

---

## **Sport: Tortu, “è la vita che ho scelto e che amo. Mi spinge ad essere migliore e i sacrifici non mi pesano”**

“Quando ripenso alle olimpiadi, penso a quando ho tagliato il traguardo e ho pensato a tutte le persone in tribuna che mi vogliono bene e mi hanno aiutato a conseguire questo obiettivo. Se penso allo sport non penso al sacrificio: quello che insegna lo sport è soprattutto confrontarsi con te stesso; ti mette di fronte ai tuoi più grandi sogni e alle tue più grandi paure. Ti permette di capire chi sei”. Lo ha detto il campione olimpico Filippo Tortu, dialogando questa sera a Palazzo Pio con il card. José Tolentino de Mendonça, prefetto del Dicastero per la cultura e l’educazione, nel primo degli incontri promossi da Athletica Vaticana, la polisportiva ufficiale della Santa Sede. “Durante l’olimpiade – ha proseguito il campione – ho capito che la cosa più importante è avere dato tutto me stesso per essere lì condividendo un percorso con persone che sono diventate una famiglia per me. L’importante per me era essere consapevole di avere dato tutto per essere lì. Cinque giorni che mi hanno profondamente cambiato. Ho capito quanto sia importante essere in pace con se stessi per essere in pace con gli altri”. “Per correre più veloce – ha affermato ancora Tortu – devi fidarti e lasciarti trasportare da quello che hai fatto durante la preparazione; arrivare in campo molto sereno, sicuro di tutto il lavoro di allenamento fatto. Più sono sereno più riesco a correre veloce, senza forzare. I piedi bisogna farli andare e seguirli”. Rispondendo ad una domanda sulla figura dell’allenatore, Tortu ha spiegato che suo padre, che è anche il suo allenatore, lo ha sempre messo di fronte alla consapevolezza del tipo di disciplina richiesto. “Tu sai che devi fare queste cose – gli diceva –. Puoi farle o no. Se vuoi sbagliare sei libero di farlo”. “Io – ha spiegato – ho pensato che non volevo sbagliare”. Quindi la rievocazione dell’incontro con il Papa: “Mi tremavano le mani, non mi era mai successo con nessuno”. Sottolineando l’importanza di “correre senza disperdere energie”, il campione ha assicurato che “la cosa più importante è avere il controllo e la consapevolezza di quanto devi fare: è questo che ti fa esprimere anche al di sopra di quanto tu pensassi di poter fare”. Infine ha ribadito: “Non mi piace parlare di sacrificio: è la vita che ho scelto, che mi piace. Io mi sono votato allo sport: mi fa stare bene e i sacrifici non mi pesano. L’obiettivo dello sport è essere la versione migliore di te stesso, fisicamente e mentalmente”.

Giovanna Pasqualin Traversa