

RIFLESSIONI AL TERMINE DEL CAMPIONATO ITALIANO AGONISTI 2023

Sabato e domenica abbiamo vissuto una delle competizioni più faticose della nostra esperienza.

Per questo campionato abbiamo deciso di far sperimentare agli agonisti la possibilità, data dalla federazione, di iscriversi in più categorie, quindi alcuni atleti per la prima volta hanno eseguito in gara tanti kata, fino a 9 complessivi, oltre al kumite! A volte anche contemporaneamente, dovendo saltare da un GI all'altro e da un tatami all'altro, con conseguente necessità di grande concentrazione, cosa che avevamo, però, ipotizzato in precedenza.

D'altra parte è impossibile pensare di poter ottimizzare di più i tempi organizzativi, significherebbe dover svolgere la gara in tre giornate. Capiamo che la federazione ha fatto davvero del suo meglio e che questi sono i "rischi del mestiere". Essere agonista vuol dire anche essere pronto a questo genere di prova.

Altra contingenza difficile da gestire sono stati i numerosi infortuni occorsi durante la gara, tanto da portare il responsabile di gara a interrompere la manifestazione e dare indicazioni agli arbitri di penalizzare gli atleti in modo da tutelarli maggiormente. E così siamo tornati con vistosi segni della battaglia.. nasi, pollici, piedi, ginocchia, mascelle, labbra... Anche questo è certamente "formativo", sebbene non auspicabile come "regola"; ma neanche come eccezione, aggiungo io.

I nostri atleti sono stati tutti all'altezza della situazione e non hanno provocato incidente alcuno, il che mi rincuora perché lavoriamo da sempre sull'autocontrollo e sulla consapevolezza delle proprie emozioni: ciò ha comportato anche qualche ritiro non previsto, cosa che deve essere possibile e accettabile al fine di far sentire gli atleti "protetti" e non "costretti".

Un motto che è venuto fuori prima delle gare di kumite, e che ci tengo a ribadire è il seguente: "*più focus, meno pathos*", al fine di ricordare che, sì, ci battiamo come gladiatori al momento giusto, ma.. più importante, ricordiamoci sempre che "*è solo una gara!*", un puntino all'interno del grande disegno della nostra vita. Non è quel numero scritto sul podio a dirci cosa siamo, e non lo sarà mai.

Per poter adattare alla realtà il motto di cui sopra, ho bisogno di ricordare che al momento della gara, sia di kata che, a maggior ragione di kumite, i "tifosi" possono aiutarci molto, facendoci sentire il loro calore dagli spalti, perché vi assicuro che fa la differenza, al termine di una gara, sentire l'apprezzamento di chi ti vuole bene. Al termine, però. Non prima, o durante. Quando finisci la gara, hai bisogno di un riscontro e di un abbraccio, ma prima di farla, o ancor di più mentre la fai, hai bisogno di concentrazione, sangue freddo. Incrociare lo sguardo di chi ci ama è pericoloso. In quegli occhi, in un attimo, senti l'aspettativa e, quindi, la pericolosissima paura di deludere. Anche di chi non ti ha mai detto nulla per fartela sentire. Siamo noi, è il nostro amore che ci fa desiderare di fare qualcosa per loro. Non c'è niente da fare, è pericoloso. Se vogliamo bene ai nostri atleti, mentre gareggiano dobbiamo garantire loro le condizioni per dare il meglio di sé.

Un'osservazione che è venuta spontanea è vedere come rispetto ad altre società, i nostri risultati sono stati migliori negli agonisti, rispetto ai preagonisti, e nel kata, rispetto al kumite. Mi ritrovo molto in linea con questi risultati: il lavoro stagionale dedicato ai bambini (preagonisti) è volto a farli stare bene, a bilanciare l'impegno con il divertimento, ma senza caricarli troppo alla ricerca della prestazione perfetta. Infatti i bambini rendono di più nel kumite, lavoro che più facilmente è volto alla dinamica e al divertimento, e li coinvolge generalmente di più.

Gli agonisti invece sono quei ragazzi che da anni lavorano e si specializzano, in particolare nel kata, perché questa è la nostra specialità storica. Sono bravi anche nel kumite, perché ricerchiamo la completezza e perché ci piace, ma nel kata i veri risultati vengono con il tempo e, in questa gara, ragazzi che praticano da oltre dieci anni hanno dimostrato di aver raggiunto un livello tale da poter competere con i più grandi. Nel kumite in linea di massima forse non siamo all'altezza di quelle società che si dedicano solo a questo settore, ma riusciamo a svolgere buonissime gare, a toglierci le nostre soddisfazioni, a comportarci da veri karateka, che stringono la mascella se si fanno male e sono rispettosi con tutti e con tutto.

Poi, gli stessi atleti, avranno i loro momenti di sfogo e le loro paure, con il fidanzato, con i genitori, con un amico... ed è normale che sia così.. ci sta, è qualcosa che deve avere il giusto peso e il giusto spazio. Ai tifosi il compito di consolarli, e di tranquillizzarli in maniera sana... o di indirizzarli dove o da chi è più giusto andare, se è necessario.

In questa gara non c'erano solo agonisti, ma anche veterani. Persone che forse non sognano sin da bambini di diventare "campione italiano" di una specialità o l'altra, ma adulti che ogni giorno vanno al lavoro e praticano il karate esclusivamente per sé stessi; persone che non hanno i genitori sugli spalti, ma che vivono cercando di portare i principi in cui credono nel loro quotidiano. Persone forse non abituate a vivere le emozioni della gara, e forse proprio per questo ancor più emozionante, e che hanno portato sul tatami il grande significato di ciò che fanno e, con la loro presenza e parole, hanno omaggiato e dato supporto ai praticanti più giovani di loro, nei confronti dei quali c'è un reciproco rispetto che parla da solo.

Posso dire con certezza che la frase: "sono orgogliosa dei miei allievi" non è fatta solo di cinque parole, ma di tutte quelle che avete letto sinora (e molte altre ancora...). Al ritorno nel Dojo, la mia voglia di aiutarli a migliorare e di farli sentire accolti è enorme e non vedo l'ora di programmare un'altra stagione, ma soprattutto, di crescere con loro.