

STORIE DI SPORT

BIOGRAFIA DA BRIVIDI

L'INCREDIBILE SOLDATO MONICA COME PERDERE UNA GAMBA E SALIRE SUL PODIO NEI 100

IN 4 ANNI DALLA BOMBA IN AFGHANISTAN ALLA NOTTE PARALIMPICA DI RIO 2016

MARCO BO

Una storia talmente incredibile che potrebbe essere un film, una piece di teatro. E' appena diventata un libro. Ma, in realtà, è molto di più. E' la vita vera, altro che storia, vissuta da Monica Contrafatto: siciliana, soldato, atleta. Soprattutto persona dal carattere d'acciaio. Che non vuol dire duro, ma forte: un significato completamente diverso. Bisogna essere nati con un carattere così per non chiudere mai gli occhi e continuare a vedere la realtà con lo stesso sguardo. Certo, qualche momento di sconforto, qualche lacrima, qualche commozione. Ecco, una serie di qualche. Non di più. Perché come ha voluto scrivere nel titolo di questa biografia dei 4 anni vissuti tra il 2012 e il 2016, "Non sai quanto sei forte".

CORREVA L'ANNO 2012

Certo, è arrivato il momento di spiegare. Di raccontare, di entrare nei pensieri e nel corpo di Monica. Lei, ragazza siciliana di Gela dall'indole ribelle, più incline alle impennate sulla bici che agli smalti o le bambole. Lei che non rappresenta esattamente il prototipo delle protagoniste rosa di "Piccole donne crescono" e, infatti, quando esce il primo bando dell'esercito per far posto

alle donne si presenta con l'entusiasmo che può ora avere un bambino juvinito chiamato a dare la mano a Cristiano Ronaldo per accompagnarlo all'ingresso in campo. Lei, non esattamente in perfetta sintonia con il concetto delle regole e del rispetto delle stesse, si innamora della vita militare. Perché se indossi una divisa non sei nella condizione di scegliere, ribellarti o decidere cosa fare ma obbedire ed eseguire ciò che



contatto con l'Afghanistan le regala mesi destinati a segnare il suo animo, riempito di sguardi incontaminati, di cieli scurissimi e stellati, di azioni bellissime perché ideate e portare a termine con un unico scopo: aiutare il prossimo. E in questo caso, aiutare chi è in difficoltà e non ha la possibilità, da solo, di opporsi a chi ha deciso che deve essere circondato dall'odio e dal male. Ecco il concetto delle missioni di pace e quindi di ciò che vede e vive Monica a Shindand. Quando torna in Italia impiega settimane per accettare la "vuotezza" delle giornate, aspettando un'altra chiamata. Che dopo un po' arriverà per segnalarla, senza cambiarla.

LA SGUARDO NERO Solo che stavolta, la faccia dell'Afghanistan che gli toc-

ca conoscere è più spigolosa. Il senso della missione è lo stesso ma lo scenario e gli attori che incrocia sono meno morbidi. C'è soprattutto diffidenza negli occhi neri dei locali e chi combatte per il caos, contro le forze di pace, è più determinato. Per queste ragioni e per il caso, il re caso, Monica vive il giorno più intenso della sua vita rischiando che sia l'ultimo. Un attentato, ovviamente improvvisi, fa scoppiare una prima bomba e poi una seconda che con le sue schegge la colpisce rovinando una mano che poi tornerà come prima grazie a un intervento in cui un pezzo di perone si trasformerà in metacarpo mentre la gamba dovrà essere amputata per via dell'arteria femorale impossibilitata a portare per troppo tempo il sangue verso la parte basse dell'arto.

LA CONTRAFATTO
RACCONTA COME HA
REAGITO QUANDO
IL DESTINO HA
CERCATO DI PIEGARE
IL SUO CARATTERE

ti viene chiesto. Tutti uguali, nessuno che può fare il furbo o quasi. Comunque molto meno di quanto riuscirebbe da civile. Amore a prima vista, si chiama così. Me niente rispetto a ciò che vivrà di lì a pochi anni. Quando conoscerà il significato delle missioni umanitarie a cui partecipa il nostro esercito. E così il primo

Anche l'intestino paga dazio, e così verrà accorciato in un intervento che, finita l'anestesia, porterà la nostra amica dalla terapia intensiva sino a un tricolore che si alzerà nel cielo di Rio de Janeiro, 4 anni dopo, alle Paralimpiadi. Perché Monica non si è mai arresa. E così dopo aver capito che la sua vita non era finita ma si era solo scelta una strada tortuosa da vivere con la stessa e solita forza, ecco che conterà il successo di tornare

NELLE MISSIONI DI
PACE HA CAPITO CHE
NULLA RIEMPIE LA
VITA COME FARE BENE
AL PROSSIMO. E MAI
PIANGERSI ADDOSSO

a camminare e correre grazie a una protesi e poi mettersi al collo la medaglia di bronzo.

UNA STORIA DA FILM Sì, vero, avevamo ragione, una storia da film che in realtà è molto di più. E' la storia di chi ha deciso di mettere in pratica ciò che racconta il suo cognome: Contrafatto. E lei si è messa testarda contro il fatto che la vita ha deciso di riservarle. A scorrere le pagine, veloci come il suo sprint nella notte brasiliana paralimpica, un mare di emozioni. Tutte messe nero su bianco senza una parola retorica. Una più vera dell'altra, come il suo carattere che lei stessa definisce a volte troppo schietto, al punto di diventare quasi un problema per sviluppare certe relazioni. Ma il senso più bello che regala questo libro è un altro: quando credi in qualcosa, e sei mosso dalla passione, non c'è nessuno che ti può fermare. Michael Jordan ha detto: "I limiti come le paure spesso sono soltanto una illusione". Potrebbe chiamare Monica e chiederle di essere il testimonial di questo suo pensiero. Stupendo.



Nella foto in alto il caporal maggiore Monica Graziana Contrafatto mentre nel 2015 riceve l'onorificenza Omri dal presidente della Repubblica Sergio Mattarella. Qui a fianco il podio dei 100 metri alle Paralimpiadi di Rio 2016 dove Monica vince il bronzo preceduta dalla Caironi (1ª) e la Low (2ª)



164 PAGINE
DI EMOZIONI

Ad agosto è uscito questo libro scritto da Monica Contrafatto che sta riscuotendo subito un grande interesse di pubblico. "Non sai quanto sei forte", Mondadori, pag. 164, euro 18

SI ALLENA,
E PENSA GIÀ
A TOKYO 2020

Monica Contrafatto pensa e si allena per Tokyo 2020. Nel libro, alle fine, ringrazia molta gente e la sua testardaggine "senza di lei, la determinazione e la voglia di vivere non sarei riuscita a vedere il bicchiere mezzo pieno"



PER CAPIRE
GLI ANNI 60

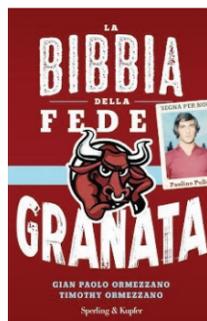
"Pura razza bastarda" è il diario che il commissario Sergio Malfatti scrive dal 28 marzo 1965 per arrivare al 31 dicembre 1967. Annota le operazioni di Polizia, ma anche ciò che accade nel mondo e in Italia e le notizie che riguardano la propria vita privata. Ne esce un resoconto appassionante e per molti versi inquietante («Posso solo scrivere su ciò che mi inquieta», è la citazione di Christa Wolf scelta dall'autore). "Pura razza bastarda" s'intitola il libro di Paolo Grugni, classe 1962, milanese trapiantato a Berlino (Est), autore di diversi romanzi e di una saggio. Un libro denso (di fatti e di pagine: 604. Lo ha edito Laurana, costa 18,50 euro) nel quale trova adeguato spazio anche il calcio. E, in particolare, il Milan, di cui Malfatti è grandissimo tifoso, tanto da seguire quasi tutte le partite casalinghe. Non a caso, la scena che apre il libro è ambientata proprio durante un derby, quello vinto, per la cronaca, 5-2 dall'Inter. G.T.

©RIPRODUZIONE RISERVATA



IL CORAGGIO
DI LOTTARE

Venti racconti, venti storie di scelte coraggiose e di voglia di lottare per dimostrare come lo sport può cambiare il mondo quando si fa portavoce dei più alti valori umani. Le ha scritte Riccardo Gazzaniga in "Abbiamo toccato le stelle" (Rizzoli, 240 pagine, 16 euro). Illustrazioni di Piero Macola.



LA BIBBIA
GRANATA

I campioni, gli allenatori, i luoghi e i momenti più importanti (talora, anche, dolorosi) della storia del Toro. Gian Paolo Ormezzano e il figlio Timothy hanno scritto "La bibbia della fede granata" (Sperling & Kupfer, 236 pagine, 15,90 euro).

TOP 5 ASSOLUTA

1. VOX Christina Dalcher Nord
2. PREGHIERA DEL MARE Khaled Hosseini Sem
3. IL GRANDE INVERNO Kristin Hannah Mondadori
4. ORA DIMMI DI TE Andrea Camilleri Bompiani
5. LA RAGAZZA CON LA LEICA Helena Janeczek Guanda

LA TOP 5 DELLO SPORT

1. RESTA CON ME Oldham Ashcraft-McGearhart HarperCollins
2. GINNASTICA POSTURALE Ragalmuto-Pizziconi-Falcone Ats Giacomo Catalani Editore
3. OPEN. LA MIA STORIA Andre Agassi Einaudi
4. LA MONTAGNA SCINTILLANTE Walter Bonatti Solferino
5. CAMMINARE. UN GESTO SOVVERSOIVO Erling Kagge Einaudi

Fonte Ibs

IL MANUALE

Se il ciclista
si allena
con lo yoga

Flessibilità, potenza del baricentro, efficienza respiratoria e concentrazione mentale: sono alcuni dei benefici per chi pratica

lo yoga. Il manuale "Yoga per ciclisti", pubblicato in Italia da Ediciclo (20 euro, 191 pagine) adatta le tecniche di yoga ai ciclisti di

tutti i livelli. La posizione e la natura ripetitiva del ciclismo possono irrigidire gli ischiocrurali, rendere i flessori dell'anca e i qua-

dricipiti soggetti a lesioni e provocare problemi a regione lombare o ginocchia. "Yoga per ciclisti" è una risorsa pratica e funzionale.