



Vissi d'arte... e di cucina

dai miei fornelli e dintorni...

[Home page](#)

[About](#)

[Indice ricette](#)

[...e son soddisfazioni!](#)

[Starbooks anch'io](#)

mercoledì 14 ottobre 2015

## La mia corsa per Alessandra

E' passato poco più di anno da quando Alessandra non c'è più. Avrebbe vent'anni, era l'amica delle scuole elementari di mia figlia. Non c'è giorno in cui non pensi a lei, le dedichi un piccolo pensiero, sfiori la sua foto che ci sorride dalla nostra libreria, la stessa che vedete qui accanto.

Era una ragazza splendida, solare, forte. Come forti, fortissimi sono i suoi genitori, che hanno saputo reagire a questo indicibile dolore nel miglior modo possibile: perdonando, aprendosi al mondo invece di chiudersi, ricordando Ale con le lacrime ma anche con il sorriso. E dedicando a lei un piccolo grande progetto, una borsa di studio e un premio artistico intitolato come la sua bellissima tesina della maturità: **Viva la Vida**.

Ricordo che il giorno in cui appresi la terribile notizia alla sera andai a correre, non riuscivo a stare in casa, non riuscivo a stare ferma. Correvo nel parco e piangevo, correvo e parlavo da sola, dicevo non è possibile non è giusto non è vero, a ogni passo mi sembrava di sprofondare sempre più nell'angoscia. Quella corsa non l'ho dimenticata mai più, oggi so che mi ha aiutato a superare lo choc.

E da quel giorno dedico tutti i miei allenamenti ad Alessandra e ai suoi genitori: quando sono stanchissima, quando non ho voglia di uscire, quando mi sembra di non farcela a fare un altro passo, penso a loro e alla loro forza d'animo, al loro coraggio, alla loro generosità... ed ecco che un altro chilometro riesco a farlo, ecco che il cronometro segna un tempo migliore, ecco che la salita non è più così ripida.

Domenica scorsa ho partecipato insieme a migliaia di altre persone alla **DeeJay Ten**, una 10 km per il centro di Milano che è ormai diventata un vero evento. Una corsa allegra, colorata, alla quale partecipano podisti di tutti i tipi, dai più agguerriti ai gruppi di amiche che la percorrono passeggiando. A tutti i partecipanti viene data la stessa maglia e il bello è che la si può personalizzare: chi scrive il proprio nome, chi quello del proprio club, chi fa lo spiritoso ("Follow me", "Lumaca", "Brad Pitt"), chi corre in coppia ("Mogliettina" & "Maritino", "Lui" & "Lei")...

La mia maglia quest'anno non poteva che essere dedicata ad Ale, a Paola e Carlo.  
Grazie per il vostro esempio, grazie per accompagnarmi a ogni passo.  
Il mio miglior tempo di sempre, 10km in 56'47", è per voi!

Viva la vida



per ricordare Alessandra



Proud to be:



Sono una Starbooker!

STARBOOKS



vissidicucina.blogspot.com



vissidicucina.blogspot.com



Cerca nel blog

Cerca

scrivimi qui:

vissidicucina[at]gmail.com

Vissi Di Cucina Cb

facebook

Crea il tuo badge

per non perdere neanche un post:

Submit



foto dal sito deejayten.it