

SPORT E CULTURA. PAOLO FRAU, IL PUGILE DIVENTATO DOCENTE CHE HA SALVATO LA LOTTA SARDA

«La vita è un'istrumpa» Parola di Prof Gherradore

*I lottatori più antichi sono due bronzzetti
Oggi gli atleti della tradizione rinata
si battono contro i bretoni e gli inglesi*

FORTI E GENTILI

«Gli incontri iniziano e finiscono con una stretta di mano. Alla fine il vincitore tira su il perdente»

I gherradores più antichi sarebbero due bronzzetti ritrovati a Monte Arcosu. I più giovani si allenano nella palestra comunale di Ollolai. Tra gli uni e gli altri, ci sono migliaia d'anni di sfide nei prati. S'istrumpa, la lotta tradizionale sarda, ha rischiato di scomparire. Come le case di ladiri o la lingua. Ora è una disciplina sportiva riconosciuta dal Coni. Merito di Piero Frau, di Ollolai. Pugile a Nuoro, operaio in Germania, poi di nuovo in Sardegna, negli anni '60. Sempre con la fissa della palestra: campione di culturismo. E infine laureato. Docente di educazione fisica. Sindaco. Scrittore. Il suo "S'istrumpa - Manuale storico didattico" è stato presentato ieri al Cus-Cagliari. «La vita è un'istrumpa - dice - da affrontare con impegno e costanza per superare le inevitabili difficoltà».

Che cos'è s'istrumpa?

«È un gioco, un divertimento e una lotta. Tra due persone che partono da una posizione paritetica, in piedi. Ciascuno cerca di atterrare l'altro, di fargli perdere l'equilibrio con mosse regolamentari dette trassas. La forza è importante ma non determinante. Lo sono invece la destrezza e il coordinamento neuromuscolare la capacità di cogliere il disequilibrio dell'altro. Il gherradore non guarda l'avversario, lo sente».

È evidente che s'istrumpa è nata in un'epoca in cui la de-

strezza fisica era fondamentale per la sopravvivenza. Ma oggi?

«Fra i giovani la prestanza fisica è ancora importante. Comunque s'istrumpa aveva una valenza più ampia. Il bravo lottatore era rispettoso delle regole, dell'avversario. I gherradores erano leggendari. Perciò ottenevano rispetto e una retribuzione più alta sul lavoro. Un gregge affidato a loro era al sicuro dagli abigeatari. E poi c'erano le ragazze. All'uscita dalla messa, sino agli anni Cinquanta, si fermavano a guardare battersi i ragazzi».

Qual è il più antico documento scritto sull'istrumpa?

«È stranissimo, ma non ce ne sono. Passiamo dai bronzzetti di Monte Arcosu a un dipinto di Carmelo Floris nel XX secolo. In mezzo, migliaia d'anni di vuoto».

C'è la memoria di comunità.

«Sappiamo che s'istrumpa si praticava dopo la tosatura o la vendemmia. Ma anche al momento della leva, come testimonia una foto del 1939. Ma da quel periodo la pratica decade. Sino agli anni '80, quando l'abbiamo risvegliata».

Quando avete avuto il riconoscimento dal Coni?

«Nel 1998. Lotte simili a s'istrumpa sono praticate in Francia (il gouren bretonne), in Spagna e nel Regno Unito, dove è popolare il backhold di tradizione celtica».

Le regole che lei descrive sono da gentiluomini. Il lottatore si ferma quando l'avversario è a terra. Fa in modo da non piombargli addosso. Non è un incontro all'ultimo sangue.

«Proprio così. S'istrumpa non incattivisce. Si atterra l'avversario, ma non lo si immobilizza. Quando due gherradores erano squilibrati per età o altezza, il

più forte dava un vantaggio al più debole. Da prima che le regole fossero scritte, è vietato proiettare l'avversario all'indietro. Gli incontri cominciano e finiscono con una stretta di mano: prima ci si saluta, alla fine il vincitore tira su il perdente».

Dovrebbe insegnarlo a scuola.

«Ho scritto il manuale proprio perché spero che l'istrumpa sia insegnata sin dalle scuole primarie. Come in Bretagna».

Quanti sono i lottatori, oggi?

«Poco più di un centinaio. I nostri paesi si spopolano, i ragazzi se ne vanno a vent'anni. Va forte il calcio, i media non parlano d'altro. I ragazzi di oggi sono incollati al computer, al telefono. Peccato, s'istrumpa era un modo divertente per scaricare le energie».

Le donne, combattono?

«Nella tradizione, no. I campionati internazionali sono aperti, ma le lottatrici sono poche».

Il suo manuale è scritto in italiano e tradotto in sardo. Perché non l'ha composto direttamente nella sua lingua?

Perché io parlo il sardo di Ollolai, difficile per molti. Volevo che il libro fosse compreso in tutta la Sardegna. Per questo Michele Ladu, che è un ex lottatore, lo ha tradotto in limba sarda comuna.

Daniela Pinna

RIPRODUZIONE RISERVATA

