PAGINE DI SPORT

Dentro ogni sport
una storia da raccontare

OPERA PRIMA

Concorso di
scrittura creativa
edizione
2024 -2025

Racconti
Scuola
secondaria
di primo grado

UNIVERSITÀ CATTOLICA del Sacro Cuore

ISTITUTO GIUSEPPE TONIOLO DI STUDI SUPERIORI
ENTE FONDATORE DELL'UNIVERSITÀ CATTOLICA DEL SACRO CUORE

Apis Amore per il Sapere ETS

indice

Vincitori

03 Lasciatemi vincere

10 Mi chiamo Parfait Hakizimana

15 Tra passione e pressione. La sfida di Matteo

20 Oltre il limite

Menzioni

25 La mia storia in bicicletta

30 Pattinatrice

35 Come se volassi

40 Falena

Lasciatemi vincere

Martina Baserga

Scuola San Carlo Borromeo - Inverigo (CO)

Sono Anna Levi e sono ebrea. Ormai questa è l'unica cosa importante. È da tanto tempo che non vivo più a casa mia. Passo le mie giornate a giocare a pallavolo contro il muro della mansarda di un amico di mio padre che si è offerto di nasconderci fino alla fine della guerra. A volte gioco con mia sorella minore. Spesso penso a come siamo arrivati a dover vivere come clandestini, nascosti e senza la possibilità di farsi vedere da nessuno.

Eccomi, mi vedo davanti alla porta di casa con un pallone in mano. Mi ricordo tutto come se fosse accaduto ieri. Stavo aspettando le mie amiche per poter uscire a giocare con loro.

Mentre aspettavo guardavo la targhetta sul cancello. C'era scritto: <<Carlo Levi e Myriam Segre>>; i miei genitori. Mentre ero assorta nei miei pensieri arrivò Maria, la mia migliore amica.

Presi il pallone e ci dirigemmo verso il parco dove Carola, Emma e Alice ci aspettavano per iniziare la nostra partita giornaliera. Adoravo giocare con loro. Quando schiaccio sono veramente felice. E' una sensazione fortissima, mi fa sentire piena d'energia. Quando gioco tutti i pensieri volano via e mi lasciano libera di correre per poter raggiungere quella sfera volante che pian piano si avvicina al suolo, ma che non deve cadere mai.

Quel giorno, quando tornai a casa, la mia famiglia era riunita attorno al tavolo. Le mie sorelle sembravano terrorizzate, ma le espressioni sconvolte sui volti di mamma e papà sembravano ancora più preoccupanti. Avevano appena spento la radio. Mi avvicinai a loro e la mamma cominciò a parlare dicendo che voleva dire la verità anche a me. <<La notizia che abbiamo appena sentito è tragica. Con le leggi razziali noi ebrei avremo meno libertà>>. Io, spaventata, presi il pallone e corsi in giardino. Andai sul retro e mi misi a schiacciare contro il muro. Avevo le lacrime agli occhi e non

volevo fare altro che stare lì da sola col mio pallone. Quando si fece buio dovetti rientrare. Vidi la mamma intenta a preparare la tavola per la cena. Mi guardò preoccupata, io non dissi nulla. <<Non puoi più andare a scuola>>, mi disse con voce tremante. <<Non puoi più fare quello che facevi prima. Non puoi più andare al parco a giocare con le amiche. Giocherai qui, con le tue sorelle>>. Non volli sentire altro, scappai nella mia stanza.

Il giorno seguente aspettai le mie amiche alla solita ora, ma non arrivò nessuno. Ad un certo punto la mamma mi passò di fianco con due borse per la spesa. <<Vuoi venire con me? Devo fare le scorte per la settimana>>. Accettai. Non mi chiese perché avessi il pallone in mano. Tornando a casa vidi le mie amiche al parco. Mi precipitai da loro, forse non mi avevano vista, quindi cercai di catturare la loro attenzione. <<Ehi ragazze. Perché non siete venute da me?>>. <<Vai via, sporca ebrea!>>, mi gridarono contro. <<Sono io, Anna. Perché non siete venute?>>. <<Non siamo tenute a darti nessuna spiegazione, ebrea!>>. Dopo aver detto questo se ne andarono senza degnarmi di uno sguardo. La mamma si era già avviata verso la casa. Io iniziai a correre. Arrivata a casa, presi il pallone e giocai col muro; l'unico vero amico che non mi avrebbe lasciato mai sola.

Gli anni successivi sono stati orribili. Siamo rimasti in Italia. Per non essere scoperti, dopo il 1943 ci siamo rifugiati in questa mansarda. L'amico di papà ci rifornisce di cibo e dei pochi libri rimasti. In Italia molte famiglie ebree stanno scomparendo e temiamo che presto verranno a prendere anche noi.

13 Gennaio 1944

Il giorno peggiore di tutta la mia vita. Palleggio contro il muro della mansarda, è l'unico modo che ho per non pensare a quello che sta succedendo. Quando ho in mano questo pallone mi sento invincibile, sembra che niente mi possa fare del male, ma in realtà non è così. Verso l'ora di pranzo dei soldati entrano nella casa. Si sentono i loro passi e le loro voci rauche che dicono di cercare degli ebrei. Io sto ancora giocando; uso sempre più forza per non pensare. La mamma mi dice di smettere, io l'ascolto, ma è troppo tardi. I soldati hanno sentito il rumore dei tonfi della sfera contro il muro e salgono in mansarda. I passi sono sempre più forti, le loro voci basse, in contrasto con quelle disperate e fragili dei proprietari della casa, mi fanno rendere conto di quello che sta accadendo. In pochi secondi tutti e cinque ci troviamo circondati dai militari che ci portano verso un camion pieno di ebrei diretti verso la morte. Io incomincio a piangere. So

che è colpa mia se siamo finiti su quel camion. Tutti cercano di consolarmi, ma io non voglio essere consolata. Vorrei una palla, vorrei schiacciare più forte che posso per tirare fuori tutta la rabbia, ma non posso; allora mi limito a piangere. Ad un certo punto ci fermiamo. Ci fanno scendere in fila e ci caricano su un treno. Gli uomini gridano in una lingua che non riesco a decifrare, una lingua dura, come se anche essa volesse trasmettere l'odio verso di noi, uomini comuni con un unico difetto: essere ebrei. Tutto questo mi fa venire voglia di piangere ancora di più, ma mi fermo. Non riesco più a fare nulla: piangere, parlare, respirare. Dopo un tempo senza fine, ore, giorni, il treno si ferma. Sono ancora spaventata, non riesco a muovermi. I soldati ricominciano a gridare nella lingua dell'odio. Ci fanno scendere dal treno e ci mettono in fila. Davanti a noi c'è un cancello con la scritta "Arbeit macht frei". Come la loro lingua, anche quel cartello mette paura. In questo momento vorrei solo tornare nella mansarda a giocare con quella palla che mi fa sentire così forte ed invincibile. Oltrepassiamo il cancello. C'è un gran trambusto, tutti cercano con lo sguardo parenti di tra la folla. Mi giro e non vedo i miei genitori, solo la mia sorellina più piccola. In quel momento mi accorgo di quanto ci assomigliamo. Io non sono molto alta, perciò lei mi arriva alla fronte, anche se ha dieci anni; ne abbiamo due di differenza. Mi avvicino, le prendo la mano. Sono ancora terrorizzata, ma quella mano tremante mi fa pensare che, se sono stata io a mettere una bambina piena di speranza in questa situazione, allora sarò io a proteggerla. Nel frattempo la fila avanza, io e Dalila, la mia piccola speranza tremante, seguiamo la folla. Lei sta piangendo. Cerca la mamma, io mi giro sperando di trovarla. Non la vedo. Cerco Ester, mia sorella maggiore. Non c'è. Cerco mio padre, ma non vedo neanche lui. Stringo più forte la mano di Dalila. Lei mi guarda, mi chiede aiuto senza dire niente, continua a piangere. Dopo pochi secondi dice: <<Voglio la nostra palla>>. Solo io posso capire quella frase. Ha paura. Vuole una cosa che le dia sicurezza. Io incerta le rispondo: <<Presto l'avrai>>. Annuisce. Ha capito cosa voglio dire: le sto promettendo di sopravvivere insieme a lei a quell'orrore che ci circonda e di cui non conosciamo il motivo. Non riesco più a guardarla, i suoi occhi sono ancora pieni di lacrime. Mi volto e con lo sguardo seguo la fila di persone che vanno verso la loro ingiusta fine. Più andiamo avanti, più le urla diminuiscono. Poi capisco il perché. Stanno incidendo dei numeri sulla pelle delle persone. Ecco, in pochi secondi comprendo ciò che sta accadendo. Dopo pochi attimi mi ritrovo con un numero sul braccio: 14960. Ecco il mio nuovo nome:

14960. Non ho il coraggio di leggere quello di mia sorella, per me lei rimarrà sempre Dalila, non un numero troppo lungo per essere ricordato. Sono sicura che se continuerò a chiamarla con il suo nome, continueremo ad essere delle persone. Cammino con la testa bassa per non avere la tentazione di guardare Dalila negli occhi. Passa il tempo e io non ho ancora alzato la testa. Guardo avanti. Stringo forte mia sorella. Un militare ci guarda dritte negli occhi. Dice qualcosa di incomprensibile e ci indica una baracca dove stanno entrando altri bambini. Ci dirigiamo da quella parte. Dalila non dice niente finché non entriamo. Non dico nulla, perché davanti a me vedo tantissimi bambini. Nessun adulto. I nostri genitori? Non ho tempo di pensare a loro, ora devo pensare a Dalila. Qualche minuto dopo entra nella baracca una donna. Anche lei parla la lingua dell'odio ma, quando vede le nostre facce impaurite, inizia a parlare in italiano con un forte accento tedesco. Ci dice di toglierci i vestiti e di indossare degli strani abiti che ci consegna velocemente. Poi ci mette in fila e ci rasa i capelli. Mia sorella non piange più. Credo che non abbia più la forza per farlo. Passano minuti che sembrano ore. Ci indicano il nostro letto. Dalila si sdraia e si addormenta, io mi siedo accanto a lei e la guardo pensando a quello che potrebbe accadere.

Capisco che l'unico modo per sopravvivere è quello di non pensare a quello che mi circonda, devo pensare a qualcosa che mi faccia stare bene. Il mio sguardo incrocia un cumulo di terra che assomiglia ad una palla. Ecco a cosa devo pensare: a ciò che mi ha sempre reso felice. Mi sdraio vicino a Dalila e mi prometto che quando uscirò da qui dovrò diventare una professionista. Voglio giocare seriamente, con una vera squadra, delle compagne e una rete abbastanza alta da obbligarmi a saltare per poter schiacciare. Mi addormento anche io.

Tutti i giorni faccio gli stessi pensieri, è questo che mi fa sopravvivere. Voglio giocare a pallavolo, voglio stare con delle compagne, voglio vincere. Devo sopravvivere. Mentre sono persa nei miei sogni, la porta si spalanca ed entra una luce. Scendo dal letto e guardo verso di essa. E' la donna venuta a portarci quella scarsa razione di cibo che ci è concessa. Sveglio Dalila, lei vuole solo dormire, solo così non pensa alla guerra. Ci avviciniamo alla donna con la nostra ciotola. Non ho energie, non riesco più a manifestare alcun sentimento, però non voglio arrendermi. Sono in fila con mia sorella per il cibo.

Ormai non ci spintoniamo più per essere i primi, molti di noi non riescono a muoversi. Arriva il mio turno. La donna ha il viso cupo come ogni giorno, io no. Lei riempie la ciotola, io la guardo in volto per la prima volta da quando siamo qui. <<Grazie>>. Non so perché ringrazio la persona che ci sorveglia in questo carcere, ma non mi dispiace farlo. Guardo Dalila, mi capisce. <<Grazie<< dice anche lei con meno convinzione. La donna rimane stupita dalla nostra risposta. Prende la pentola e si dirige all'esterno.

Passano i mesi, arrivano altri bambini. Molti non sopravvivono. I giorni sono tutti uguali. Ogni giorno aiuto mia sorella a pensare a quando potremo nuovamente giocare a palla insieme: la promessa di sopravvivere a quell'orrore.

26 Gennaio 1945

Domani sarà il mio compleanno. Ormai non ricordo più a Dalila la mia promessa, perché mi sembra irrealizzabile. Non so come abbiamo fatto a restare in vita fino ad ora, ma non riesco più a pensare di farcela. Come ogni giorno, però, penso alla pallavolo. Il regalo più bello che potrei ricevere sarebbe quello di uscire da questo posto e poter entrare in un vero campo da pallavolo. Ma non voglio sperare invano, cosa più importante, non voglio far sperare Dalila.

27 Gennaio 1945

<<Alzatevi. Vi portiamo in un altro posto; più sicuro>>. Sono queste le prime parole che sento appena mi sveglio. <<Più sicuro>>. Ormai sono terrorizzata. Ogni volta che i soldati pronunciano la parola sicuro accade qualcosa di orribile: muoiono delle persone, scompaiono o, se tornano, non si alzano più dal letto. Ci portano fuori. Ci mettono in riga e ci spiegano come avverrà lo spostamento. <<Qui non è più sicuro. Dobbiamo spostarvi. Vi metterete in fila. Se rallentate, se vi fermate o se vi lamentate verrete uccisi e lasciati lungo il cammino. Ora muovetevi abbiamo perso già troppo tempo>>. Tutti abbiamo le facce cupe, temiamo di non farcela. Prima di farci uscire mettono in fila i più grandi. Nel frattempo la donna si avvicina a me. <<Vi hanno promesso di salvarvi. Non è vero, verrete uccisi in ogni caso. Se mi seguite avete la possibilità di salvarvi>>. La guardo confusa, ma non ho altra scelta. Annuisco. <<Vedi quel capanno. Dovete nascondervi lì. Non dovete muovervi per nessun motivo. Dovrete rimanere lì finché non sentirete voci in una lingua diversa, stanno arrivando gli americani.

Appena li sentirete correte qui. Loro vi salveranno>>. Annuisco ancora. <<Ora, andate!>>. Prendo Dalila per un braccio <<Andiamo>. <<Dove?>>, il suo sguardo è perso. Mi accosto al suo orecchio: <<Ti ho promesso di tornare a giocare apalla e così sarà>>. Mi guarda impaurita, ma non fa resistenza. Corriamo nella baracca e facciamo esattamente come ci ha detto la donna. Dopo qualche ora sentiamo delle parole in inglese, corriamo fuori. Siamo salve. Non lo so. Non so come siamo riuscite a sopravvivere fino ad ora, non so perché non ci abbiano uccise prima, non so perché abbia ascoltato i consigli della donna tedesca. Non riesco a darmi una risposta. Ma l'importante è che siamo vive.

In realtà credo di sapere perché non mi sono arresa prima. Voglio giocare, voglio schiacciare, voglio vincere.

La guerra è finita. Nessun altro membro della mia famiglia è sopravvissuto.

Torniamo in Italia e ci rifugiamo ancora dagli amici di papà. Con Dalila decidiamo ben presto di andare via da un Paese che ci ha perseguitato e ci ha privato dei nostri cari. Grazie agli amici di papà raggiungiamo dei parenti di mamma in America.

Passano gli anni. Io continuo a giocare a pallavolo. La mia passione cresce ancora di più negli Stati Uniti. Qui ho la possibilità di entrare in una vera squadra; un squadra a livelli nazionali. Partecipo alle selezioni per entrare nella squadra statunitense. Ci metto tutta la passione e la voglia di essere lì. Qualche giorno dopo mi arriva una lettera: mi hanno presa. Sono entusiasta. Inizio a correre per tutta la casa. Non so cosa fare, rido, piango.

1956

Oggi è il giorno della mia prima partita nel campionato mondiale. Appena entro nella palestra mi sembra tutto nuovo, come se non sapessi più come giocare. Sono agitata come non mai. Entro in campo con il numero nove. Sono in battuta. Prendo la palla e mi sistemo al mio posto con la sfera stretta fra le mani. Non so perché, ma non riesco a muovermi. Rimango ferma con la palla tra le mani come quel giorno di tanti anni fa. Immediatamente tutto intorno a me si ferma. Rimango sola con i miei pensieri. Quelle strisce colorate mi fanno ripensare a tutto quello che mi è successo fino ad ora. Subito mi ricordo il motivo per cui sono qui: voglio schiacciare, voglio giocare, voglio vincere. L'arbitro fischia, io ritorno al presente, mi concentro. Sono entusiasta, voglio giocare. L'ansia sparisce e

mi lascia libera di correre dovunque. In pochi secondi ritorno quella bambina che voleva solo avere qualcuno con cui giocare; la stessa che promettevaalla sorella un pallone che temeva di non trovare. Divento la persona più forte al mondo, non ho più paura. Batto e inizia la partita. Per tutto il tempo continuo a pensare alla promessa che mi ero fatta su quel letto, nella baracca del campo, tanto tempo fa: <<Devo sopravvivere, voglio realizzare il mio sogno; devo vincere>>. Io le promesse le mantengo sempre.

Mi chiamo Parfait Hakizimana

Electra Ge Herrera

I. C. Padre Gemelli Torino

Avevo sei anni. Stavo preparando lo zaino per andare a scuola. Uscii di casa con la mamma e insieme iniziammo ad incamminarci verso la scuola. Lei aveva l'abitudine di accompagnarmi fino all'ingresso, mi dava un bacio sulla guancia e, mentre salivo le scale, mi salutava con la mano prima di avviarsi verso casa. Camminavo lungo la via, solite botteghe, solito ibisco all'angolo della casa gialla e mi guardavo attorno. Tanti bambini, ragazzi e adulti passeggiavano tranquillamente e, accanto a me, la mia mamma che mi teneva per mano dolcemente. Ma all'improvviso...

Bang! *Urla*..
Bang bang!

Macchine scure come la pece, ruote enormi e vibranti correvano sulla strada a gran velocità, come inseguite da un mostro spaventoso. Uomini con passamontagna scuri e armi da guerra iniziarono a sparare contro la gente che, fino a pochi istanti prima, camminava tranquilla pronunciando voci e parole che sapevano di mercato e profumi. Bang bang bang! Fu questione di un attimo. Sentii un dolore lancinante al braccio. Lacrime di dolore cominciarono a rigarmi le guance. Un proiettile mi aveva colpito e un foro profondo mi bruciava la carne. Un rivolo ghiotto di sangue scorreva e gocciolava lungo il gomito.

Avevo paura. Occhi appannati. E urla, da ogni parte. La mamma mi aveva nascosto dietro di sé, per tenermi al sicuro. Uno scudo di carne viva, pulsante. Un muro colorato di stoffa a fiori e trecce colorate. Bang! Bang! Bang! E lei cadde. Si afflosciò sul marciapiede, come un pupazzo senza imbottitura. Occhi spalancati, bianchi, gonfi di paura, incastrati nei miei. Un foro profondo

segnava la sua fronte bagnata di rosso. Un filo sottile e la mamma appesa come un funambolo. E paura di cadere. “MAMMA!” Mi accasciai vicino a lei, scuotendola con le mani tremanti. Piangevo. Tremavo. Mi girava la testa. Vedevo sfocato, come attraverso una lente spessa e opaca. Sentivo i passi concitati della gente. E grida. E pianti. E tremore. I terroristi e i carri neri sfrecciavano. Come insetti impazziti e veloci. Ma in quel momento, per me, contava solo la mia mamma, distesa a terra. Gli occhi le si chiusero e per lei ci fu il buio.

Da quel giorno passai due anni in ospedale, tra operazioni e medicine, per salvare il mio braccio forato. Tuttavia nulla funzionò e il mio arto divenne un oggetto inutile, ingombrante. Avevo undici anni. Ero a casa da solo, aspettavo mio papà a casa. Quel giorno mi aveva promesso di portarmi un regalo speciale. Un regalo che però non sarebbe mai arrivato. Qualcuno bussò alla porta. Era un uomo di mezza età, curvo e stempiato. “Tuo padre è morto” sentii uscire dalla sua bocca. In quel momento il mondo mi crollò addosso. Di nuovo.

Quattro semplici parole mi tagliarono il cuore per la seconda volta. Un incidente in moto me lo aveva portato via. Non sapevo più che fare. Tutto faceva troppo male. Non avevo più niente e nessuno. Ero solo. Ma decisi di combattere e mi concentrai sullo studio, volevo impegnarmi. Ogni giorno la stessa storia. Mi alzavo, andavo a scuola, tornavo a casa, studiavo, mangiavo e andavo a dormire. Tutto da solo, senza nessuno. Ricordo che un giorno, mentre stavo tornando a casa dopo la scuola, notai casualmente un ragazzo che si allenava tirando calci, nel vuoto, schivati dall'aria. Trovavo qualcosa di particolare in quei gesti, qualcosa di libero. Ero incantato da quei movimenti precisi e taglienti, fatti di equilibrio e concentrazione, di urla e di sguardi. Volevo sperimentare anch’io quello sport. Non resistetti all’istinto di avvicinarmi a quel ragazzo e tirare calci al cielo, insieme a lui. "Scusa" lo chiamai da lontano. "Che cosa stai facendo?" Il ragazzo si girò, mi guardò e sorrise. Era un ragazzo sulla quindicina d'anni, alto e snello. Aveva due occhi verdi che ti penetravano l’anima. "Sto facendo taekwondo" mi rispose guardandomi negli occhi. "Tae..che? Che cos’è? È una specie di cibo straniero?" dissi ridendo, nell’evidente incapacità di ripetere quel nome. "No, non hai capito. Il Taekwondo è un' arte marziale, sai, si tirano calci, per difendersi" mi spiegò. Io facevo fatica a comprendere, ma trovavo tutto spettacolare al punto che non riuscivo a staccare gli occhi da quella lotta. "Ah sì sì, ho presente” finsi “Ma dove hai imparato? Sei così bravo" gli dissi.

Lui mi guardò e al complimento sorrise. <<Grazie mille. Comunque, se ti interessa, mia zia ha una scuola di taekwondo, piccola ma funzionante>>. A quelle parole, i miei occhi si illuminarono di speranza. Trovavo quelle informazioni una via di fuga dai miei pensieri tristi e dai problemi che non mi abbandonavano mai. <<Quindi, potrei partecipare anch'io alle lezioni?>> gli chiesi. Desideravo imparare a dare i calci al vento. Il ragazzo mi fissò per un attimo, come se stesse contemplando le informazioni necessarie per elaborare una frase e, successivamente, gli spuntò un grande sorriso sulla faccia.

Ma certo! Ho solo bisogno che i tuoi genitori firmino un foglio per iscriverti al corso" mi disse, scompigliando amichevolmente i miei capelli. <<Oh... ma se non ho i genitori?>> Chiesi, evitando l'argomento. "Non li hai? Non fa nulla, sarò io il tuo allenatore!" Lo guardai con gli occhi sgranati, pieni di aspettativa e di fiducia. <<Sul serio?! Davvero me lo insegneresti?>> Lui mi sorrise di nuovo, accennando un leggero movimento con la testa, dall'alto verso il basso. E poi un sorriso gli si allungò fino alle orecchie. Io ero sorpreso. <<Ma perché? Perché vorresti insegnare a un ragazzo come me?>> E lo dissi guardando ciò che rimaneva del mio braccio inutile. <<Un ragazzo che non può neanche pagarti?>>. Lui mi guardò con un sorriso gentile. "Perché credo che tutti debbano avere la possibilità di imparare qualcosa di bello come il taekwondo.

Non ti preoccupare, finché sarò io ad allenarti non dovrai pagare nulla". La gioia stava esplodendo nel petto, una forza incredibile mi spingeva a crederci. Avrei cominciato il giorno dopo. Quello fu il primo passo della mia carriera. Quel ragazzo, o meglio, il mio allenatore, mi aprì la strada verso un mondo diverso. In quel momento stavo per sperimentare le arti marziali. E lo feci con un braccio poco funzionante. Nel 2015, scoppiarono delle forti violenze nel Burundi, il mio Paese. Avevo 27 anni, ero tranquillo a casa e stavo preparando il borsone per il solito allenamento di Taekwondo a scuola. Presi la giacca, infilai le scarpe e acchiappai le chiavi di casa. Prima di uscire, presi al volo una mela e iniziai a camminare a passo svelto verso la scuola, felice. Qualche giorno prima era stato eletto il nuovo presidente che, però, mi accorsi, non era molto apprezzato dalla popolazione. Attraversai le strisce pedonali, mi mancava solo girare a destra, proseguire dritto e svoltare a sinistra.

In lontananza vidi una grande folla tutta raggruppata in massa e, in mezzo ad essa, fumi bianchi si levavano verso l'alto, strizzati e confusi tra la gente. La folla gridava, si dimenava e i poliziotti davanti ad essa continuavano a spingere per fermarla, ma quel gruppo infinito di individui furiosi li spingeva

con una rabbia infernale, tutti scontenti del nuovo presidente. Vedevo quei gomitoli di persone davanti alle case, nelle strade, nei giardini. Ogni giorno, tutte le settimane. A marzo però, tutto diventò più violento.

Era sabato, faceva caldo, e io ero con i miei amici al parco, che giocavo a basket in un campo vicino alla piazza principale, proprio là dove si trovava la sede della radiotelevisione nazionale.

Rubai palla, iniziai a palleggiare verso il canestro e saltai per fare centro. Sì, lo so, non sembra. Anche se avevo un braccio che non funzionava e che ancora adesso non va, me la cavavo abbastanza bene a giocare a basket. La palla attraversò la rete e, con un tonfo ovattato, colpì il terreno e rotolò via. Io rimasi appeso per pochi secondi all'aureola di ferro rossa, prima di lasciare la presa e atterrare in piedi come un gatto. Esultai per un canestro meritatissimo, prima di sentire un tonfo tanto forte da sembrare un terremoto. I miei amici e io ci guardammo un secondo. "Cosa è stato?" disse uno di loro. <<Non lo so, forse i lavori che stanno facendo al palazzo là in fondo alla via>> risposi. E ricominciammo a giocare. Pochi secondi dopo, un altro tonfo. E poi un altro ancora. Ci fermammo improvvisamente e ci girammo verso la piazza. Altre proteste. Le persone erano tutte ammassate contro il portone e battevano all'unisono le mani, per farsi sentire. Un tonfo, grida, parolacce contro le guardie e un altro tonfo ancora. Le guardie cercavano di far calmare la folla, ma era troppo arrabbiata per essere fermata. In quel periodo le proteste e i morti erano molti, soprattutto dopo il colpo di stato fallito. Io e i miei amici continuammo a fissare, immobili, quelle marionette di pelle viva che manifestavano, fino a che... Uno, poi due, infine tre spari. Un silenzio di un millesimo di secondo passò, prima delle urla. Urla di terrore. Tra quelle persone, ne scorsi una cadere, afflosciata al suolo. Come il corpo di mia madre.

Quel giorno non ne potei più. Scappai dal mio paese per andare in Rwanda. Arrivato lì, non avevo nulla. Nemmeno il Taekwondo. Fino a quando trovai una bellissima comunità sportiva che mi accolse e finalmente potei ricominciare. Anni dopo, qualcuno bussò alla porta. Avevo 32 anni. <<Hey Parfait, hanno bussato>> disse mia moglie con mia figlia in braccio. <<Vado io>> dissi, mentre mi allacciavo le scarpe. Corsi verso la porta e la aprii. Un uomo vestito elegante si presentò alla mia porta di casa. <<Buon pomeriggio, ha bisogno di qualcosa?>> chiesi con aria curiosa. <<Lei è Parfait Hakizimana?>> domandò l'uomo. <<Sì sono io, c'è qualcosa che non

va?>> L'uomo mi fissò per un attimo prima di rispondere. <<Sì, volevo parlarle della sua posizione di atleta di Taekwondo qui a Bujumbura. Lei è stato scelto per partecipare alle Paralimpiadi di Tokyo nella squadra dei rifugiati quest'anno>> disse lui sorridendo e porgendomi la mano. Io sorrisi e gliela strinsi. <<Grazie mille, farò il mio meglio per impegnarmi e vincere>> dissi fiero di me stesso, fingendo sicurezza. L'uomo mi sorrise e si allontanò. A quel punto, chiusi la porta di casa e iniziai ad esultare. Abbracciai mia moglie e mia figlia, che sembravano non capire. Finalmente potevo realizzare il mio sogno, partecipare alle Olimpiadi! Ricordo che il giorno della gara ero molto nervoso ma felice allo stesso tempo.

Ero nello spogliatoio con la mia allenatrice, mi stavo riscaldando, mentre lei mi informava su ciò che dovevo fare. <<...E nel secondo giro sei contro il ragazzo brasiliano. Tutto chiaro Parfait?>> mi disse lei, mentre piegava a metà il foglietto della scaletta. Io mi stiracchiai per bene e allungai un po' la schiena. <<Tutto chiarissimo, capo>> le risposi, con una convinzione intensa. Volevo vincere. Lei mi fece un sorriso di incoraggiamento prima di sentire il mio nome pronunciato ad alta voce provenire dagli stereo del palazzetto. Spalancai la porta e mi avviai nel corridoio che portava al tatami. Arrivato sul tappeto mi strinsi la cintura del dobok e mi guardai attorno. Una quantità infinita di persone era incollata sugli spalti, applaudendo e fischiando. Lo stridore del pubblico mi dava fiducia. Potevo vincere. Rivolsi lo sguardo al ragazzo brasiliano davanti a me. Aveva una grande determinazione, si vedeva dal suo sguardo fiero sul volto. Entrambi facemmo un passo avanti, ci inchinammo e ci stringemmo la mano. Ero pronto. Sapevo di potercela fare. Ci allontanammo entrambi di qualche metro e ci mettemmo in posizione di combattimento. Il mio cuore batteva. Quei pochi secondi prima della parola dell'arbitro sembravano non finire mai. Fino a quando egli disse <<Shi-jak>>. E fu davvero un <<inizio>>.

Tra passione e pressione: la sfida di Matteo

Greta Prestifilippo

I. C. Paolo e Rita Borsellino Valenza (AL)

Bang, *bang*, *bang*!

I palloni che rimbalzano insistenti sul pavimento del palazzetto. Un miscuglio di voci su voci che cercano di prevalere sulle altre. Lo struscio delle scarpe da basket che fanno attrito sul pavimento: tutto questo rumore mi mette in soggezione come nessun'altra cosa e comunica al mio cervello che è l'ora di agire, di correre, di fare di tutto ciò che è in mio potere per vincere anche questa partita.

Eravamo i primi del campionato, stavamo vincendo tutto quell'anno. Non sarò modesto: principalmente era grazie a me. Certo, il basket è un gioco di squadra e in quanto tale è merito della squadra nel complessivo se si vince una partita, ma sicuramente fa comodo avere un playmaker talentuoso, che non salta mai un allenamento e mette il massimo impegno in questo sport, come me. Il fatto è che per me giocare a basket è una sorta di "anestesia". Come se, quando inizio a palleggiare, dimenticassi ogni problema che mi circonda. Prima di una partita muoio dall'ansia, ho paura di tutto, persino di toccare un pallone, perché le mie mani, per quanto sono sudate, se lo farebbero scappare in un attimo. Nonostante io confidi pienamente nelle mie capacità, quando è l'ora di metterle in pratica e dimostrare la mia bravura, mi faccio sopraffare dalle preoccupazioni. O almeno è così prima che la palla lasci la mano dell'arbitro sul lancio per il salto a due, e inizi finalmente la partita. Come dicevo, a quel punto è come un'anestesia: il mio cervello si resetta per un attimo e dimentico ogni pensiero che di solito non fa dormire, ogni complesso che spesso mi rende insicuro... in quel momento ci siamo solo io, i miei compagni di squadra, gli avversari, l'arbitro e la palla.

Inizia la mia performance, fatta di tiri da tre perfettamente eseguiti, movimenti difensivi da fare imbestialire il mio avversario, perché lo metto

nella posizione di non riuscire più a muoversi, palleggi e giochi con la palla che dimostrano come anni ed anni passati a giocare a questo sport, mi abbiano permesso di entrare in relazione con il pallone, tanto da muovermi con totale naturalezza.

Questa partita però non era come le altre: sarebbe venuto il presidente del Derthona Basket ad assistere, per vedere se mandare qualcuno di noi a giocare nell'under 17. Il mio allenatore contava su di me, e anche i miei compagni di squadra, dato che ci siamo sempre sostenuti a vicenda. L'idea che mi avrebbero preso mi eccitava moltissimo, chiaramente, ma questo scatenava in me un forte sentimento di ansia, più intenso del solito.

Appena iniziata la partita guardavo verso l'azione, ma il mio cervello era come spento e non prestavo veramente attenzione al gioco perché ero fin troppo concentrato sull'idea di non sbagliare niente. Questa volta l'anestesia non stava funzionando, la mia mente era intasata da preoccupazioni e pensieri negativi... ero in preda a una grande crisi d'ansia dovuta alla paura di sbagliare. Non sapevo più come uscire da questa situazione, era come se non avessi più il controllo del mio corpo, non riuscivo a reagire attivamente a ciò che accadeva intorno a me. Sì, mi muovevo, stavo correndo, ma era come se mi trovassi all'esterno del mio corpo, non controllavo esattamente ciò che facevo. Non mi era mai accaduta una cosa del genere, faticavo a comprendere persino dove mi trovassi in quel momento, ma ciò che mi preoccupava maggiormente non era la situazione in cui mi trovavo, quanto piuttosto come gli altri mi vedevano, come mi vedeva il presidente. Avevo paura di risultare strano, sperduto, come se non capissi niente, agli occhi di chi mi guardava. Dal mio punto di vista era come se tutto il pubblico del palazzetto avesse gli occhi puntati su di me, e tutti questi sguardi erano esigenti, mi giudicavano, volevano che agissi, che iniziassi a giocare come sempre. A quel punto non ho potuto fare altro che ascoltarli, ed iniziai ad agire, nonostante la confusione che avevo in testa. Ho rubato velocemente la palla al numero 6, ho iniziato a correre a canestro come non avevo mai fatto, mi ero lasciato tutti indietro, i compagni di squadra e avversari. Ci ero quasi riuscito mancavano pochi metri, finché non mi sono ritrovato a terra. Un dolore insopportabile alla gamba, le mie urla avevano sovrastato tutte le altre voci che inutilmente tentavano di prevalere sulle altre. Tutti gli occhi erano puntati addosso, mia mamma che urlava, mio papà che tentava di scendere dalle tribune facendosi spazio tra la gente ed

il mio allenatore si precipitava verso di me. Da qui, prima dell'operazione ricordo il suono dell'ambulanza e poco altro. Ho riaperto gli occhi nel letto dell'ospedale con mamma e papà seduti a fianco a me, che, ansiosi, attendevano il mio risveglio. Con calma, aspettando che mi riprendessi del tutto, mi hanno spiegato che quella brutta caduta, fatta la mattina precedente, nel bel mezzo della partita, mi era costata cara, perché mi aveva causato una frattura scomposta della tibia. Una volta in ospedale, dopo qualche ora mi avevano operato, e adesso avrei dovuto fare fisioterapia per riprendermi completamente. Dall'espressione dispiaciuta di papà compresi in fretta che questo significava che non avrei potuto giocare a basket per un po'.

Per quei giorni, quasi completamente di vita sedentaria, passati in ospedale, e anche quelli successivi, una volta tornato a casa, l'espressione sul mio volto, a detta di mia madre, era costantemente triste e annoiata. Le mie giornate erano vuote, senza gli allenamenti che tanto mi mancavano. Era come essere tornato alla mia vita da 11enne, prima di scoprire lo sport che mi aveva cambiato. Il basket era tutto ciò che avevo, ma in quelle settimane mi sono reso conto che non era sano quell'attaccamento così morboso. Avevo passato anni a nascondermi in questo sport, e adesso avevo perso la capacità di affrontare i miei problemi. Qualcosa era andato storto? Vado a fare due tiri al campetto. Ho litigato con i miei amici? Fa niente, oggi pomeriggio ho allenamento. Prendo solo brutti voti ultimamente? E vabbè, almeno a basket vado bene. Questa era esattamente la filosofia di vita con cui ho vissuto per anni. Rendendomi conto finalmente di questa cosa, ho capito che era l'ora di mettere fine ad essa.

Ho deciso prima di tutto di parlarne con i miei genitori, insieme abbiamo riflettuto a lungo e abbiamo concluso che sarebbe stato opportuno iniziare un percorso con uno psicologo, che mi ha aiutato a comprendere meglio i miei problemi: mi ha fatto rendere conto di soffrire di ansia da prestazione che appunto si manifesta principalmente quando gioco, inoltre abbiamo affrontato, durante le sedute, questa mia esagerata ossessione verso il basket, che a lungo andare non era più sana per me stesso.

Ammetto che questo periodo senza basket mi è stato di grande aiuto, sia per la guarigione della mia gamba chiaramente, ma anche per assumere la consapevolezza di alcuni miei "problemi" che prima ignoravo, solo a quel punto ero pronto per tornare in campo, forse, anche più forte di prima.

Era arrivato il giorno, quel lunedì pomeriggio mi sarei dovuto allenare di nuovo. Ero un po' in ansia all'idea di tornare dopo tempo: avevo paura che sarei stato <<guardato male>> dagli altri ragazzi rispetto a prima dell'accaduto. D'altro canto però non vedevo l'ora, morivo dalla voglia di allenarmi!

Una volta entrato in palestra mi è sembrato come se non ci andassi da anni, tuttavia era tutto così familiare: l'odore della gomma dei palloni mista al sudore degli atleti, il colore blu elettrico del campo e la porta grigia dello spogliatoio. Una volta lì davanti ho respirato profondamente, e poi l'ho aperta affrontando l'imbarazzo che mi aspettava. Sono entrato, non ho salutato nessuno, e timidamente mi sono diretto verso la panca per cambiarmi. Prima che la raggiungessi, un ragazzo, Andrea, l'ala grande, ha porto verso di me la sua mano per darmi un cinque. Poi con fare allegro ha gridato agli altri: <<Matteo è tornato!>> I ragazzi si sono precipitati verso di me, mi salutavano, mi davano pacche sulla spalla, ho notato un velo di preoccupazione nei loro occhi ma apprezzavo come cercavano di nasconderlo evitando l'argomento. I miei genitori avevano già spiegato il motivo della mia assenza al coach, che a sua volta, lo aveva spiegato a loro. Sapevano ciò che avevo affrontato negli ultimi mesi, non c'era nulla da spiegare. Mi sono diretto verso il campo e le preoccupazioni sono svanite. Quell'allenamento è stato stupendo, come poi quelli a venire, è stato come riscoprire la bellezza di questo sport. Ero spensierato, non c'era ansia, un po' di competizione verso gli avversari, ma non troppa, è necessario rispettare l'altra squadra per ottenere un gioco pulito e leale.

I miei compagni di squadra sono stati fantastici, in quei momenti ho capito quanto tenessi a loro. Lo sport ci ha permesso di costruire un rapporto d'amicizia che va oltre la competizione. Fra di noi non c'è gelosia, ci aiutiamo a vicenda per migliorarci.

Ormai sono passati mesi dal mio incidente - ma ci penso ancora, è stato molto costruttivo per me. Mi ha dato la possibilità di giocare seguendo sempre i valori che lo sport insegna: ogni vittoria richiede disciplina, impegno e dedizione, tuttavia non è bene allarmarsi e preoccuparsi in maniera eccessiva prima di una partita. Certo, essere un pochino ansiosi è normale, proprio perché giochiamo un po' tutti con l'intenzione di vincere, ma non è necessario chiaramente, andare in panico solo all'idea di toccare il pallone. Le sconfitte a cui faremo fronte saranno tante, è inevitabile, ma è

necessaria la consapevolezza che fanno parte del percorso, sono istruttive, perché è bene imparare dai propri errori. Domani dovrò giocare una partita importante e sono abbastanza agitato! Si terrà la finale del campionato under 18, per questo è necessario concentrarsi e giocare bene. Durante gli ultimi allenamenti ci siamo preparati adeguatamente, il coach ci ha fatto fare una serie di esercizi fisici e poi di tecnica. Alla fine dell'ultimo allenamento eravamo esausti! Ci siamo ripresi un po' gustando un'ottima pizza e poi ci siamo auto-augurati buona fortuna. Domani ci sarà la partita decisiva e, nonostante le tante preoccupazioni, confido in noi, so che andrà bene.

Non vedo l'ora di giocare e divertirmi!...

Oltre il limite

Martina Russo

Istituto Francesco Ventorino - Catania

Fin da piccolo, Diego sognava di diventare un calciatore, ma non uno qualsiasi: voleva essere il migliore. Il calcio non era solo un gioco per lui, ma una passione profonda che riempiva le sue giornate e i suoi pensieri. Ogni allenamento lo affrontava con interesse, dando tutto se stesso, ma nonostante l'impegno i risultati non erano quelli che lui desiderava. Non riusciva a comparire, mentre i suoi amici sembravano brillare naturalmente.

Il calcio, oltre a essere il suo sogno, era anche un modo per stare insieme ai suoi amici. Diego era un bambino solare, con una voglia incontrollabile di mettersi in gioco. Amava condividere le ore trascorse sul campo con loro, tra risate, sfide e sogni di gloria. Ma c'era un ostacolo: i suoi amici, molto più talentuosi, erano stati ammessi nella squadra più forte della città, mentre lui era stato escluso.

Diego si ritrovò a passare giorni e notti a piangere, cercando disperatamente di capire dove avesse sbagliato. Quella delusione lo portò a smettere di praticare sport per settimane, cadendo in un profondo sconforto. L'energia solare che lo aveva sempre contraddistinto sembrava svanita. Era difficile per lui accettare la situazione, e ogni tentativo di rialzarsi sembrava inutile.

Un cambiamento inatteso: il signor Burgio, il suo professore di educazione fisica, notò subito il cambiamento in Diego. L'atletica non era solo uno sport, ma una strada per ritrovare se stesso. Ogni corsa era un'opportunità per crescere, per mettere alla prova la sua resistenza.

Sebbene inizialmente non volesse interferire, capì che Diego aveva bisogno di una mano, di qualcuno che potesse ascoltarlo e incoraggiarlo. Così, un giorno, dopo una lezione di educazione fisica, si avvicinò a lui. <<Diego>>, disse con calma, <<sai che non è finita qui, vero? Forse il calcio

non è la tua strada, ma non significa che non hai talento. Prova qualcosa di diverso. Vieni domani a fare atletica con me. Non hai nulla da perdere." Inizialmente, Diego fu titubante. L'idea di cambiare sport gli sembrava una resa, come se stesse abbandonando il suo sogno. Ma il signor Burgio continuò a parlare con lui, a mostrargli un'altra prospettiva, e infine riuscì a convincerlo. Diego decise di provarci, di vedere se l'atletica potesse offrirgli qualcosa che il calcio non era riuscito a dargli.

I primi allenamenti furono difficili. La corsa era diversa dal calcio, richiedeva concentrazione, resistenza e una connessione profonda con sé stessi. Diego inciampava, si sentiva lento, ma non si arrese. Il signor Burgio lo incoraggiava, ricordandogli che il successo non si misurava solo con i risultati, ma con la forza di continuare a migliorarsi. <<Non correre per vincere, Diego. Corri per capire fin dove puoi arrivare>>, gli diceva.
Con il tempo, Diego cominciò a sentire qualcosa di diverso. Ogni allenamento lo avvicinava a una nuova versione di se stesso, più forte, più sicura. La corsa lo aiutava a liberarsi dalle frustrazioni, gli dava quella sensazione di libertà che aveva provato solo da bambino, correndo con Lucky nel parco. Trovò nell'atletica una passione genuina, un nuovo sogno da inseguire. Grazie a una nuova passione e alle relazioni che l'hanno sostenuto, in particolare il supporto del signor Burgio, Diego scoprì che l'atletica non era solo uno sport, ma una strada per ritrovare se stesso. Ogni corsa era un'opportunità per crescere, per mettere alla prova la sua resistenza. Ma non fu solo il professore a fare la differenza: Lorenzo, il suo migliore amico, giocò un ruolo fondamentale in quel cambiamento.

Lui era sempre stato il suo primo sostenitore. Non praticava sport, ma trovava sempre il modo di incoraggiare Diego con il suo talento artistico. Passava ore a disegnare fumetti in cui Diego era un supereroe, capace di correre più veloce della luce. <<Sei tu il mio eroe>>, gli diceva scherzando, ma per Diego quelle parole avevano un significato profondo. Lorenzo riusciva sempre a sollevare il suo morale, a ricordargli che aveva ancora tanto da offrire. Maria, sua madre, era un'altra figura centrale. Il suo amore incondizionato e la sua capacità di vedere il meglio in Diego gli davano la forza di continuare. <<Non importa cosa scegli, Diego. Qualunque cosa tu faccia, falla con il cuore>>, gli diceva, ed era proprio quello che Diego faceva ogni volta che indossava le sue scarpe da corsa.
Diego si svegliò di soprassalto quella mattina, aveva il cuore già accelerato.

La luce dell'alba filtrava timidamente attraverso le tende della sua stanza, avvolgendola in un tenue chiarore.

Si alzò, stirandosi lentamente e i suoi occhi caddero sulle scarpe da corsa che lo aspettavano accanto alla scrivania. Quelle scarpe consunte erano state fedeli compagne in ogni allenamento, e lui le guardò come si guardano le armi prima di una battaglia. <<Oggi ci siamo>> mormorò a sé stesso, sentendo un brivido di adrenalina percorrergli la schiena.

Entrando in cucina, il profumo del caffè lo accolse come un abbraccio familiare. Sua madre, con un grembiule legato in vita, stava sistemando la colazione sul tavolo. <<Buongiorno, campione>> disse con un sorriso luminoso. Il suo volto era segnato dalla fatica ma pur sempre radioso. <<Hai dormito bene?>> Diego si sedette e sospirò. <<Non troppo, mamma. Continuo a pensarci. La gara... e tutto il resto>>. Sua madre gli prese una mano stringendola con delicatezza. <<Non c'è bisogno di pensarci troppo, Diego. Fa quello che hai sempre fatto: corri. Corri con il cuore>>. Diego annuì, sentendo un nodo alla gola. <<Grazie. Lo farò>>.

Prima di uscire, sua madre gli porse un fazzoletto. <<Tienilo con te>> disse mentre il suo sorriso si faceva più dolce. <<Sarà il tuo porta fortuna>>. Diego lo infilò nella tasca dello zaino, lasciandosi andare ad un rapido abbraccio. <<Grazie, mamma. Non deluderò né te, né me stesso>>. <<So che non lo farai>> rispose lei. <<Tu hai già vinto, Diego>>.

Non era sempre stato così sicuro di sé. Da bambino Diego era piuttosto timido ed insicuro. Preferiva trascorrere il tempo leggendo o giocando con il vecchio cane di famiglia, Lucky. Lorenzo, il suo migliore amico disse: <<Un giorno farò un fumetto tutto su di te>> gli diceva sempre sorridendo. Era Lorenzo che, con la sua energia contagiosa, lo spingeva a non mollare nei giorni più difficili.

L'autobus diretto al campo di atletica era quasi vuoto e Diego approfittò di quel silenzio per riflettere. Attraverso il finestrino, osservava i quartieri periferici della città, luoghi che gli raccontavano una storia. Il parco dove aveva iniziato a correre, i vicoli dove ogni allenamento era stato una lotta contro il tempo e la stanchezza, la pista improvvisata dove aveva affinato la sua velocità. Un sorriso malinconico gli sfiorò le labbra. <<Ce l'hai fatta, Diego. Ora mostra chi sei>>.

Arrivato al campo, Diego rimase senza fiato per qualche secondo. La pista rossa brillava sotto i raggi del sole mattutino, circondata da tribune gremite

di spettatori. Il brusio della folla si mescolava al fruscio del vento, creando un'atmosfera quasi magica. Lorenzo, il suo migliore amico, lo chiamò dalle tribune con un cartello scritto a mano che recitava: <<Vai Diego! Siamo tutti con te!>>. <<Credevo che fossi scappato!>> disse Diego avvicinandosi a lui. "Dove altro potrei andare? Rispose Lorenzo. Sei tu il mio pubblico di punta!" disse Diego, così Lorenzo allungò il braccio per un pugno amichevole. <<Corri anche per me, Diego. Io sono con te>>. Diego gli strinse la mano e, mentre si dirigeva verso la pista, pensava alla promessa silenziosa che portava nel cuore.

Il riscaldamento fu un momento di pura concentrazione. Diego osservava gli altri atleti attorno a lui, ciascuno immerso nella propria routine. Tra di loro c'era Serena, la favorita della gara, che si muoveva con una calma ed una sicurezza che Diego non poté fare a meno di ammirare. <<Come fai a essere così tranquilla?>> le chiese, con un tono che cercava di mascherare la curiosità. Serena lo guardò, sorridendo leggermente. <<Non sono sempre tranquilla. Ma ho imparato a concentrarmi sul presente. Quando corro, tutto il resto svanisce. Provalo anche tu>>. Diego annuì, pensando alle sue parole mentre il cuore gli batteva forte.

Le giornate di Diego non erano semplici. Ogni mattina si svegliava presto, si infilava la sua tuta rovinata e usciva a correre nel parco, dove il freddo del mattino lo avvolgeva e il ritmo dei suoi passi gli faceva compagnia. Tornava a casa e gustava la colazione preparata con amore da sua madre, prima di affrontare la scuola. Poi, nel pomeriggio, era il momento degli allenamenti al campo sportivo. Il signor Burgio lo seguiva con uno sguardo attento e una determinazione che sembrava specchiarsi in quella di Diego. Ogni sacrificio gli ricordava il motivo per cui correva: superare i propri limiti e inseguire un sogno.

Quando l'arbitro chiamò i corridori ai blocchi di partenza, il mondo sembrò rallentare. Diego si posizionò, il suo respiro era profondo e regolare ma il cuore martellava come un tamburo. Il colpo di pistola ruppe il silenzio, e tutto iniziò. Diego partì con un'esplosione di energia, sentendo ogni muscolo del corpo lavorare in perfetta sincronia. La pista si stendeva davanti a lui e ogni passo lo avvicinava al suo obiettivo.

Il primo giro fu una lotta per trovare il ritmo giusto. Diego mantenne il controllo, concentrandosi sul respiro e sul movimento delle gambe. <<Non mollare adesso>>, si disse sottovoce. Serena era avanti, ma Diego si

concentrò solo sulla propria gara. <<Un passo alla volta. Resisti>>. Al secondo giro, la fatica iniziò a farsi sentire. Diego sentiva i muscoli bruciare, ma non poteva fermarsi. Pensò a sua madre, alla promessa che le aveva fatto quella mattina. Pensò a Lorenzo, al sorriso che gli aveva dato forza nei momenti più difficili. E pensò a se stesso, al bambino che aveva corso nel parco, inseguendo un sogno che sembrava irraggiungibile. "Non mollare adesso!" urlò dentro di sé, spingendo il corpo oltre il dolore.

L'ultima curva fu una battaglia. Diego strinse i denti, cercando di ignorare il fuoco che si propagava nei suoi muscoli. La folla era un ruggito indistinto e lui si concentrò solo sul traguardo. Ogni passo era una lotta contro la stanchezza, ogni movimento un atto di pura volontà. Quando entrò nel rettilineo finale, sentì Lorenzo gridare: <<Vai Diego! Ce la puoi fare!>> Quelle parole furono come un fulmine, un'energia che lo spinse avanti. <<Dai, Diego. Un passo ancora>>.

Tagliò il traguardo con le gambe tremanti e il respiro spezzato. Si accasciò sull'erba accanto alla pista, il sudore che gli rigava il viso. Quando finalmente alzò lo sguardo, vide il tabellone elettronico: secondo posto, dietro Serena per pochi centesimi di secondo. Una lacrima scese lungo la sua guancia. Non era di delusione, ma di gioia. Aveva dato tutto.

Serena si avvicinò con un sorriso. <<Sei stato incredibile oggi>>, disse, tendendogli la mano. Diego gliela strinse, sentendo una connessione speciale tra loro. <<Grazie. Non mi fermerò qui>> rispose lui, con una determinazione che brillava negli occhi. Tornò a casa con il cuore pieno. Sua madre lo aspettava sulla soglia con una torta fatta in casa. <<Sei il mio campione>>, disse, abbracciandolo stretto. Diego guardò il trofeo d'argento tra le mani. Era il simbolo del viaggio, della forza e del coraggio. E, per lui valeva più di qualsiasi oro.

La mia storia in bicicletta

Alessia Bortoloni

I. C. Paolo e Rita Borsellino Valenza (AL)

Alfonsina Strada, questo è il mio nome, e sono una ciclista! Probabilmente suonerà un po' strana questa passione, perché nel <<mio>> periodo noi donne dobbiamo solo stare al <<nostro posto>>.

Sono nata a Castelfranco, in Emilia, il 16 marzo del 1891, sono seconda nella mia famiglia molto numerosa. La mia passione si è presentata presto, grazie a mio padre, Carlo Morini, e ad una vecchia bici nera che papà aveva comprato dal dottore del paese. Mi aveva vietato di utilizzarla, si intende, ma io la prendevo di nascosto e andavo a fare delle lunghe passeggiate.

Era bellissimo: bastava solamente girare coi piedi e il mezzo andava avanti come per magia. Mi ricordo ancora la sensazione che provavo: era come volare sopra quel mezzo; la mia concentrazione era rivolta a mantenere l'equilibrio e sperare di non cadere, perché non riuscivo ad arrivare bene ai pedali dal sellino. Purtroppo, però, la mia passione non era accettata della società, non poteva fiorire, almeno era quello che tutti mi dicevano: io sentivo questo divieto come una ingiustizia, sì, come se mi volessero tarpare le ali. Di nascosto, continuavo a far crescere questa mia forte smania: più andavo in bici e più volevo andarci, come se volessi pedalare via da quella realtà che mi stava troppo stretta, da quei vestiti che ero costretta a mettere.

Di nascosto facevo delle gare, ma nessuno lo doveva sapere. Alla domanda <<Cosa fai alla domenica?>> rispondevo <<Vado a messa>> ma avrei voluto dire <<mi piace andare in bicicletta>>; non lo facevo... non per mia vergogna, ma perché i miei genitori me lo avrebbero proibito. Ricordo che alla mia prima gara, ho vinto un maiale ancora vivo! Avreste dovuto vedere le facce stupite e irritate dei partecipanti maschi... uno smacco totale per loro!

Avevo 14 anni quando mia madre scoprì la mia passione, il mio desiderio di correre in bici, e me la vietò fino a quando non mi fossi sposata e andata via da casa. Così mi trovai costretta ad aspettare dieci lunghi anni, durante i quali il mio interesse, la mia smisurata passione è stata repressa. Poi capitò quella che fu per me una svolta: avevo conosciuto un ragazzo, l'amore della mia vita che divenne mio marito, Luigi Strada. Lui fu il primo ad appoggiarmi in questa mia <<diversa>> passione, anticonformista, e, mentre tutti mi additavano come ribelle e <<maschiaccia>>, lui accantonava i soldi per la mia richiesta del regalo di nozze: una bici da strada!

Scuse, strane bugie e tante buffe giustificazioni servivano per continuare a praticare il mio sport e per allontanarmi talvolta da casa. Una volta capitai a Torino: lì le donne andavano in bici e potevano anche competere fra di loro. Fu proprio in questa città, dal sapore così moderno, che mi iscrissi ad una gara in cui ero riuscita a battere anche Giuseppina Carignano, e dove avevo guadagnato anche il titolo di <<miglior ciclista italiana>>.

Ricordo ancora il 1911: fu un anno bellissimo, perché a Moncalieri, ero riuscita a stabilire il record mondiale femminile di velocità, raggiungendo la velocità di 37,192 chilometri orari e superando quello della francese Louise Roger. Fu un'emozione unica.

Tutto ciò accadeva prima del 1924, ma poi... sì, finalmente i tempi stavano cambiando! Ci fu la gara italiana più importante di sempre: il Giro D'Italia. All'epoca quella, era la corsa più importante, non solo d'Italia, ma anche tra quelle Europee. Era una gara da <<uomini veri>>, infatti nessuna donna aveva mai partecipato.

Nel frattempo, però, persi l'appoggio del mio caro marito ormai malato, internato in manicomio. Forse per riconoscenza, sicuramente per amore e grande rispetto, volevo dargli una grande soddisfazione, proprio a lui che mi aveva sempre sostenuto nella mia <<anormale>> passione: volevo fargli vedere che le donne adesso potevano andare in bici come gli uomini.

<<Voglio andare oltre al giro di Lombardia... voglio partecipare al prestigioso Giro D'Italia>>. Queste sono state le mie ultime parole in quella visita a mio marito, presso il manicomio.

Il primo passo era il più complicato di tutti: l'iscrizione alla gara, e di sicuro non potevo farcela da sola. Con tutto il coraggio che forse solo le donne potevano dimostrare, chiesi aiuto ad Emilio Colombo e Armando Cougnet, sì, proprio loro, il direttore e l'amministratore della Gazzetta dello Sport.

Penso che in quella circostanza avranno dovuto subire numerose critiche, ma forse per la prima volta la stampa avrebbe assecondato un diritto femminile. Ed ecco, finalmente ero là! Un sogno che si realizzava, dovevo godermelo! Mi sembrava di sognare ad occhi aperti, la me di dieci anni non si sarebbe aspettata una cosa del genere; non potevo pensare che quella bici, adesso era diventata la mia unica ragione di vita.

Mi avevano iscritta all'ultimo momento come "Alfonsin Strada di Milano", in modo tale che non facessero troppi controlli. Così, a tre giorni dalla gara, il mio nome veniva citato nella lista dei partecipanti. Il compromesso fu questo: nei giornali non sarei stata nominata ancora come donna, ma come uomo, "Alfonsin Strada" o "Alfonsino Strada"... Appena gli uomini mi videro là, alla partenza...una donna... Alfonsina Strada, rimasero a bocca aperta, stupiti, scandalizzati. A quest'aria di stupore, ben presto si sostituirono insulti: non accettavano che una donna partecipasse al loro livello.

Partecipavo con il numero 72. All'epoca il Giro era una gara da uomini, si correva su strade malmesse senza auto al seguito, e bisognava aggiustarsi la bici da soli, non c'erano i rifornimenti di acqua e cibo, nessuno pagava l'albergo. La seconda tappa è stata bellissima: il percorso tra Genova-Firenze è stato il migliore, sono arrivata con due ore di ritardo, 56° in classifica.

No, non mi faccio problemi ad ammetterlo: è stato complicato stare al passo con gli altri, ma, nonostante ciò, ero riuscita ad arrivare al traguardo. Finite le tappe, mi regalarono fiori, fecero donazioni, e mi acclamarono con una banda musicale e degli striscioni. Per me fu come una vittoria!

Una bambina mi si avvicinò per chiedere un autografo... rividi in lei lo stesso sentimento di quando ero bambina e volevo andare in bici... gli occhi le sorridevano più del sorriso stesso.

In quell'occasione la Gazzetta dello sport aveva riportato un fatto che mi ha fatto commuovere: "In sole due tappe la popolarità di questa donnina si è fatta più grande di quella di tutti i campioni messi insieme. Lungo tutto il percorso della Genova-Firenze non si è sentito che chiedere: - C'è Alfonsina? Viene? Passa? Arriva? A mortificazione dei valorosi che si contendevamo la vittoria finale! È inutile, tira più un capello di donna che cento pedalate di Girardengo e di Brunero."

Era la prima volta che vedevo così tante persone che mi incitavano ad andare avanti, a seguire il mio sogno... a far vedere che anche noi donne

eravamo al pari degli uomini. L'ottava tappa fu la più strana, ma anche la più difficile: ho bucato più volte, sono caduta, ho rotto il manubrio, l'ho aggiustato con un manico di scopa e dello spago, non era perfetto, ma volevo a tutti i costi arrivare alla fine.

Purtroppo, questa fu l'ultima tappa ufficiale del giro, dovevo immaginarlo... non so se un motivo fosse perché ero donna, ma di sicuro con quattro ore di ritardo, non potevo che essere esclusa. L'ho accettato, mi hanno detto che avrei potuto partecipare ancora: certo... non sarei stata fra i primi in classifica, ma almeno avrei potuto portare avanti la mia passione e il principio della parità dei diritti.

Così la tappa di Bologna fu la mia prima tappa non ufficiale : fu molto impegnativa perché pioveva forte per tutta la gara; ricordo che avevo indossato dei bragoni da contadino... dopo 21 ore di pedalata estenuante, ero arrivata finalmente in Emilia.

Dopo 12 tappe faticose e difficili ero arrivata tra i primi trenta che erano riusciti a compiere tutto il giro! Ero felice di quello che avevo fatto: avevo le gambe buone e il pubblico di tutta Italia (specie le donne e le madri) mi acclamavano con entusiasmo. Non ero pentita di tutti i sacrifici fatti...Certo, avevo provato amarezza quando qualcuno mi scherniva, ma ero soddisfatta e sapevo di aver agito bene.

Dopo il 1924, mi vietarono di partecipare ad altri giri, però grazie alla mia tenacia, ho ripercorso da sola gli stessi tratti del giro, stringendo nuove amicizie e ottenendo la stima di diversi ciclisti e giornalisti.

Negli anni successivi partecipai anche a gare all'estero ed era un onore per me portare fuori dall'Italia il nome di una ciclista, perché rappresentava la passione di tante donne che erano ancora imprigionate nei pregiudizi de la società. Avevo ormai 43 anni quando fui ingaggiata dal club Montmartre Sportif, e nello stesso anno partecipai al campionato femminile mondiale. Mi sono sentita tanto orgogliosa di tutta la strada che avevo percorso.... vedere anche altre donne che lottavano per il mio stesso obiettivo. Anche se arrivai 15°, ero felice di aver partecipato ad una gara di sole donne.

Nel 1937 avevo sfidato Robin, una campionessa francese e l'anno successivo conquistavo il record femminile su pista a Longchamp.

Il mio caro marito morì, ma la vita mi diede un'altra occasione: un altro amore, Carlo Messori, ex ciclista sessantanovenne con qualche successo prima della Grande guerra. Con lui continuai a coltivare il mio sogno, anche

se non attivamente, inoltre aprii un negozio di biciclette con un'officina attigua per le riparazioni, pensando che magari una bambina sarebbe entrata e il suo papà le avrebbe regalato una bicicletta, tutta per lei....

Mio marito decise di scrivere una biografia su di me: voleva far vedere a tutto il mondo quanto era stata coraggiosa sua moglie, ma non ci riuscì poiché morì nel 1957.

L'ultima mia passione fu per le moto; un giorno, dopo aver compiuto il giro delle Tre Valli Varesine, cercai di riavviare la mia moto, ma non mi fu possibile.

Sono morta per un infarto a 68 anni. Dopo tanti sacrifici per portare avanti la mia anticonformista passione e raggiungere la parità, evidentemente era giunto il momento che qualcun'altra portasse avanti la mia battaglia...

Anche se la mia storia è un po' fuori dal comune, sono sicura che c'è già un'altra piccola ciclista, tenace come me, che vuole raggiungere i suoi sogni. Una ragazza che a vedere o parlare di biciclette, le si illuminino gli occhi, come me da piccola. Le auguro una buona fortuna, io sarò lì ad aspettarla ad ogni traguardo.

Pattinatrice

Martina Oliva

I.C. Breda - Sasto san Giovanni (MI)

<<Quel è il tuo sogno?>>
A tutti noi è stata fatta questa domanda.
<<Voglio essere un astronauta!>> rispondevo sempre io. <<Voglio andare nello spazio così scoprirò cose nuove e bellissime>>.

Questa era la mia risposta, ma, in realtà, non restava mai la stessa. Spesso dipendeva da quello che vedevo in tv: guardavo Raperonzolo, con la sua lunga chioma setosa che sembrava fatta da fili d'oro, e allora la risposta cambiava: <<Voglio avere i capelli lunghi, proprio come una principessa!>>. Poi, vedevo Lady Bug che saltellava da un palazzo all'altro di Parigi, cercando di sconfiggere il cattivo di turno, e la replica a quella domanda diventava che volevo essere forte come la salvatrice di quella città, vestita con il magico costume rosso a chiazze nere, che spesso ho desiderato di avere. Poi crebbi un po' e smisi di credere a tutte le storie sulla magia e la fantasia. Avevo capito che crescere vuol dire anche questo: accettare la differenza tra la fantasia e la realtà. Fu allora che quella domanda diventò qualcosa di più serio, di più concreto. Era diventata una delle mie priorità: trovare il mio sogno.

Provai molte attività: il disegno, la musica, il teatro... Ma trovai solo delle passioni. Così provai con gli sport, feci diversi tentativi e quasi tutti furono un grandissimo fallimento. Nel calcio, ero totalmente negata con i piedi e non riuscivo a controllare le mie stesse gambe, figurarsi la palla. Non mi diedi per vinta e per due mesi partecipai a lezioni di danza classica in una scuola non distante da casa mia. Ancora una volta, le mie gambe erano un grande problema e, per di più, ero anche piuttosto scoordinata. Decisi di abbandonare, anche se, probabilmente, prima o poi mi avrebbero cacciato loro, dato l'elevato numero di vittime mietuto dalla mia goffaggine in quelle

aulette. Constatato il fatto che fare sport strettamente legati alla mobilità delle gambe non sembrava accostarsi alla mie capacità motorie, provai col basket. Non ero male, ma lo lasciai, prendendo a pretesto il fatto che alcuni ragazzini imbecilli della mia squadra mi avevano presa in giro e mi avevano relegata nello stereotipo del <<maschiaccio>>. In fondo, però, quello sport non mi faceva nemmeno impazzire.

Quando avevo quasi finito le speranze e gli unici sport rimasti sembravano la pallavolo, che avevo sempre cercato di evitare, e tutti gli sport da racchetta, in cui sapevo che non sarei stata una campionessa, un'idea mi balenò in testa, proprio nello stesso modo in cui cercavo ispirazione da bambina, guardando la tv. Un giorno, presa dalla noia, avevo ceduto a quella voglia matta di immergermi nel dannato schermo della televisione; me ne stavo lì, sdraiata a sgranocchiare pop-corn, quando vidi un annuncio: una pubblicità di pattini, sponsorizzata dalla star del pattinaggio veloce, Francesca Lollobrigida in persona. Mi piacque tanto quello spot che iniziai a cercare informazioni a riguardo, giusto per curiosità. Ho scoperto un paio di cose su Lollobrigida, che sarebbe andata ai mondiali 2025, a Hamar, in Norvegia, per poi vincere l'oro dei 5000 metri, sfiorando il record italiano. Mi era interessata parecchio la questione, così decisi di informarmi di più su quel tipo di sport e poi, perché no? Magari anche provarlo.

Essendo estate, mi dissero che avrei dovuto aspettare a fare qualunque tipo di iscrizione ad una società sportiva. Decisi, allora, di approfittare di quel tempo soleggiato e caldo per iniziare a cimentarmi in quella disciplina. Ovviamente non avevo la minima idea dei fondamentali da cui cominciare. La cosa più semplice da fare sarebbe stata aspettare fino a settembre, ma avevo quel desiderio impellente di iniziare all'istante. In fondo, sono sempre stata una persona impaziente. Pensavo che la soluzione migliore sarebbe stata semplicemente seguire dei video di Youtube, ma non mi aiutarono granché. La vera occasione si presentò quando, finita la scuola, cominciai ad andare in oratorio. Ero un po' scettica, perché stavo diventando grande e avrei preferito stare nella mia cameretta con l'aria condizionata indirizzata esattamente sulla mia fronte, a leggere i miei libri o, banalmente, a cercare di imparare qualcosa in più sui pattini, sfruttando la casa vuota (anche se poi mi sarebbero toccate le sgridate di mia madre per aver fatto strisce sul parquet). I miei genitori, però, avevano deciso di mandarmici e nessuno di noi avrebbe potuto immaginare che quella si sarebbe rivelata

una grande occasione. Il primo giorno, infatti, esattamente alle undici e un quarto della mattinata, arrivò un annuncio: si erano aperte le iscrizioni per le attività pomeridiane, tra le quali c'era anche il pattinaggio di velocità. Non capii subito cosa voleva dire quella voce sporca e arrugginita che usciva dall'altoparlante mezzo sgangherato dell'oratorio, ma, dopo che l'annuncio fu ripetuto una o due volte, capii e mi parve proprio un segno del destino. Dovevo riuscire a iscrivermi. Bastò una lezione per farmi capire che quello era il mio sport. E io finalmente l'avevo trovato. In poche settimane imparai il passo incrociato, che serve ad andare in curva in modo più veloce, e così, a ogni giro, mi sentivo come se stessi vagando tra le stelle.

L'estate volò e in autunno decisi di iscrivermi ad un corso per pattinaggio. In quella società spesso venivamo selezionate per delle gare; era il nostro allenatore che sceglieva le pattinatrici. Mi ci vollero alcuni mesi prima di acquistare un po' di confidenza con i pattini, credevo di essere pronta per le gare, ma per un intero anno non venni chiamata. Evidentemente non ero abbastanza brava. Allora iniziai ad allenarmi in ogni momento libero a mia disposizione; non facevo altro. Andavo nel parco perché la natura intorno mi dava un senso di tranquillità e riuscivo a concentrarmi. Sfrecciavo in mezzo agli alberi, tra il fruscio delle foglie, sempre più veloce. Un passo incrociato, per affrontare le curve strette, su quel sentiero calpestato, fatto da sassolini e terriccio umido, che spesso si bloccavano tra le ruote. Quante volte sono caduta, quante volte mi sono fatta ferite profonde, perché non indossavo le mie protezioni; non era per scarso senso del pericolo, ma perché mi avrebbero impedito di fare delle curve spericolate. Quante volte, tornata a casa con almeno una delle due ginocchia completamente insanguinata, mi sono dovuta inventare delle storie per aggirare l'inevitabile punizione che mi attendeva per essere uscita di nascosto ed essere tornata ferita. Ma nulla poteva fermarmi, io perseveravo e continuavo a uscire di nascosto per tornare in quel posto che sembrava far scorrere le lancette dell'orologio il triplo più veloce. Lo facevo tutti i giorni, cercando di dimostrare al mio allenatore di essere pronta per le gare, ma mi sembrava che non fosse mai abbastanza. Pattinare era la sola attività che sembrava riuscirmi, l'unica per cui mi sentissi portata, come se avessi una sorta di vocazione, eppure, tutt'a un tratto, iniziai a pensare che in realtà non fossi per nulla capace. Cominciai a sentirmi come una scalatrice che, aggrappata a quella roccia per non cadere nel burrone, sentisse il suo appiglio meno sicuro e stabile.

Percepivo che si sarebbe potuto sgretolare e che le mie mani pian pianonon avrebbero avuto più la forza di rimanere aggrappate. Fu allora che mi lasciai scivolare in quel burrone.

Sospesi gli allenamenti, riposi i pattini nell'armadio e cessai ogni mia attività.

Mentre cadevo, sentivo un vuoto dentro di me che mi logorava sempre di più. Domande su domande, che non mi facevano chiudere occhio la notte. Ora che non avevo più il pattinaggio, l'unica cosa che credevo fosse nelle mie corde, mi chiedevo cosa avrei fatto con gli studi e tutto il resto. Mi chiedevo chi fossi io, senza il pattinaggio. E una voce da dentro mi rispondeva: <<Nessuno, ecco chi>>. Mi dedicai totalmente a studiare; forse sarei riuscita a costruirmi una carriera che non comprendesse lo sport, ma i dubbi continuavano ad assalirmi. Perché avevo abbandonato? Perché mi ero fatta influenzare da quello che diceva il mio allenatore? Perché avevo smesso di fare quello che mi faceva sentire felice?

Continuavo a non saper dare una risposta a tutte quelle domande, il che mi faceva sentire ancora più vuota, ancora più bisognosa di scorgere una soluzione. Ma poi ci pensai su.

Come mai non riuscivo a trovarla? Forse, non c'era. Forse, l'unica cosa che avrebbe potuto soddisfarmi, sarebbe stato tornare indietro sui miei passi, trovare cosa avevo sbagliato. E io lo sapevo: aver rinunciato al mio sogno. Così mi imposi di alzarmi da quel dannato letto e riprendere la mia attività del cuore, allenandomi più duramente di prima.

Le mie compagne rimasero un po' stupite di ritrovarmi, ma furono anche contente. Con loro avevo sempre avuto un rapporto di amicizia, spesso stavamo insieme, uscivamo, anche al di fuori degli allenamenti. Eppure, quando ci trovavamo in balia delle convocazioni per le gare, tra di noi c'era la competizione più assoluta. Mi trovai a pensare che mai, nemmeno a una di loro, fosse passato per la mente di chiedere al coach se al loro posto avrei potuto pattinare io. Certo, ci tenevano quanto me a gareggiare, ma io per le mie amiche lo avrei fatto senza pensarci. Così, anche se ci volevamo bene, al mio rientro, anche il rapporto che avevo con loro cambiò.

Nonostante avessi ripreso, nonostante la determinazione fosse ancora più forte di prima, il mio allenatore non si decideva a chiamarmi per le gare. Questa volta, però, decisi di andare avanti: era ora di cambiare società per potermi valorizzare. Io, all'interno di me stessa, sentivo di essere diversa,

sapevo di esserlo, sia come pattinatrice sia come persona. Volevo che anche gli altri vedessero la nuova me che ero riuscita a tirar fuori. Per questo decisi di farlo, anche con il rischio di perdere amicizie. Mi dicevo che dovevo imparare a scegliere. E lo feci.

Cambiai società e finalmente i risultati arrivarono. Nonostante fossi la nuova arrivata, la mia allenatrice vide subito quello che evidentemente era il mio potenziale; lo disse ai miei genitori e poi anche a me, di persona. Così, nel giro di poco mi trovai iscritta alle gare regionali. Fu una soddisfazione immensa. Passare da non fare nessuna gara, nemmeno quelle meno importanti, a fare le regionali.

Ricordo ancora, nella mia prima corsa, la sensazione che avevo nello stomaco, che faceva su e giù, e il tremolio nel petto dovuto alle grida di incitazione da parte dei miei nuovi compagni. Cose che, non appena si diede il via alla gara, smisi di percepire. A esse si sostituì una leggerezza infinita e iniziai a percepire solamente il mio movimento, senza accorgermi degli altri concorrenti. Appena tagliato il traguardo, i miei genitori, gli amici, la coach mi corsero addosso, mi sollevarono da terra e inventarono un coro per me. Non capii subito, poi vidi il tabellone: ero arrivata prima. Ma quello fu solo l'inizio. Mi aspettavano le nazionali.

Sono passati sei anni da quelle prime occasioni e ora, il prossimo mese, andrò ai mondiali. Ai mondiali! Non avrei mai, e dico mai, immaginato di arrivare a questo punto. Cadendo in quel vuoto, mi sono fatta forza aggrappandomi ad un ramo, costruendo con il legno una scala a pioli e avvicinandomi sempre di più alla cima. E ora ci sono.

Chissà cosa sarebbe successo se mi fossi fatta sopraffare dai miei pensieri o se avessi continuato ad ascoltare solo quello che pensava il mio allenatore. Forse adesso sarei comunque una sportiva. Magari avrei ripreso basket, ma chi lo sa? Sicuramente, se in questo momento dovessero chiedermi a cosa non rinuncerei mai, risponderei con fermezza il pattinaggio. Le danze nello stomaco, il vento tra i capelli, la rabbia dopo aver perso e la felicità dopo aver vinto, queste sono le sensazioni che vorrei poter provare per sempre.

Come se volassi

Sofia Riva

Scuola San Carlo Borromeo - Inverigo (CO)

Sono in attesa di entrare in pista, sono provato da una notte insonne all'ospedale, ma non mi voglio arrendere, non ora. Ho sempre avuto un sogno, quello di raggiungere il podio con sudore, fatica e sacrifici. Il mio <<I have a dream>> è proprio vincere essendo <<imperfettamente>> me stesso. Io sono Gianmarco Tamberi e sono nato nel 1992 in un paesino nelle Marche, Civitanova. Ho sempre amato la pallacanestro, poi, grazie a mio padre, ho scoperto il salto in alto, una passione che è diventata un fuoco dentro il cuore e che è cresciuta insieme a me. Mi faccio chiamare <<mezza barba>> perché nel 2011, quando ho migliorato le mie prestazioni tecniche, ho deciso di rasarmi solo metà della barba, un gesto divertente che è diventato una parte di me. La mia passione e la tenacia mi hanno permesso di vincere numerosi premi come la medaglia di bronzo a diciannove anni agli Europei juniores di Tallinn. Credo che per lo sport, ma anche per la vita, ci siano tre elementi fondamentali da non scordare mai per raggiungere i propri obiettivi: il tempo, la capacità di prendersi cura delle cose e la caparbietà. Per quanto riguarda me e la mia carriera, questi criteri sono risultati essenziali. Con il tempo e l'attesa sono riuscito ad allenarmi facendo crescere in me la voglia di partecipare alle gare e di mettermi in gioco. Con la capacità di prendersi cura, ho appreso l'importanza di accudire i miei sogni e i miei desideri allenandomi con costanza, senza darmi per vinto di fronte alle difficoltà. Con la mia caparbietà sono riuscito a trasformare in realtà i miei sogni, a levarli da quell'impolverato cassetto in cui rischiavo di rinchiuderli e conservarli gelosamente, senza inseguirli. Nel 2016 però il mio sogno, costruito con moltissima fatica e tantissimi sforzi, si è sgretolato davanti ai miei occhi, infatti, a causa di un infortunio non ho potuto partecipare alle Olimpiadi di Rio.

Lo sport mi ha insegnato che, dopo una caduta, ci si rialza sempre. Sono stati giorni terribili quelli, mi sono lasciato prendere dallo sconforto, ma ho saputo rialzarmi, grazie al sostegno di chi mi è stato sempre vicino. Questo è il mio più grande punto di forza: Gimbo non molla. Non mi sono arreso e i miei sforzi sono stati ripagati. Dopo quella grande delusione, ho vissuto una gioia immensa: il trionfo alle Olimpiadi di Tokyo dove ho vinto l'oro a pari merito con un grande amico, Mutaz Essa Barshim, che bei ricordi. Vincere e avere l'onore di gareggiare ad un'Olimpiade è un grande privilegio che mi ha ripagato di tutti i miei sacrifici fatti negli anni. Penso però che vincere con un amico e poter condividere la vittoria con qualcuno, sia un'emozione ancora più grande. Non bisogna sempre trionfare. Non mi sento il migliore ma nemmeno il peggiore. Non mi sento diverso e soprattutto non mi misuro sugli altri e credo che nessuno lo dovrebbe mai fare. L'importante è lavorare con dedizione, provarci e non tirarsi indietro di fronte alle difficoltà. Dopo il mio infortunio, ho avuto la tentazione di arrendermi, ma ho imparato a perseverare e ad andare avanti, diventando più forte di prima.

Credo che questo non valga solo per lo sport, ma sono fermamente convinto che questa sia una metafora della vita. Quante volte sarà capitato nella vita di ognuno di noi, di ritrovarsi faccia a faccia con un imprevisto oppure di fronte ad una difficoltà? Gli imprevisti ci sconvolgono i piani preparati a lungo con cura e, a volte, nel peggiore dei casi rovinano un momento che attendiamo da tempo, penso però che il termine corretto non sia <<rovinare>> ma al massimo <<stravolgere>>. Gli imprevisti a primo impatto possono sembrare qualcosa da evitare in qualsiasi modo, ma in realtà, a volte sono proprio gli imprevisti che ci spingono a guardare con occhi diversi degli avvenimenti, delle situazioni apparentemente negative. Credo che un imprevisto possa essere paragonato alla salvezza, salvezza dalla quotidianità, dalla ripetizione quasi alienante. Per questo credo che il verbo più adatto non sia <<rovinare>> ma <<stravolgere>>, stravolgere le nostre abitudini, suona meglio. La vera forza sta nell'accettare l'imprevisto, affrontare il cambiamento, nel risollevarsi dopo una caduta e nel proseguire senza dimenticare i passi fatti. Senza colpi di scena nel nostro spettacolo che è la vita, non si potrebbe andare avanti. In questi giorni ho vissuto l'ennesimo colpo di scena, sto affrontando un nuovo imprevisto: le coliche renali. I sacrifici compiuti in questi anni sembrano inutili, il corpo non risponde e non riesce più a compiere gesti che erano diventati per me

naturali. Ho paura. Molte persone confidano in me. Temo di deluderle. Temo di deludere me stesso. Mi sento fragile come un petalo di un fiore. La mia caparbietà oggi potrebbe non bastare. Vorrei andare avanti, non mollare, abbattere anche questo ostacolo, ma devo pensare alla mia salute. Ho mille pensieri per la testa: qual è la cosa giusta da fare? Andare avanti, non mollare o ascoltare il mio corpo? Se andassi avanti e partecipassi alla gara, i miei sforzi non sarebbero stati inutili. Oppure se mi fermassi e ascoltassi il mio corpo probabilmente non riuscirei ad essere orgoglioso di me stesso. Come posso trovare una soluzione? Gli eventi inattesi rappresentano una parte fondamentale nella vita di ognuno di noi, rendono la vita quotidiana e apparentemente <<ripetitiva>> una continua scoperta. Tutte le persone sulla faccia della terra hanno una missione, sono nati per qualcosa. Ci sono delle persone che fin da piccole capiscono qual è il loro compito e altre, come me e forse la maggior parte, che lo capiscono solo dopo aver affrontato tante sfide e solo dopo aver superato tanti ostacoli che la vita ci ha posto con lo scopo di <<metterci in movimento>> e di risvegliarci dall'abitudine dalla quale ci stavamo facendo persuadere. La mia missione non è quella di vincere delle medaglie, la mia missione è vincere una sfida contro me stesso, superando i miei limiti, sempre, ma nel rispetto del mio corpo. In questo caso il mio imprevisto, le coliche renali, non hanno lo scopo di farmi mettere in movimento, ma al contrario di farmi ascoltare il mio corpo. I miei sforzi non sarebbero stati inutili anche nel caso in cui io mollassi. Però Gimbo non molla, io ci proverò lo stesso, mi metterò in gioco, rispettando il mio corpo e la sua saggezza e avendo la certezza di avere comunque, al mio fianco, il sostegno di coloro che mi amano. Penso a Chiara. Se non ci fosse lei al mio fianco sarei perso. In lei trovo casa, un riparo sicuro quando fuori fa freddo. I suoi occhi sono ciò che mi spinge a non arrendermi anche se dentro di me c'è la tempesta. Con una semplice frase, riesce a farmi dimenticare tutto il buio passato e riportarmi con la mente alla luce che solo il futuro è in grado di dare.

Entro finalmente nello stadio. Tutti gli occhi sono puntati su di me e la tensione e il fiato sospeso di chi mi ammira creano una specie di sospensione. Amo la meraviglia negli occhi del pubblico, occhi stupiti come quelli dei bambini, di fronte alla destrezza di un atleta che per loro è come un supereroe. Sento le urla della gente, il pubblico mi acclama, grida il mio nome, ci sono moltissime persone attorno a me, sento applausi e incitazioni.

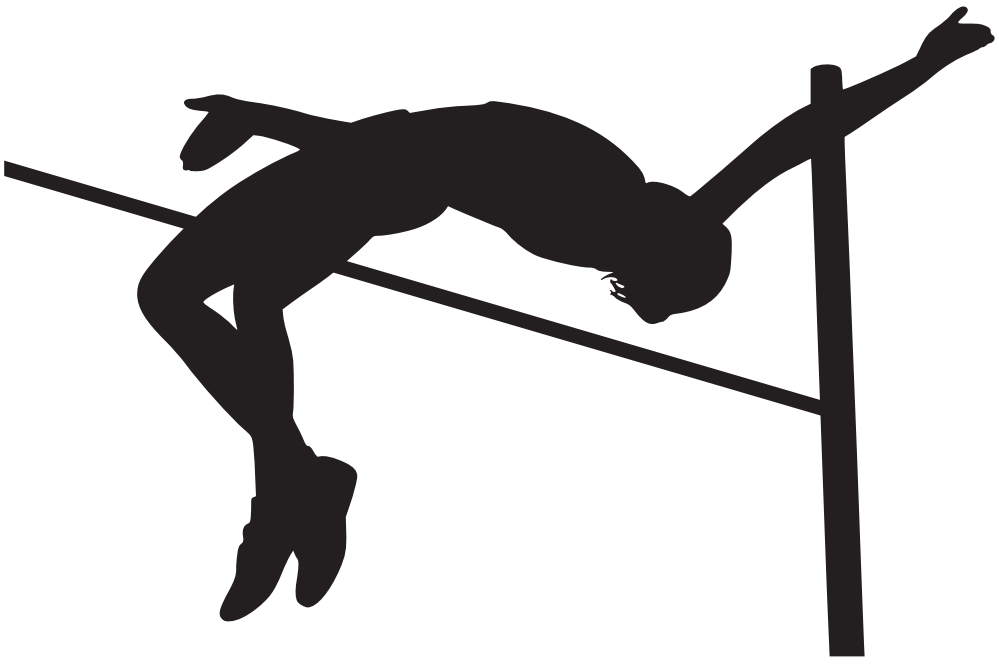
Sarò all'altezza di tutto questo? Sento delle fitte allo stomaco che assomigliano a delle lance, ma non importa, non posso fermarmi ora, non abbandonerò adesso la gara, vada come vada, farò del mio meglio. Lo ammetto, ho paura, ho molta ansia, sento un vuoto dentro di me, quasi fatico a respirare. Sento il pubblico vicino a me. Non sono solo. Ce la posso fare. O forse no. Vorrei scappare ma sono qui, ora, sono pronto, ce la posso fare se riuscirò a saltare e a superare i due metri e ventisette centimetri sarò fiero di me stesso, se commetterò il terzo errore e sarò eliminato, sarò comunque fiero di me stesso per non essermi arreso. Ora basta, mi devo concentrare, ce la posso fare.

Sono pronto a non arrendermi, chiudo gli occhi e come per magia incomincio a volare sulle mie scarpe da ginnastica, prendendo lo slancio necessario per scrivere un sogno, una poesia. Fluttuo sull'asta da superare, un ennesimo ostacolo incontrato nella mia vita, da valicare. No, non ho superato quella maledetta asticella. Ho commesso il terzo fatidico errore. La gara per me si è conclusa troppo presto. Sono un po' arrabbiato con me stesso, lo ammetto. Perché proprio a me? Perché ora ad un passo dalle Olimpiadi? Dopo tanto allenamento...

Ma perfino questo, per quanto duro da accettare, è stato un ennesimo insegnamento fondamentale per me. Non posso cercare di cambiare la classifica o le circostanze, ma posso solo provare a cambiare il mio sguardo verso le cose; attenzione non è rassegnazione, non è una sconfitta, è un'opportunità per migliorarmi, per prepararmi, per bramare con tutto il mio cuore l'arrivo della prossima gara, delle prossime Olimpiadi. Il mio imprevisto, le coliche renali, ha completamente stravolto i miei piani, organizzati da tempo, ma nonostante io non abbia potuto dare il mio massimo in questa competizione, ho comunque imparato qualcosa, forse di un valore maggiore rispetto ad una medaglia, infatti ho capito la vera importanza di non lasciarsi prendere dallo sconforto, della frustrazione, ma piuttosto di imparare a reagire, ma soprattutto di non cercare di cambiare le circostanze che ci sono state imposte: impariamo a cambiare, invece, il nostro sguardo verso di esse, così che la vita ci sorrida. Forse non sono riuscito a stupire chi si ferma alla classifica, ma chi riesce a guardare oltre ha capito insieme a me, che, nonostante non abbia raggiunto il podio, ho vinto lo stesso, certo non avrò vinto una medaglia ma ho vinto qualcosa di più importante, malgrado le fitte continue, ci ho provato e ho superato

quell'asticella immaginaria, che mi ero imposto, cioè il timore di non essere abbastanza per gli altri e per me stesso.

L'ho superata e ho vinto affrontando le mie paure più profonde, l'ho superata essendo <<imperfettamente me stesso>> per questo sono orgoglioso di me. Ce l'ho fatta.



Falena

Sofia Russo
I.C. De Andreis - Milano

L'atletica è uno sport diverso dagli altri.

Una gara di atletica non è come una partita di calcio, che dura novanta minuti più recupero.

E nemmeno come una di tennis, che può durare un'ora come un giorno.

È tutto e niente, una manciata di secondi, un salto, una rincorsa, in cui il tempo si dilata e sembra di muoversi a rallentatore. Così, dopo un salto, che sia in allenamento o in gara, mi ritrovo a pensare: <<Ma come, è già finito>>.

Tuttavia, qualsiasi atleta sa che deve fare tesoro di quel poco tempo e sfruttarlo al meglio; perché nell'atletica non si tratta di recuperare un goal o un set: se perdi, sei fuori. Devi essere sempre il migliore, senza mezzi termini. Quando corro su una pista di atletica, non sono io. E con questo voglio dire che sono una Raissa Aleni diversa dal solito. Mi sale l'adrenalina in tutte le vene e ho solo voglia di correre. Di correre più veloce di tutti e lasciarmi alle spalle i problemi della giornata; ma quando mi fermo e torno al punto di partenza, loro sono ancora lì ad aspettarmi, quasi a volermi tendere un agguato.

Potrei essere la migliore nell'atletica, lo so, non c'è bisogno che le mie allenatrici me lo ripetano ogni giorno, eppure c'è sempre quella barriera che mi impedisce di essere me stessa e lasciarmi andare, saltando sopra l'asta e confondendo le risate e le grida degli altri ragazzi al rumore del vento che mi fischia nelle orecchie. Dura solo un attimo, una meravigliosa manciata di secondi durante i quali mi sento priva di peso, un pianeta in orbita nello spazio. Non ho mai preso parte ad una gara in vita mia, tranne una volta, ma è stato così disastroso che non ho più voluto ritentare. Riderete anche voi quando sentirete questa storia, lo so. E sapete una cosa? Ne avrete tutto

il diritto. Perché è sconcertante sentire di una giovane promessa dell'atletica con il terrore delle gare. Il fatto è che quando vedo quelle balconate piene di persone, le gambe mi cedono e vorrei solo rintanarmi nello spogliatoio e rannicchiarmi sulle panche fino a sparire. Ho bisogno dell'approvazione degli altri e del loro supporto per dare il meglio e di solito non c'è mai nessuno a darmelo. Al contrario, gli altri ragazzi mi chiamano falena, sostenendo che la mia presenza lugubre alle gare porti sfortuna e insicurezza e sono convinti che sia per questo che, quando assisto sugli spalti, perdono sempre.

Però agli allenamenti continuo ad andarci, con caparbietà, infischiandomene delle loro parole. Perché una falena è comunque una farfalla e, quando salto, battendo i record di tutti i ragazzi del circolo, mi sento libera di volare come quei piccoli insetti leggiadri dalle ali variopinte. Così è stato anche oggi ma, alla fine della giornata, sono dovuta ritornare con i piedi per terra e sedermi in cerchio con atleti e istruttori per decidere le presenze alle gare.

Carmen, la dirigente, era in piedi al centro e camminava in cerchio sbraitando ordini di qua e di là; è una brava persona, davvero, ma è talmente severa e concentrata sulla vittoria da vederci come soldati disposti a tutto pur di portare a termine in compito che ci ha assegnato: non ci sono pietà e riposo nel regno di Carmen la Magnifica.

<<Sabato c'è una gara di salto in alto>>. Ha detto guardandomi negli occhi. Io ho abbassato i miei, sperando che si ricordasse male le mie prestazioni in allenamento e non mi credesse brava, almeno non mi avrebbe chiamato. <<Aleni!>> Ecco, appunto <<Hai intenzione di venire alle gare o hai qualche altro impegno importante?>>. Risate sparse. Visto che non rispondevo, ha scelto lei per me: <<Beh, ci vieni comunque. Questa gara la dobbiamo vincere per forza>>. L'ho guardata supplichevole, gli occhi blu spalancati dall'agitazione. Carmen si è girata dandomi le spalle e tornando a parlare, chiaro modo di porre fine alla questione.

Avrei fatto una figuraccia, proprio come l'altra volta. Ora forse è meglio che vi spieghi come mai odi così tanto le gare. È stato qualche mese fa, alla prima gara della stagione; tutti contavano su di me, ero la star della squadra, il giovane prodigio del salto in alto. E io, come sempre, non sono riuscita a reggere la pressione e le aspettative di tutti quegli occhi che mi fissavano, senza distogliere lo sguardo. E ho rovinato tutto. Quando è

arrivato il mio turno, ho sbagliato tutti e due i primi salti di una misura facilissima, di quelle così basse che di solito in allenamento ignoro, passando direttamente a quelle più alte.

Mi pareva di sentire da lì i bisbigli delusi e critici dei miei compagni.

Mi sentivo talmente umiliata che al terzo tentativo ho decisamente mollato. Tanto, se non riuscivo a saltare quella misura, figuriamoci quelle più alte.

Ero così concentrata sulla mia imminente sconfitta che nella rincorsa sono inciampata e sono caduta lunga distesa sulla pista, anche a causa dei lacci che non mi ero accorta di avere slacciati.

La scena di per sé avrebbe anche potuto essere divertente, se non fosse che avevo appena buttato via la mia finale. Addio medaglia.

Nel pullman, durante il ritorno, sentivo gli sguardi insistenti e delusi dei miei compagni, che speravano in una coppa, e di Carmen, che era così arrabbiata da non avermi rivolto la parola dalla fine della gara.

Non volevo più provare una sensazione del genere; tuttavia, non ho scelto di vincere, ma di non partecipare. Ecco, problema risolto. Io non faccio danni, loro vincono e aspetto che cancellino dalla loro memoria l'immagine di Raissa Aleni che vola per terra. Ma Carmen non si contesta, quindi avrei dovuto partecipare per forza. Non avevo scelta, non avevo potere decisionale. Ero il popolo sottoposto al clero e ai nobili, un animale costretto a lavorare al circo, un maggiordomo obbligato a correre per la casa con bicchieri di acqua e ghiaccio.

Ho raccolto in fretta le mie cose e mi sono precipitata fuori. <<Se questo è un incubo> ho pensato <<svegliatemi immediatamente>>.

Ho preso al volo la 93 per tornare a casa e ho appoggiato la fronte contro il vetro sporco. Non ce l'avrei mai fatta, lo sapevo; sarebbe andata esattamente come l'altra volta. Li avrei delusi tutti. Ho distolto lo sguardo e ho capito che non ero ancora pronta per tornare a casa.

Sono scesa alla fermata dopo e sono tornata di corsa al campo, che non è mai chiuso (scelta che trovo alquanto rischiosa e di cui non ho mai capito il motivo, forse solo distrazione dell'anziano portiere); contenta di essere sola, ho corso un po' lungo il perimetro della pista, mentre il sole cominciava a calare. Dopo aver finito il quarto (o forse il quinto?) giro, mi sono seduta a guardare l'ultimo tratto di tramonto, finché il sole non si è completamente

nascosto alla mia vista, lasciandomi a guardare l'imbrunirsi del cielo, colorato, in basso, da un alone arancione e rosso.

Ecco, in questo momento mi sento più o meno così: vedo la mia vita scurirsi e diventare sempre meno colorata, mentre mi tocca osservare da lontano la luce di speranza che si affievolisce sempre di più; so che potrei raggiungerla, ma rimango comunque lì, ferma, a guardarla sparire.

<<Che cosa ci fai ancora qui?>> Sono sobbalzata, spaventata a morte, e mi sono girata a vedere chi avesse parlato, socchiudendo gli occhi per distinguere i contorni della figura alla fioca luce dei lampioni.

Era una ragazza, più grande di me, con la felpa da allenatrice. Non ricordavo di averla mai vista in giro, forse solo qualche volta alle riunioni di fine lezione. Mi guardava con aria interrogativa, le sopracciglia inarcate.

<<Il campo non era chiuso>>, mi sono giustificata, stando sulla difensiva.

<<Lo so, mi sono sempre chiesta perché non lo facciano>>, ha risposto lei.

Non avevo voglia di parlare con nessuno, allora sono ripiombata nel mio silenzio, sperando che si sarebbe dimenticata di me e mi avrebbe lasciata sola. <<Bene, allora ti lascio. Non ti attardare troppo, tra poco sarà completamente buio>>.

Ho annuito, grata del fatto che avesse deciso di lasciare una ragazza scontrosa in pace. Mentre sentivo che si allontanava, ho cercato di ricordare dove l'avessi già vista.

E improvvisamente sapevo chi era: Giulia Scarpi, campionessa regionale di salto in lungo. Mi ricordo che una volta aveva tenuto un discorso e che io l'avevo ascoltata con interesse. Aveva detto delle cose che mi erano state molto di aiuto, ma che non rammentavo più. Avevo la sensazione che ciò che aveva detto, in quel momento, fosse di vitale importanza.

Allora mi sono alzata e l'ho raggiunta di corsa.

<<Posso fare qualcosa per te?>> Mi ha chiesto.

<<Sei Giulia Scarpi?>>

<<Sì, sono io>>. Mi ha risposto ancora più confusa.

<<Un po' di tempo fa hai tenuto un discorso qui al campo. Te lo ricordi?>>.

<<Sì, certo che me lo ricordo>>.

<<Avevi detto qualcosa sulle gare e adesso avrei veramente bisogno che lo ripetessi>>.

Giulia mi ha squadrato da capo a piedi, poi ha detto: <<Prima voglio sapere una cosa: parteciperai alla gara?>>

<<Non ho molta scelta, quindi parteciperò, sì>>, ho risposto.

<<Bene. Mi spiace, ma non ricordo perfettamente ciò che avevo detto, ma, se vuoi, puoi dirmi quello che vorresti sapere e cercherò di risponderti>>.Ho esitato, dondolandomi avanti e indietro sulle punte dei piedi, senza sapere da dove cominciare. <<Uhm...forse vorrei sapere come faccio a superare l'ansia per una gara>>. Ho mugugnato alla fine.

<<È una domanda più che lecita che mi pongono in tanti; devi sapere che quando gareggio sono focalizzata sulla vittoria: non mi curo delle persone che ci sono sugli spalti, che mi stiano incitando o meno. Per me quello, al momento del salto, diventa solo rumore. Un rumore di sottofondo, che posso schiacciare in un angolo della mia mente e dimenticare per un paio di minuti, o di meno>>.

<<Okay>> ho risposto <<ma io sono veramente confusa, perché prima di una gara mi vengono dette delle cose completamente in contrapposizione l'una con l'altra>>.

<<Per esempio?>> Mi ha chiesto Giulia con calma.

<<Devo partire subito forte, ma non troppo perché poi finisco le energie; devo essere convinta di essere la migliore, ma senza sopravvalutarmi; devo essere perfetta, ma devo ricordarmi che la perfezione non esiste; devo sempre puntare alla vittoria, ma senza perdere di vista l'obiettivo principale, che è migliorare; devo vincere, perché tutti contano su di me e altrimenti li deluderei, ma senza sentire la pressione. Però devo comunque vincere>>.

Giulia ha sorriso, a metà tra il divertito e il serio: <<Sono sicura che tu hai già le risposte che cerchi dentro di te, ma devi sapere due cose, quelle più importanti: il tuo talento è un dono e non devi vergognarti di mostrarlo agli altri; e ricordati che, in una gara di salto in alto, ad ogni turno devi essere migliore solo di un paio di persone, non del mondo intero. Pensaci>>.

Poi mi ha dato un'affettuosa pacca sulla spalla e se n'è andata. Dovevo battere una sola persona, quanto poteva essere difficile? Abbiamo entrambe sbagliato il primo salto. Prima del secondo tentativo, mi sono guardata, quasi involontariamente, le scarpe: i lacci erano ben saldi. Ho ripercorso mentalmente tutti i salti precedenti, ho raggruppato i difetti e ho capito dove non dovevo sbagliare.

E l'ho passato.

Mi sono ritrovata a sperare che la mia avversaria sbagliasse, ma poi mi sono sgridata. Non dovevo sperare in un suo errore, ma in un mio successo.

Se lei ci fosse dovuta riuscire e io fossi riuscita a batterla, la vittoria sarebbe valsa doppio.

Ma lei ha sbagliato e io mi sono ritrovata con un sorriso ebete in volto, ferma sulla pista.

Ho vinto! Ce l'ho fatta!

Ho guardato Giulia, era fiera.

Ho guardato Carmen, lo sguardo imperturbabile velato da un sorriso.

Ho guardato i miei compagni, ma non sono riuscita a vederli perché mi erano già attorno, esultanti.

Ho sentito i complimenti del responsabile del torneo, ma non li ho ascoltati. Avevo la testa altrove, sentivo che tutto, d'ora in avanti, sarebbe andato meglio. Ho fatto un passo da gigante e mi sono lasciata alle spalle la mia viscerale paura di fallire. Un piccolo passo per Raissa, un grande passo per il futuro.

Sul pullman, di ritorno a casa, mi sono rigirata la coppa tra le mani, sorridendo. E mi sono detta che lo volevo davvero tanto, pur senza rendermene conto. Mi sono accorta che in tutti questi anni ho continuato ad allenarmi, andando contro i pareri degli altri, per la mia grande forza di volontà. Perché, come diceva Einstein: <<C'è una forza motrice più forte del vapore, dell'elettricità e dell'energia atomica: la forza di volontà>>.

UNIVERSITÀ CATTOLICA del Sacro Cuore

ISTITUTO GIUSEPPE TONIOLO DI STUDI SUPERIORI
ENTE FONDATORE DELL'UNIVERSITÀ CATTOLICA DEL SACRO CUORE

Apis Amore per il Sapere ETS