

La forza dell'umiltà

L'umiltà che porta al successo



Guardate la foto qui sopra.

Ritrae un giovane Massimiliano felice di avere avuto l'onore di potersi allenare una settimana intera con un vero top ten degli anni 90, lo svedese [Jonas Svensson](#): un'esaltante settimana in cui mi sono "potuto immergere" nella mentalità e nei metodi di un vero campione di tennis.

Quello che mi ha veramente colpito di questo ragazzo, da me visto giocare fino a poco tempo prima solo in televisione (splendida la finale di Wembley persa in 5 set contro Noah), è stato sicuramente la sua semplicità e soprattutto **la sua umiltà**.

Memorabile per me è stato un fatto: alla fine di un allenamento dissi a Jonas di andare a fare la doccia che le palline, sparse per il campo, le avrei raccolte volentieri io.

Jonas per tutta risposta non solo mi disse che le palline le avremmo raccolte insieme poichè ci eravamo allenati insieme, ma nel raccoglierle...correva pure!

Svensson, ma anche altre persone famose del mondo del tennis che ho avuto occasione di incontrare nel corso della mia vita (uno tra tutti, il nostro coach internazionale per eccellenza Riccardo Piatti), mi hanno fatto capire che una dote comune a tutte e uno dei motivi principali del loro successo, è certamente la loro umiltà.

Ma cosa significa umiltà?

Definirei *umile una persona che si mostra sempre consapevole dei propri limiti e che non si esalta esageratamente per risultati positivi che consegue.*

L'umiltà è importante nel tennis?

In uno sport individuale e stressante come il tennis essere umili è molto più importante di quello che si potrebbe immaginare per poter gestire gli eventi positivi e negativi che questo sport ci pone di fronte.

Umiltà significa dare agli eventi il giusto valore, significa sempre pensare "Ok! Sono stato bravo ma...".

Questo "ma" sta a significare che la strada da percorrere è ancora lunga e che ci sono molte altre cose da migliorare.

Ma *umiltà non sta a significare sottostima di sé o mancanza di grinta e mordente*: al contrario del pessimista, che prende come scusa gli eventi negativi che capitano per trovare conferma della propria mancanza di impegno e grinta, l'umile sa che *la strada è lunga...ma che si può percorrere e soprattutto che si deve percorrere se si vuole arrivare*.

L'umile sa che **ogni cosa ha un prezzo** e che il prezzo per ottenere un successo passa attraverso il sacrificio e la dedizione.

L'umiltà di Nadal



Da qualche parte ho letto un aneddoto molto significativo per capire a quali risultati può portare l'umiltà.

Subito dopo la prima vittoria del Roland Garros di qualche anno fa il giovanissimo Rafael Nadal divenne un vero eroe per il proprio paese e l'orgoglio di tutti gli spagnoli.

Il giorno dopo ricevette un biglietto dal suo allenatore con questo tono: "**Bravo! ma ricorda che ci sono molte cose che puoi e devi migliorare!**"

Questo tipo di mentalità, che ha portato un ragazzo così giovane a competere nell'olimpico del tennis mondiale, dovrebbe far riflettere tutti quelle persone che spesso si esaltano e "se la tirano" per avere vinto magari un "importantissimo" torneo al TC Rimbalzello (spero non esista, ma ogni riferimento è puramente casuale 😊) e che si atteggiavano a campionissimi, quando in realtà sono dei semplici quarta categoria....

Questo non vuol dire essere sempre insoddisfatti dei propri risultati, bensì sta a significare di **non dare** ad essi **un valore assoluto**.

E questo modo di ragionare può aiutarci molto nel bene e nel male, perchè *non dare agli eventi valore assoluto significa non esaltarsi oltre la giusta soddisfazione del risultato, ma anche non deprimersi oltre il normale rincrescimento per una prestazione negativa, sempre consci che ,nel bene e nel male, si può sempre migliorare.*

Perchè costruirsi una buona dose di umiltà



Costruirsi una giusta dose di umiltà è quindi un requisito necessario per avere successo e miglioramenti nel tennis, ma spesso anche nella vita.

Questa è una delle cose che cerco di far capire ai miei giovani agonisti, ma spesso purtroppo ho dovuto constatare che in loro spesso questo è un vocabolo quasi sconosciuto.

Con l'andare degli anni, però, nel mio lavoro mi sono reso conto che il vero talento di un giovane tennista va molto più ricercato nelle sue qualità morali (in primis *l'umiltà, che è un requisito fondamentale per sviluppare le altre doti come attenzione, impegno, sacrificio, grinta*) che nelle sue qualità tecniche: ho visto veramente tanti giovani talenti perdersi in fretta per avere avuto troppa presunzione.

Dal punto di vista strettamente didattico, se ho a disposizione un elemento che ha la voglia e l'umiltà di voler imparare da qualcuno che ne sa più di lui ...beh...le cose sono notevolmente facilitate per me e se questo elemento non impara e non migliora, sono io come Maestro che mi devo mettere in discussione e rivedere il mio modo di insegnare, ma se l'elemento che ho davanti manca di umiltà e si crede già "imparato" 😊.....allora nessun Maestro può fare nulla per lui: non c'è peggior sordo di chi non vuole sentire!

Essere umili significa essere realisti e sapere che c'è sempre qualcuno più bravo di noi (che può diventare un obiettivo da raggiungere) o se invece si è Federer (non vi sembra abbia la dote dell'umiltà?) c'è sempre qualche cosa da migliorare anche se si è sul tetto del mondo: solo così si possono raggiungere traguardi impensati.

“Io so di non sapere” (Socrate)