri. Ma ognuno di noi ne ha certamente molte altre.

E di questo siamo tutti più ricchi.

Grazie di cuore.

Silvia