

## Olimpiadi: energie d'oro per l'Italia

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Grazie di cuore! Con le leggiadre farfalle della ginnastica artistica, atlete e atleti hanno completato a Tokyo un rotondo 10+10+20 medaglie, per un perfetto 40. Una magica estate, con i colori smaglianti dell'azzurro e dell'oro. E' volata leggera, con ali brillanti d'argento e di bronzo, che ogni giorno ci hanno fatto tifare e gridare di gioia, orgogliosi e felici. Giorni di gloria. La migliore terapia, dopo mesi di buio. La migliore liberazione dai molti pesi che avevano zavorrato gli animi.

I nostri atleti ci hanno regalato risultati solidissimi, costruiti con talento e immensa disciplina. Con temperamento, carattere, resilienza e costanza. Con una strutturata capacità di concentrarsi sugli obiettivi proprio e nonostante le difficoltà. Con allenatori e allenatrici e commissari tecnici capaci di visione e costruzione, dentro le regole. Sono questi gli ingredienti indispensabili per essere compiutamente se stessi, nello sport e nella vita. Per raggiungere traguardi di sogno, perseguiti per anni con tenacia quotidiana. "Per aspera ad astra", attraverso le situazioni difficili, si arriva alle stelle.

Quaranta medaglie, più delle 36 di Roma e Los Angeles. Nel 1960, impoveriti, affamati, con le ossa rotte dalla guerra, ma con una immensa voglia di ripartire, abbiamo vissuto a Roma un'Olimpiade strepitosa. Allora però i Paesi partecipanti erano 112, con 5500 atleti. Nel 2020 i Paesi sono stati 205 con 11.090 atleti (!) e un livello di competizioni sempre più alto e selettivo. Fare più di Roma dà la misura delle potenzialità e dei risultati di un'intera Nazione che può trovare nello sport l'energia per ripartire col turbo.

I nostri atleti meritano tripla gratitudine. Anzitutto per le splendide medaglie vinte, che pongono l'Italia fra le nazioni migliori del mondo, rendendola la prima radiosa stella dell'atletica. Secondo, per l'esempio di quanto lo sport sia un volano di vita, capace di cambiare anche i destini più vulnerabili, quando sia abitato con forza interiore, grinta, capacità di soffrire e coraggio. Di quanto determinazione, umiltà, costanza (più di diecimila ore di allenamento!) e capacità di fare squadra siano talenti formidabili: un esempio magnifico per i nostri bambini e ragazzi, che ne hanno immenso bisogno. Terzo, per le meditate dichiarazioni che hanno illuminato i dopo-gara. Con sorrisi che hanno portato il sole e la gioia in ogni casa italiana, i nostri atleti hanno dimostrato ancora una volta che i grandi risultati non si improvvisano, ma che noi, italiani nativi e italiani per scelta, per destino e per amore, ce la possiamo fare. Alla grande, contro ogni pronostico. «Forget the Roman Empire. Italy rules again!», titola un quotidiano inglese: dimenticatevi l'Impero Romano, l'Italia domina e conduce ancora!

I nostri atleti ci hanno ricordato che il percorso per raggiungere un obiettivo, Olimpiade o progetto di vita, richiede un affinamento paziente, allenando i talenti e correggendo i limiti fisici ma anche psicologici. Un atleta che arriva al podio dopo un periodo così difficile merita un premio honoris causa alla perseveranza, somma virtù, che sollecita un rilancio nazionale in grande spolvero. Uomini come Jacobs e Desalu sono riusciti a diventare atleti superlativi anche se i padri li hanno lasciati poco dopo la nascita e le mamme hanno fatto miracoli per dare disciplina e ordine mentale a figli impetuosi. Sacrosanto lo "ius soli" sportivo, giustamente riproposto da

Giovanni Malagò, presidente del CONI. Lo sport è il miglior fattore di integrazione, di valorizzazione e di riscatto da destini altrimenti feroci.

E' urgente riportare lo sport a scuola, fin dalle elementari, come materia preziosa per sviluppare e affinare talenti, per allenare cuori e cervelli. Per costruire personalità più strutturate e solide, capaci di imparare dal perdere ancor più che dal vincere. Per aiutare i ragazzi a sentire che rispettare le regole significa forgiarsi più forti, proprio dentro quegli argini, per potenziare energie più focalizzate e potenti. Per un progetto così alto sono necessari allenatori autorevoli che sappiano meritarsi l'adesione a un progetto di allenamento e di squadra intrinsecamente convincente. Patrick Parcesepe, che porta due atleti, Massimo Stano e Antonella Palmisano, a vincere le Olimpiadi nella stessa disciplina, dovrebbe tenere una scuola nazionale, così come il Maestro dei cambi, Filippo Di Mulo, che ha portato la nostra 4x100 a un indice di cambio (2"70) mai visto prima a un'Olimpiade. Metodo italiano.

E noi? Alleniamoci, per tenere in forma corpo e mente. Studiamo. Lavoriamo. E vacciniamoci tutti, per vincere insieme l'Olimpiade del ritorno alla vita, più efficaci, creativi e grintosi di prima. "Duce virtute, comite fortuna": con virtù, valore e forza, la fortuna ci sorriderà. Ancora. E a lungo.