

## Le Olimpiadi della vita

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

A luci spente, delle Olimpiadi di Londra ci hanno appassionato di più le storie, le vittorie, o tutt'è due? Metafora dell'esistenza umana, le Olimpiadi ripropongono, concentrato ed esaltato, il grande psicodramma della vita. Ancora più coinvolgente, perché i protagonisti sono giovani, ardenti di sogni, spesso con storie di traumi, sacrifici, sconfitte amare e vittorie ancora più esaltanti, dopo, se arrivano. Dove tanti competono, dopo anni di allenamenti, ma solo tre arriveranno sul podio. Dove un carattere fragile, o usurato dalla responsabilità e dall'obbligo di vincere ancora, possono portare al suicidio reale, o atletico e professionale.

Come Alex Schwazer, diventato il paradigma tragico di una particolare solitudine: quella dei vincenti di ieri, per i quali allenarsi, dopo, è diventata una tortura e tornare a vincere una condanna. Solitudine pesante. Dice nonna Clara, 84 anni, con il buonsenso del cuore: "Si vedeva che Alex stava tanto male, ma tutti parlavano solo di medaglie...". Dov'erano gli allenatori, i preparatori, il manager, il mental coach? Come non vedere che questo ragazzo dalla splendida zazzera bionda in due anni è quasi calvo dallo stress? Nessuno gli ha misurato le molecole infiammatorie, sicuramente alle stelle? Più si è infiammati dallo stress biologico, più si perde performance e più si è depressi. Con i rischi, concreti, di arrivare all'autodistruzione. Si può lasciar suicidare un campione così? Non sarebbe stato meglio, piuttosto, chiudere dopo Pechino, ai vertici del successo, invece che lasciarlo andare in un baratro di proporzioni annichilenti? Un atleta va aiutato anche a lasciare, con un curriculum integro e impeccabile, se mentalmente non ce la fa più. O va aiutato a riprendersi, con una pausa e un aiuto adeguati.

Sul fronte opposto, la regina della canoa, Josefa Idem, 8 olimpiadi e dieci finali. Carattere solidissimo, disciplina tedesca, cuore appassionatamente italiano, splendida famiglia, un marito che è anche il suo allenatore, buon senso, entusiasmo e tanto amore per la vita. "Uno, il coraggio, non se lo può dare", diceva Don Abbondio nei Promessi sposi. Ci vuole coraggio e temperamento anche per essere e per restare campioni, con il baricentro emotivo piazzato. Sempre impegnati a lavorare per la vittoria, ma mai contro se stessi. Campioni di calma interiore e seraficità, a soli 20 anni, come la cecchina olimpica Jessica Rossi, 99 piattelli su cento, che ha dormito profonda e tranquilla la notte prima del giorno trionfale (record olimpico, mondiale e nazionale...). Campioni di concentrazione e costanza, come le nostre fioretteste, sempre a segno nei momenti che contano. Come gli arcieri e il grande Campriani. Paese di buonisti, abbiamo dato il meglio negli sport "di opposizione" dove si combatte contro qualcuno: da soli - Molfetta docet - o in gruppo. Paese di semisportivi e calciodipendenti, abbiamo mostrato eccellenze mondiali negli sport di nicchia (arco, scherma, tiro, taekwondo...), praticati da pochi appassionati, capaci tuttavia di arrivare ai vertici assoluti. Dove star viziatissime hanno deluso, senza mostrare peraltro il minimo dispiacere, anzi pensando ai futuri reality, e giovani di immenso carattere e grande riservatezza, sconosciuti ai più, hanno saputo allenarsi nell'ombra per anni. Con tenacia, con dedizione, con capacità di concentrazione assoluta, senza proclami e senza narcisismi: per trovarsi pronti e immensi, nel giorno che conta.

Ragazzi e ragazze, uomini e donne, italiani grandissimi, che ci fanno credere ancora nel valore del merito, delle qualità umane e morali, di un'etica della vita, prima ancora che dello sport.

Sono loro, a cui dovremmo ispirarci, noi tutti, sfiduciati e stanchi di vedere un Paese travolto dagli interessi personali, dal cinismo, dall'incompetenza e dalla ruffianeria. Grazie ragazzi, grazie ragazze! Davvero campioni da cui prendere esempio per l'Olimpiade della vita, per la quale siamo in corsa tutti.