

Ho conosciuto Luigi Mundula ad Ozieri in occasione del primo convegno "Sport e Salute" organizzato dal "G.S. Monte Acuto Marathon" il 27 aprile del 2002. Con mia moglie fummo anche ospiti a casa sua per un pranzo, uno di quei pranzi in cui i sardi dimostrano quanto sanno essere ospitali. Da quella volta siamo diventati amici, anche se ci siamo visti poche volte, pur rimanendo sempre in contatto telefonico e via e-mail.

Già allora Luigi era un corridore, un maratoneta. Io avevo già smesso di correre le maratone; in totale ero arrivato a farne nove ed avevo raggiunto l'obiettivo di scendere sotto le tre ore. Continuavo a correre e continuo tuttora a farlo; ma vado sempre più piano e senza mai superare certe distanze. Da anni mi sono reso conto che, data l'età e gli acciacchi inevitabili, non avrei più potuto completare una preparazione seria per arrivare ai quarantadue chilometri e centonovantacinque metri senza troppa sofferenza. Dunque ho continuato a correre, ma l'ho fatto prima di tutto perché mi piace e poi perché giova alla salute; cerco di compiere ogni settimana tre ore e mezza di corsa, una dose che già mi aiuta a sentirmi bene (senza peraltro procurarmi dolori alle ginocchia o ai tendini) e che fornisce grossissimi vantaggi per la salute: riduce infatti il rischio di malattie del cuore e della circolazione, in particolare dell'infarto cardiaco, quello che ha portato alla morte mio padre quando non aveva ancora compiuto quarantaquattro anni.

Dall'ultima volta che ci siamo visti, ad ogni modo, Luigi ne ha fatte molte altre di maratone in giro per il mondo e ha migliorato varie volte il suo primato con il solo rammarico di non essere riuscito ad abbattere il muro delle tre ore anche se ci è andato molto vicino. Ma per lui questo ha poca importanza. Non è questo che ha voluto raccontare scrivendo questo libro che riassume tutte le sue esperienze. È un libro che mi è piaciuto molto. Intanto è molto ben scritto e si legge d'un fiato. Poi è stato fatto con la mente e con il cuore; fa davvero capire che cosa vuole dire correre per tanto tempo: qual'è il piacere fisico e mentale che ne deriva, e quali sono i problemi che possono nascere dal fatto di correre le lunghe distanze avendo in testa l'obiettivo ben preciso di completare la maratona nel tempo migliore possibile e tenendo conto del fatto, ovviamente, che al tempo stesso c'è tutto il resto della vita da portare avanti, nel caso di Luigi anche la professione molto impegnativa di veterinario, professione che viene raccontata spesso, in questo libro, con passione e dovizia di particolari.

Ritengo, insomma, che questo romanzo debba essere letto da tutti coloro che sono già maratoneti o lo sono stati: in ogni pagina del libro di Luigi troveranno una parte di se stessi. Ma, a maggior ragione, sono convinto che possa essere utile che lo leggano coloro che, senza essere né Gelindo Bordin, né Stefano Baldini, aspirano a portare a termine la gara dei quarantadue chilometri e centonovantacinque metri e a provare tutto il piacere di farlo, riducendo al minimo i problemi.

Enrico Arcelli

Cosa è che nella nostra nostra esistenza ci fa sentire vivi? L'unica risposta plausibile è la passione, passione che Luigi Mundula nel suo "Io e la maratona, una passione infinita" non manca di descrivere nei minimi particolari. Tra queste pagine l'arte di correre ci viene narrata come un serbatoio di enormi emozioni, uno specchio attraverso il quale ci si osserva e ci si confronta, una sfida con il proprio sé atta a superare i limiti con la sola forza di volontà. Un racconto di vita che scorre con la leggerezza di uno stile fresco e mai noioso, che fa ridere, riflettere e che sa anche tenerci col fiato sospeso per l'esito di ogni nuova prova.

Luigi Mundula è nato a Sassari il 3 maggio del 1958 e vive ad Ozieri. Laureato in Veterinaria, è diventato maratoneta nel 1999 a New York e da allora ha corso 29 maratone. È alla sua prima esperienza letteraria.

In copertina:
foto dell'Autore.



Euro 00,00

LUIGI MUNDULA

IO E LA MARATONA, UNA PASSIONE INFINITA



Luigi Mundula
**Io e la maratona
una passione infinita**
Prefazione di Enrico Arcelli

Albatros

