

Intervista “Alfabetica”

Di Gilberto Costa

Introduzione:

Leggere le tue risposte sono musica per le mie orecchie. Come ad esempio quella dei tuoi “leva” Peter Gabriel, o quella del cantante italiano più “controcorrente” di quegli’anni (70) Rino Gaetano e quella del massimo esponente della soul music Stevie Wonder.

Il simpaticissimo Carlo Verdone ti ha preceduto (nascita) di soli tre giorni, e tu hai anticipato di sei il poliedrico Giorgio Faletti capace di valersi l’appellativo di: “massimo scrittore italiano vivente”.

Nel tuo anno nasce anche l’Europa comunitaria (9 maggio), Antonio Di Pietro e Renato Brunetta. Il “bel Renè” Vallanzasca il giorno di San Valentino, Flavio Briatore, John Landis regista dei “The Blues Brothers” e il campionissimo di nuoto Mark Spitz vincitore di 7 ori a Monaco 1972. Da ex tennista saprai, o ti farà piacere venire a conoscenza di essere coetaneo del mitico Adriano Panatta.

Direi una gran bella compagnia!

*< Ti ho sempre ammirato come Trailer “silenzioso”, ma il mio evidentemente era solo un “abbaglio”, dovuto alla mia timidezza nel rapportarmi con il prossimo!
Cosa che ho superato attraverso la tastiera del computer trasformandola in audacia. >*

Grazie per l’intervista e per le “chiacchierate” seguite...via mail.

“ L’alfabeto, perché è la prima cosa che s’impara a scuola, e io ho tutto da imparare! ”

Domande serie e domande curiose.

Eccola:

Ad “Alfonso Gifuni “

Cambiaso & Riso



A. *proposito del doping*

R:

(Uno o più aggettivi per definirlo
Il tuo punto di vista!!!)

Penso semplicemente che quando si ricorre a questo strumento vengano meno i due fattori a mio parere che sono alla base dell'attività sportiva: il divertimento (che spesso è la scintilla iniziale) e la tensione interiore a migliorarsi o a raggiungere dei traguardi (a qualsiasi livello). Evidentemente subentrano altre dinamiche ed altri scopi (denaro, desiderio di apparire, ecc.) che esulano dallo sport e che, non per un caso, troviamo dominanti in quasi tutti gli ambiti del nostro modo di vivere attuale.

Ovviamente questa è un'angolazione individuale, ma non si può ignorare che ci sono attività sportive dove il fenomeno è tanto diffuso da diventare un fatto collettivo.

Basta (A cosa...

E cosa basterebbe...)

R:

Dovrei fare un elenco di cose a cui dire basta; potrei rimandarti alle canzoni/invettiva di Guccini ("Libera nos Domine", "Cyrano", etc), ma se devo dire una cosa sola, direi basta alla pubblicità.

Nella misura ossessiva in cui è presente nella nostra vita, ci inganna, ci rincoglionisce e ci impoverisce, perché alla fine ci costringe a pagare oro quello che senza di lei costerebbe molto meno. Speriamo che la rete rappresenti in futuro una opportunità di controllo e di divulgazione libera (così come nel caso dell'informazione)

Cosa basterebbe? Anche qui è difficile pensare che basti una cosa sola, ma siccome sono convinto che il singolo abbia sempre la possibilità di scegliere, direi che basterebbe che ognuno provasse a dare una dimensione più umana alla propria vita (relazioni, ritmi, etc.)

Corri perché...

R:

(Semplicemente
il tuo perché)

Corro perché, come dicevo precedentemente, alla base dello sport che scegli c'è il divertimento e poi perché correre è una formidabile opportunità per imparare a conoscersi, a migliorarsi e a confrontarsi con se stesso e con i propri limiti, prima che con gli avversari.

Inoltre, cosa che non mi aspettavo quando ho iniziato, ho scoperto che pur trattandosi di uno sport individuale per eccellenza, la corsa rappresenta invece una formidabile occasione di condivisione, sia durante le gare che nel corso degli allenamenti: ho trovato più amici in meno di due anni di gare che in trent'anni di tennis. E doversi dire, l'impossibilità ritrovarmi con gli altri è un aspetto che mi è mancato molto in occasione degli stop per infortunio.

D*escriviti*

(Come podista...
Ma soprattutto caratterialmente.
Cosa ami, fuori dalla corsa
Hobby, vacanza ideale.)

R:

Probabilmente non sono in possesso dei criteri tecnici per poter giudicare, se non superficialmente, un podista. Posso dire che ho iniziato a correre in maniera piuttosto istintiva e che cerco di migliorare, soprattutto nei comportamenti e nella condotta di gara. Penso di avere il difetto di confrontarmi con un podista ideale che spazia sulle varie distanze e sui vari terreni; come piacere nella corsa preferisco lo sterrato ondulato e le gare con queste caratteristiche e una lunghezza intorno ai 10 km.

Caratterialmente penso di essere abbastanza guardingo e riservato, ma portato a diventare generoso per primo quando mi trovo davanti un interlocutore di cui mi fido.

Essendo una persona piuttosto interessata a quello che mi circonda, ho vari interessi che in qualche caso nell'arco degli anni possono essersi assopiti, ma che poi tornano periodicamente a galla. Ma direi che, come molti di quelli che hanno avuto "i migliori anni della nostra vita" nella seconda metà degli anni 60, se c'è qualcosa che mi ha accompagnato costantemente sono il cinema e la musica: hanno in larga parte sostituito per noi i romanzi e la poesia. In particolare direi che nei primi anni settanta, elaborati i fermenti degli anni precedenti, specialmente dall'altra parte dell'Oceano si è avuta una produzione eccezionale nei due campi. La mia vacanza fino ad ora è stata montagna (estiva ed invernale) e viaggi preferibilmente a girare nella campagna francese sulle tracce della cultura romanica, ma cercando di godere anche di natura, cucina e quiete.

Da qualche mese sono andato in pensione, per cui non escludo di allargare gli orizzonti; il posto dove andrei subito è la Cordillera Blanca in Perù.

E' *iniziato tutto*

quel giorno...
(Quando la "scintilla"
Per la corsa...in che
Occasione...)

R:

La prima volta che ho pensato che mi sarebbe piaciuto correre è stata nell'estate del 2006 al Cervinia Film Festival: andai ad una serata dedicata a Bruno Brunod e scoprii la corsa in montagna. Pensavo che sarebbe stato un altro modo di godere della montagna.

Dopo pochi mesi una lesione al tendine della spalla destra mi costrinse a interrompere il tennis; cominciai a corricchiare tanto per non perdere la condizione.

Venni poi convinto ad iscrivermi alla corta dei Caruggi: non avevo mai fatto 5 km tutti di seguito.

Mi ricordo che partii per ultimo (si partiva tutti insieme, lunga e corta), ma che per tutti i 5 km superavo gente. Alla fine arrivai nei 10 e senza neppure troppa fatica. Così decisi di riprovare

...

F*inalmente...!!!*

R:

(Il tuo personale...)

Non ho personali, non avendo un pregresso. Anzi direi che il cronometro inizia solo ora ad essere un riferimento (spesso nelle gare mi dimentico di farlo partire o di fermarlo ...).

Non ho mai fatto una mezza o una maratona, pur avendo corso distanze superiori in altro tipo di competizione, per cui non ho tempi da citare.

La cosa che mi stimola è fare meglio dell'anno prima nelle gare cui partecipo (fino ad ora è avvenuto, ma non mi illudo che sarà sempre così ...)

G*ara*

R:

(La tua 1°gara, la tua futura...

Quella che non correrai mai...

quella alla quale fai di tutto

per non mancare.)

La prossima gara sarà Les Cretes Vosgiennes: una gara di 33 km in Alsazia sulla catena che è stata spesso il confine mobile tra Francia e Germania (ho trovato un'altra scusa per viaggiare ...)

Penso che non farò mai una maratona, tra i vari motivi perché richiede una preparazione troppo lunga e che mi costringerebbe a non "divertirmi" per un periodo di qualche mese.

Quella che vorrei fare a tutti i costi un altr'anno è un trail nella regione dei Puys in Alvernia, che è la regione francese che preferisco.

H*anno detto.... R:*

(Una "frase celebre" famosa, che ti è rimasta, vale anche una di un amico o di un familiare)

La frase che preferisco (potrebbe essere la risposta alla tua seconda domanda) è di Georges Brassens, che è l'autore che più d'ogni altro ha avuto influenza su di me.

In una canzone in cui elogiando in progressione una serie di atti di altruismo, conclude indicando il livello massimo e dicendo "Gloria a chi non avendo ideali sacro-santi si limita a non scocciare il proprio vicino": probabilmente è davvero la cosa più difficile da fare ...

I*ntegrazione...*

R:

(Nello sport è semplice; lo

Vediamo tutti i giorni

Anche nel podismo. Nella

Società è un po' diverso...)

Nello sport è chiaramente più facile, basta vedere i recenti campionati del mondo di atletica.

Stesso discorso vale per la musica. Sono due esempi che possono essere trainanti per l'integrazione.

D'altronde la storia dei popoli è fatta di spostarsi e di mischiarsi (basti pensare a quante volte da parte di popoli più "evoluiti" ciò è stato fatto in maniera violenta).

Certo che l'ideale è riuscire a gestire questi fenomeni; ma l'opporsi con provvedimenti estemporanei ad un fenomeno inevitabile da parte di quattro personaggi sprovvisti di ogni cultura storica (non solo passata, ma anche di prospettiva) è un fatto piuttosto triste. E forse non si pensa abbastanza che l'integrazione è più sicura se la nazione che riceve ha una struttura solida, una cultura di regole e legalità: ci sarebbero evidentemente minori margini ed occasioni per delinquere. Comunque è anche un problema culturale di una società che si chiude alle novità, basta pensare a come emarginiamo anche i nostri giovani: sembra che ci interessino solo come consumatori o come spettatori.

Libertà **R:**
(Per te cos'è, la tua.)

Accetto di non avere quello che vorrei, ma mi batto per non avere quello che non voglio: questa è la libertà che mi voglio garantire. Se poi intendi sensazione di libertà, penso che il massimo si prova nel respirare l'aria dell'alta montagna, anche perché comprende la fatica che hai fatto per arrivarci.

Messaggio.... **R:**
(A chi vuoi!)

Un messaggio di ringraziamento ai podisti genovesi che mi hanno accolto nel "circuito". Ma uno particolare al mio amico Francesco Ferrari, fido compagno di allenamento. Un autentico "crazy horse" della corsa: parte sempre come se fosse già caldo e cercare di stargli dietro in allenamento è per me lo sforzo che mi garantisce di poter arrivare alla buona condizione. Condividiamo lo stesso piacere di correre negli ambienti naturali; anche in gara spesso troviamo il tempo di comunicarci le impressioni che i paesaggi ci suscitano. Voglio ringraziarlo (anche perché non l'ho mai fatto) della sua generosità e del fatto che non mi ha mai fatto sentire la differenza di età. Credo che anche gli altri amici podisti che hanno a che fare con lui lo considerino un volano di entusiasmo e di positività.

Non so che darei... **R:**
(Per far...o per cosa)

Con l'avanzare degli anni capisco la fortuna di avere salute: spero che non mi abbandoni.

Al di fuori del mio particolare, mi piacerebbe che l'umanità riuscisse a cambiare questo modo di vivere che sta provocando danni irreparabili al pianeta nel quale viviamo (di passaggio).
Un'altra piccola cosa: che il prossimo papa fosse un africano, penso che sarebbe una svolta indicativa per il mondo.

Obiiettivo

(Prossimo obiettivo
come uomo e podista?)

R:

Come uomo, avendo investito molto nel ruolo di padre e credendo molto nel progresso complessivo della razza umana, spero di poter verificare che mia figlia è diventata migliore di quello che sono stato io, insomma che mi abbia superato.
Come podista trovare un equilibrio tale che mi consenta di scongiurare il pericolo di infortuni, in modo da poter fare una bella stagione autunnale (per correre mi piace più dell'estate) e poi preparare la stagione delle gare sulla neve, che mi divertono molto.

Poni una domanda

Al tuo intervistatore...

(Quella che vuoi
... a tua scelta..)

Vista l'angolazione particolare con cui guardi il mondo delle corse, non ti è venuto in mente di aprire un tuo sito internet o almeno essere moderatore di un blog nel quale raccogliere e far circolare gli umori e le opinioni del mondo podistico genovese.
Se sì, perché non lo hai fatto?

R: *Bella domanda che prima o poi sarebbe arrivata. In effetti l'idea mi è balenata per la testa. Con altri, ci siamo chiesti ... **Io però sono più per l'unire che il disperdere chiamiamole le "risorse" meglio opportunità.** Credo che frammentare troppo, creandone di nuovi ...**siti o blog**, si rischi solo di "annacquare" troppo il sapore di quelli già in essere. Inoltre non "**reggerai**" nel leggere, i numeri alla "voce visite" formati da piccole unità.*

*A chiudere ogni velleità, la mia totale incapacità tecnica settoriale...**e meno male!***

*Tuttavia **l'Intervista Alfabetica** è una sorta di raccogliitore di umori e opinioni... "intelligente".*

Più sincero di così!

Colgo l'occasione per invitare tutti a prenderne parte, come? Clickando su un mio indirizzo.

- Gilberto -

Q42 km e 195 mt.

R:

(Cosa sono? Li hai mai corsi?...
Cosa suscitano in te.)

A questo proposito ho risposto prima; non ne subisco il fascino (che peraltro capisco in altre persone) dal momento che ho iniziato a correre in una maniera un po' particolare.

Rispetto a "ieri"...

R:

(Com'è cambiato il podismo
nell'ambito genovese...)

Non avendo un trascorso, non posso farmi un'idea diretta.

Ma dalle parole di due grandi come Danilo Mazzone e Alberto Azzarini, mi sembra di capire che è mancato un ricambio generazionale e che ai loro tempi i "buoni" giovani erano veramente tanti. D'altronde vedo anch'io che attualmente molti atleti di primo piano hanno un'età superiore ai quaranta.

A proposito del piro-tecnico Alberto, devo dire che i racconti delle gare passate e da lui vissute sono per me una delle principali fonti di apprendimento, dal momento che lui riesce a trasmettere le sue esperienze con il dettaglio dei fatti e delle sensazioni e quindi per me facilmente assimilabili.

Sorriso

R:

(A chi lo regaleresti se
Fossi in possesso
di una "bacchetta magica")

Agli anziani soli, perché penso che spesso abbiano la consapevolezza di non poter più sorridere

Trail ...ultra...sky race....

R:

(Il tuo "pane"...farciscilo delle

Tue emozioni...

A "**cuore aperto**")

Come ho detto prima, ho iniziato a correre avendo il desiderio di correre per boschi e monti. Il correre nell'ambiente montano mi fa sentire meno la fatica anche sotto il sole e mi distrae molto di più che in altri ambienti: mi permette insomma di affrontare anche distanze maggiori di quelle per me usuali.

Penso poi che le gare in montagna su distanze più lunghe facciano passare in secondo piano il puro fatto agonistico, consentono un rapporto diverso con gli altri concorrenti, perché c'è la consapevolezza che il primo scopo è comunque sempre quello di finire.

Anche l'atmosfera che regna in questo tipo di gara è molto particolare; spesso il prima e il dopo della gara sono occupati da lunghi momenti di condivisione (ritiro pettorali, pasta-party, pranzi o cene finali).

Una (auto) domanda....

R:

*(Fatti una domanda alla quale
Vorresti rispondere, e che ahimè
Non mi è venuta in mente!)*

Più che altro pensavo che mi avresti fatto.

Quali sono le gare del Genovesato e del Basso Piemonte che preferisco.

Tra le prime direi la Panoramica e le gare sull'Acquedotto, con il Memorial Giabbani di Masone tra quelle "fuori le mura"; tra le seconde la Panoramica di San Luca di Molare.

Viaggi nel "tempo"...Tra

R:

Passato e futuro...

*(Dove ritornare e dove
andare...)*

Ci sono molti posti nei quali sono stato dove tornerei volentieri, però non sarebbe la stessa cosa. Mi piacerebbe allora farlo in maniera diversa.

Visto che da poco sono andato in pensione, mi piacerebbe ad esempio rifare la traversata dei Pirenei (da mediterraneo ad Atlantico), non più in auto, ma in mountain-bike attraverso i sentieri. Ovviamente la difficoltà è trovare qualcuno disposto a venire ...

Zena

R:

*(E' Il nome in dialetto di
Genova. La tua?)*

Genova è la città nella quale ho sempre vissuto e nella quale mi identifico. Se ho un rimpianto

è che sia diventata più bella solo negli ultimi 10/15 anni; nella mia memoria di ragazzo era una città po' grigia.

Resta però, tra le metropoli italiane, quella più vivibile e con una gran varietà di paesaggi a portata di mano.

Non sono però nato a Genova: i miei genitori mi hanno portato a nascere nel paese di mia madre in Irpinia. Dopo un mese siamo (ho una sorella gemella) ritornati a Genova.

Sono tornato due volte d'estate in Irpinia da bambino; ho il vago ricordo di bellissimi boschi di castagni e di altopiani a pascolo: ecco, mi piacerebbe andarci a correre ...

Finale di Alfonso

Voglio ringraziarti di avermi considerato per questa rubrica che hai dedicato finora a personaggi di valore del podismo genovese e non solo (basta vedere gli ultimi che mi hanno preceduto).

Entrare a far parte della galleria di questa rubrica (così come per quella che comprende le interviste di Michele Moscino, altra persona molto sensibile agli aspetti umani del mondo delle corse e non solo) è come vedersi dedicata una copertina di "Life"!!!

Spero che serva a far fare agli altri un'idea un po' più precisa sul mio conto e, magari, favorire l'opportunità di conoscenza e di scambio di impressioni ed opinioni.

Di Gilberto Costa gilbertocosta@hotmail.it