Vademecum per l'ESTATE

Inviato da Redazione
martedì 10 luglio 2012

Sembra che si stia avvicinando un periodo di discesa, dopo molto pedalare su e giù per i pendii dell'impegno quotidiano.

Si spalanca ai nostri occhi una stagione piena di possibilità, e tra queste numerose opportunità!

Prima di affrontare l'estate è bene avere le idee chiare su "cosa fare", "come", "con chi", ma soprattutto sul... "perché".

Parte con il piede giusto l'estate di chi ha saputo dare motivazioni, senso, direzione a ciò che sceglie.

L'estate prima di tutto è un serbatoio di tempo libero, tempo a nostra disposizione, che possiamo riempire... ma non sprecare!

E allora E.S.T.A.T.E. è...

Espressione!

Dopo alcuni mesi trascorsi a marciare su sentieri pre-definiti, concediamoci la libertà di fare ciò che sentiamo possa far bene alla nostra crescita. Chiedere aiuto, sentire il parere di genitori, amici, persone fidate, sono ottimi strumenti per non permettere che lo sfavillante sorriso post-fine scuola si tramuti presto in un broncio annoiato.

Sintesi!

Il maggior tempo libero favorisca una riflessione sul cammino fatto durante l’anno.

Sintesi è: fare un bilancio delle attività svolte, vedere quali veramente ci sono state utili, quali invece sono state superflue, dove abbiamo investito bene il nostro tempo e dove invece lo abbiamo sprecato…

Così facendo, nell’arco dei tre mesi avremo guadagnato una bella panoramica sull’anno trascorso e a settembre avremo le idee chiare su quali strade continuare e quali invece modificare.

Tempo!

Una voragine di tempo da cui essere risucchiati, ecco cosa può essere l'estate per chi non sa progettarla.

Chi si trova a dover “riempire” la propria estate non ha saputo darsi degli obiettivi, scegliendo per la sua crescita delle mete e sviluppando i percorsi per raggiungerle. Il periodo estivo diventa così il tempo della 'pacchia', si parte con l'unico obiettivo di riposarsi e godersi la vita liberi da impegni.

Mai valicare il limite dell'oggi: non ci sono né progetti, né grandi appuntamenti; si vive alla giornata così come capita. Il tempo si consuma un po’ come viene... ed è veramente facile adagiarsi sul morbido cuscino dell'ozio.

Chi trascorre in questo modo il tempo estivo sarà in grado solo di chiedere “cosa mi può dare la vita?”, invece di scombinare le carte dicendo “cosa posso dare io alla vita?”.

Abbronzatura!

Insieme alla pelle, cerchiamo di abbronzare anche le nostre relazioni: coloriamo i pallidi tentativi di amicizia che abbiamo mosso durante l’anno per conoscere meglio le persone che ci stanno accanto, instaurare rapporti rinnovati che non sbiadiscano a settembre.

L'estate è il tempo propizio per nuovi incontri, per allargare le amicizie e incontrare nuovi volti.

Anche la famiglia stessa può cogliere le vacanze come l’occasione di ritrovare un’unità persa tra i ritmi incalzanti della quotidianità, sia per i fortunati che andranno in villeggiatura, sia per quelli che rimarranno intrepidi nel solleone cittadino.

Televisione!

Gli esperti dicono che con l’avanzare della stagione estiva potrebbe diffondersi un disturbo definito come

“Pollice Arrossato”,

dovuto al prolungato zapping televisivo concentrato nelle ore del primo pomeriggio.

Complice la poltrona in cui sprofondare e la semi-oscurità del salotto dovuta al semi-abbassamento delle persiane.

Indicazioni terapeutiche: staccare gli occhi dall’apparecchio televisivo almeno ogni dieci minuti; evitare programmi di basso profilo; fiondarsi all’aria aperta non appena la temperatura lo permette.

Altro rimedio molto efficace potrebbe essere investire il tempo libero in un nuovo hobby, nel coltivare una passione, e ancora sostituendo il tubo catodico con riviste, libri, buona musica o uno strumento musicale tra le mani.

Estetica!

Questa parola, chissà perché, rimanda subito il pensiero agli ultimi ritrovati della cosmesi, quando invece, nel suo significato primo, si riferisce alla scienza che studia il bello nella sua essenza e nella sua forma.

Che l’estate sia davvero un tempo in cui ricercare ancora di più le cose belle e ad amarle nella loro essenza!

La bellezza si manifesta straordinariamente in due forme principali: il corpo umano e la natura.

La cura del corpo e dell’abbigliamento nel tempo estivo è un piacere, rendersi attraenti ai propri occhi e a quelli degli altri, presentare un immagine gradevole della propria persona è salutare per sè stessi e per quanti si incontrano. La bellezza è un canone etico da valorizzare oggi in quella prospettiva della cura dell'immagine che sappia, però, andare oltre all'esteriore e cogliere la bellezza in tutta la pienezza, fisica ed interiore, di ogni persona.

Tutto questo senza scadere nell’esibizionismo e nella volgarità. Anche se non si risolverà mai l’eterna questione tra fedelissimi di spiagge infuocate e prodi scalatori d’alta quota, l’importante è fare una full immersion di natura e disintossicare i polmoni da tossine e polveri sottili.

Gustiamo la bellezza del creato e di tutto quello che l’uomo ha realizzato.

Che il mese di settembre sia il momento per far pendere tutti dalle vostre labbra all'udire le vostre invidiabili imprese estive, non tanto per la loro stravaganza, quanto per l'intensità e il gusto che hanno lasciato in voi!

Buone Vacanze!

don Marino, Padre Angelo, la redazione di sannicolatoritto.it

da (Giovani per i Giovani) Maggio 2005 - autore: Chiara Bertato - Francesca Marcon in:
http://www.donboscoland.it/articoli/articolo.php?id=1140