

Il Sogno di Santiago

È un progetto della Diocesi di Fossano sulla vita e sui sogni che fanno muovere i piedi. Un progetto realizzato con una persona che ritengo straordinaria: Derio Olivero.

Il progetto guarda al mondo sportivo come un centro vitale, in cui le persone si impegnano reciprocamente nella “cura” di sé e degli altri, cura del saper essere e del saper cambiare.

La forza educativa dello sport!

Il Sogno di Santiago si trova al bordo dei campi sportivi e dentro le palestre, sui sentieri di montagna e nelle piscine... a Fossano c'è un luogo speciale: il “sentiero dell'anima” che unisce la cappella di San Michele alla chiesa di Boschetti. Pensiamo che sia uno degli antichi cammini italiani verso Santiago de Compostela. Il cammino di Santiago è ancora oggi meta di migliaia di persone che desiderano unire sport e ricerca interiore.

*Coloro che sognano di giorno fanno molte cose che sfuggono a chi sogna soltanto di notte.
(Edgar Allan Poe)*

Sguardi e attenzioni

Se guardi con attenzione nello sport vedi meraviglie. Belle persone che si spendono ogni giorno, squadre che coltivano passioni, istituzioni che offrono servizi. Per chi guarda distrattamente, le squadre e i gruppi sono “semplicemente” un insieme di sportivi. Ma se guardi meglio scopri un polmone per la società, un vero forziere, una ricchezza di vita. Centinaia di allenatori, istruttori, educatori, presidenti, maestri spendono tempo ed energie ad insegnare non solo uno sport, ma un modo di stare al mondo, con gli altri, con se stessi, con il proprio corpo: sono palestre di vita. Per questo ritengo importante guardarle con attenzione, con riconoscenza. Per questo ritengo importante che la Chiesa sia disponibile ad aiutare queste associazioni.

Don Derio

Imparare a vedere, abituare l'occhio alla pacatezza, alla pazienza, al lasciar-venire a sé: rimandare il giudizio, imparare a circoscrivere e abbracciare il caso particolare da tutti i lati. È questa la propedeutica prima alla spiritualità. (F. Nietzsche)

Empatia e incontri

Attenzione! le interviste nel mondo sportivo sono fatte di parole ad alto contenuto di empatia. Ho scambiato idee con allenatori, accompagnatori, maestri, atleti e presidenti, sui sogni, le sfide, le partite, le salite, la panchina, il gioco di squadra, l'allenamento, l'interiorità, l'agonismo.. ho raccolto ciò che ho ascoltato in appunti “empatici” e ho aggiunto citazioni di poeti, cantanti, pensatori e filosofi che hanno scritto delle stesse cose. Sai che cos'è l'empatia? Il dizionario dice semplicemente che è la capacità di capire, sentire e condividere i pensieri e le emozioni di un altro in una determinata situazione. E se fosse qualcosa di più?

Monica Mazzucco

*Io vedo che quando allargo le braccia i muri cadono. Accoglienza vuol dire costruire ponti, non muri.
(Don Andrea Gallo)*

Assaggi di incontri empatici sui campi sportivi

Atletica - Intervista agli allenatori Sandro Boasso e Paolo Braccini, al Presidente Elio Reynaudo e ad Andrea Aragno (Atletica 75 Fossano)

Non diciamo mai a nessuno che non è tagliato per l'atletica. Chi fa atletica si misura con il metro e il cronometro. È una sfida prima di tutto personale, con se stessi! Ti chiede di fare i conti con i tuoi limiti. Devi sapere chi sei e dove stai andando. L'atletica è una palestra di vita. Se ti alleni avrai risultati buoni, lentamente, partendo dai tuoi limiti. L'Atletica è vera: devi lavorare molto per migliorare pochissimo e capire le cose con la fatica. Devi anche saperti organizzare e non sprecare le risorse, e il tempo.

L'agonismo è un confronto leale con un'altra persona dentro una gara. Finita la gara l'agonismo è finito, ed è rimasto sulla pista.

I campioni non si fanno nelle palestre. I campioni si fanno con qualcosa che hanno nel loro profondo: un desiderio, un sogno, una visione. (Muhammad Ali)

Basket - Intervista a Franco Arcidiacono allenatore (Basket Fossano)

Io dico ai ragazzi “cerchiamo di non perdere”, non dico loro che devono assolutamente vincere. Si può accettare la sconfitta ma non la si vuole. L’agonismo è rispetto dell’avversario. Incarnare i valori dello sport è essere un buon cittadino ed anche un buon cristiano. Affrontare i problemi della partita è come affrontare i problemi della vita. L’allenamento serve a sviluppare l’attitudine a risolvere i problemi, ad affrontarli. E ad educare alla volontà. Serve a costruire protagonisti di un miglioramento personale.

Ognuno di noi ha un paio d’ali, ma solo chi sogna impara a volare. (Jim Morrison)

Baseball - Intervista a Gianpiero Forte giocatore ed ex-allenatore (A.S.D. Fossano Baseball club)

Per me il rapporto umano è la cosa più importante. Per me la squadra è la mia famiglia. Nel baseball ci sono storie di amicizia, vere, genuine, che fanno bene e fanno capire la vera essenza dello sport. Non conta il denaro nel baseball per noi, solo il desiderio di fare sport per stare insieme e condividere momenti che restano impressi nella mente.

Non si vede bene che col cuore. L’essenziale è invisibile agli occhi. (Antoine de Saint Exupéry)

Intervista a KINY allenatore (A.S.D. Fossano Baseball club)

A me il baseball ha dato la sicurezza di vivere, mi ha insegnato ad aver fiducia in me stesso, a credere nella squadra e mi ha dato la forza di sopportare anche momenti non belli. Non si vince sempre la partita. È così. Ma devi vedere la parte positiva della vita, il bicchiere mezzo pieno, e andare avanti. Chiedo ai giocatori di mettercela tutta, rispettare le regole per costruire il gioco facendo prevalere l’interesse per la squadra. Fossano mi dà molta soddisfazione. C’è una comunità di persone che segue il baseball e che fa tutto: si trova a festeggiare le vittorie ed anche a riparare i buchi nella rete! Il baseball è bello per questo.

Ho un debole per le persone che hanno cicatrici nascoste dietro un sorriso, per chi apre le braccia al futuro pur avendo conti in sospeso con il passato, per chi avrebbe il diritto di urlare contro e invece sussurra serenità. Ho un debole per gli animi rotti ma portatori sani di positività. (Michelangelo Da Pisa)

In Cima con il CAI Fossano - Intervista al Presidente Angelo Brizio e agli Accompagnatori di Alpinismo Giovanile Sergio Vizio e Osvaldo Imberti. (Club Alpino Italiano Sezione di Fossano)

Andare in montagna non è uno sport. Noi non parliamo di competizione ma di passione: passione per l’ambiente naturale integro. Di rapporto con gli altri, di stare bene insieme, di gioia, di fatica e sofferenza, di valori della vita.

In montagna, ho provato molto presto un profondo sentimento di libertà. Ritorno a essere un animale selvaggio, uno stambecco che vaga a suo piacimento. Mi piace andare di pietra in pietra, senza meta, su terreno accidentato. Vivere di poco, immerso nella natura mi dà la sensazione di essere nel mio spazio. (Patrick Gabarrou - Alpinista)

Calcio - Intervista a GIUSEPPE Curetti allenatore 2013 della prima squadra (A.S.D. Fossano Calcio)

L’allenatore non è il loro comandante. Assomiglia di più ad un facilitatore che crea l’unità nella squadra. Non è il protagonista, ha un’influenza bassa, incide nel male ma non nel bene...Vinci se hai una buona squadra, ma puoi anche perdere se non dai gli input giusti.

Sono ragazzi che si trovano nella stessa squadra, a lottare per la stessa cosa, e forse se non fosse per il calcio non si sarebbero mai incontrati, hanno vite completamente diverse, età diverse.

Qualunque cosa tu possa fare, qualunque sogno tu possa sognare, comincia. L'audacia reca in sé genialità, magia e forza. Comincia ora. (Johann Wolfgang Goethe)

Intervista a Beppe Lingua e Andrea Femia, Presidente e allenatore (A.S.D. San Sebastiano Calcio)

Mi scrivo in grande la parola GRINTA. Il motto è “in campo con grinta ed umiltà per essere protagonisti”. La parola grinta significa letteralmente volontà determinata, decisione e forza. L'aggressività positiva è la “grinta”. Per giocare a calcio è indispensabile. Forse è vero che si sviluppa correndo dietro al pallone, che si diventa un po' più grintosi quando si vince o si gioca bene contro squadre più forti, quando si segna un goal imprevedibile, quando si attraversa ancora il campo e il fiato è davvero finito e l'acido lattico si sta mangiando i polpacci. Quando si gioca bene nonostante critiche e giudizi ad alta voce a trecentosessanta gradi... e si perché tutti si intendono di calcio!

Fin dall'adolescenza sono stato un fanatico del calcio. Sarei morto in combattimento piuttosto che dichiararmi vinto, potevo giocare per ore prima di andare a bere un sorso d'acqua al rubinetto. Così non ho tardato a comprendere che ero pieno di grandi riserve di energia vitale che dovevo imparare a spendere. Questa energia si esprimeva in diverse maniere ma via via che crescevo cominciava a dividersi in maniera polare: l'azione e la contemplazione. Questa dualità ha poi caratterizzato fortemente la mia maniera di vivere l'alpinismo ed è stata la pietra di paragone della mia vita. (Patrick Gabarrou - Alpinista)

Intervista a Rocco Racca e Maurizio Comba, Dirigente e allenatore (A.S.D. Salice Calcio)

La società è nata da poco, ci mettiamo molta passione. Abbiamo cercato di far ritornare il clima del calcio in oratorio, in cui la sensazione per i ragazzi è quella di entrare in un luogo accogliente in cui si può imparare e giocare tutti, senza l'obbligo assillante del risultato. Giocare a calcio rimane il modo migliore per imparare ad accettare serenamente anche le piccole grandi sconfitte di tutti i giorni e per allenarsi all'impegno, al rispetto delle regole e a dare sempre il massimo nelle partite e nella vita.

C'è un secondo elemento rilevante, ed è che i due sono in cammino: camminare è un'attività così normale che non ci facciamo caso, eppure camminare è un permanente atto di fiducia; mettiamo un piede in avanti e così facendo ci sbilanciamo completamente, rompiamo il nostro equilibrio, scommettiamo che il piede trovi un appoggio e che si possa così ristabilire il tutto; ma per un attimo solo, perché immediatamente segue un altro passo, un altro sbilanciamento... Capita di cadere: quando il piede non trova l'appoggio, dato che l'equilibrio è spezzato, la possibilità di cadere è alta. Ma camminare è anche l'unico modo di avanzare, di andare da un posto all'altro. È come se ci fosse detto che la coscienza necessita di uno sbilanciamento per entrare in movimento, che rimanere stabili e ben equilibrati su se stessi non conduce da nessuna parte. Stella Morra, commento all'episodio dei due discepoli di Emmaus (Luca, 24, 13-35) nel libro “Parole intorno al pozzo, conversazioni sulla fede”.

Handbike - Intervista a Sergio Anfossi, campione di handbike e presidente (P.a.s.s.o. Cuneo)

Quando hai un progetto, un sogno, fai quello che serve per realizzarlo. Dai tutto te stesso. Prima di avere dallo sport bisogna dare tutto allo sport.

Quando i risultati sono inferiori alla media devi capire perché, forse basta gestire meglio i tempi di riposo e la potenza che spendi. Sul mozzo della ruota io ho installato un misuratore che indica la potenza spesa dai muscoli in Watt. A me il misuratore serve perché io parto forte, vedo che eccedo e so che potrei bruciarmi, leggo la misura e se occorre mi risparmio. Così non ho mai bruciato una gara.

Quando la bici non va come vorresti puoi farla modificare. Se compriamo la bici e ci adattiamo a lei sbagliamo, dobbiamo fare l'inverso e adattare la bici a noi.

La soddisfazione più grande? Vincere la sfida con se stessi.

Tutto l'universo cospira affinché chi lo desidera con tutto sé stesso possa riuscire a realizzare i propri sogni. (Paulo Coelho)

Ju jitsu - Intervista a Aurora Torchio, Maestra Ju Jitsu (Ju Jitsu Fossano)

Il Ju Jitsu non è uno sport, è la più antica arte marziale giapponese. Non è uno sport agonistico e contiene molta filosofia. Insegna il rispetto, l'amicizia, la non violenza, la difesa e l'autocontrollo. L'aspetto educativo è più importante di quello tecnico. Che gli allievi arrivino primi o ultimi in competizione non ha importanza, però devono lavorare.

Il maestro sa che quando t'insegna impara da te, e che tu devi imparare a conoscere te stesso. Quando s'inizia una lezione ci s'inchina entrambi, allievi e maestri, ma è il maestro che si alza per primo. Si ripete una formula in cui si dicono: m'impegnerò al massimo per imparare, m'impegnerò al massimo per insegnare. E si ringraziano tutti, compresa la palestra, il tatami e tutto intorno.

L'arte marziale può servire per se stessi, per ritrovare la calma e l'autocontrollo.

Io non conosco il modo di sconfiggere gli altri, ma la Via per sconfiggere me stesso. (Maestro Yagyu)

Nuoto - Intervista a Elena Colombo Allenatrice Nuoto (Piscina di Fossano A.s.d. ViviSport Uisp Fossano)

L'allenatore deve far risaltare le qualità tecniche ed atletiche di ciascuno. Le persone sono tutte diverse e questo viene accentuato dal fatto che c'è l'elemento acqua. Tutti stanno in acqua in modo diverso, perché sono diversi, ci sono i "determinati", quelli che soffrono l'allenamento, quelli che stanno in acqua facilmente.

Il nuoto è fondamentalmente uno sport individuale ma non si deve pensare che il gruppo non conti niente, anzi è importante perché aiuta alla gestione "emotiva" della gara.

Vai con fiducia nella direzione dei tuoi sogni. Vivi la vita che hai immaginato. (Henry David Thoreau)

Volley - Intervista a Davide Picco allenatore (Volley Fossano)

Noi dobbiamo far capire a tutti che possiamo diventare sempre più bravi: il tema è il miglioramento di sé. I ragazzi devono migliorare tutti, e lavorare tutti. Si lavora anche ad accettare la sconfitta e che altri siano più bravi. Quando hanno 12 anni, in 3-4 mesi imparano e cambiano molto rapidamente, per questo è importante che non saltino allenamenti e partite.

Se puoi sognarlo, puoi farlo. (Walt Disney)

Intervista a Liano Petrelli allenatore (Volley Fossano)

Nel gioco non ti puoi nascondere, vieni fuori. Io credo che tutti i ragazzi siano unici. L'allenatore ti aiuta a esaltare la tua unicità, guarda la tua personalità ma t'insegna la tecnica, ti allena e non ti gestisce. Tutti i ragazzi hanno del talento, magari non lo sanno. Come allenatori dobbiamo aiutarli a capire quale può essere il loro ruolo. Ho fatto meraviglie con costanza e passione. Mi piaceva stare in campo per dare, per me la squadra veniva prima del resto, prima della persona.

Il sogno di un uomo solo è solo un sogno, il sogno di molti uomini può cambiare il mondo. (Paulo Coelho)