TRIBUNA Expresso

Em julho de 2021 mais forte do que nunca

Todas as sextas-feiras, a Tribuna Expresso publica uma opinião em parceria com o Comité Olímpico de Portugal, sobre o universo desportivo no nosso país. Hoje escreve **Ana Catarina Monteiro**, atleta de natação

ANA CATARINA MONTEIRO | 03.07.2020

Tocavam as doze badaladas do dia 1 de Janeiro de 2020 e além dos desejos tradicionais, de felicidade e saúde para todos aqueles que me rodeiam, ambicionava que 2020 fosse o ANO! Era o ano da concretização do Sonho: pisar o palco dos Jogos Olímpicos. Com apuramento assegurado e o planeamento bem definido, parecia que, desta vez, nada podia correr mal. O trabalho seguia forte, os indicadores muito positivos.

O ano começa com um estágio de altitude de três semanas, em França. Bom teste, tudo vai bem! Regresso a Portugal (já com máscara, mas longe de imaginar o que por aí vinha), primeira competição do ano, resultados muito motivadores. Em entrevista, deparo-me com a pergunta: “Receias que os Jogos Olímpicos sejam adiados/cancelados?”. No momento, longe de imaginar esse cenário, até me ri... Não foi preciso muito tempo para perceber que afinal seria uma realidade possível. Pequenas competições a serem desmarcadas, atletas sem possibilidade de treinar e eis que surge a notícia de que os Jogos Olímpicos não serão realizados na data prevista.

Então e agora?

Agora, há que arregaçar as mangas e procurar as soluções. 2020 estava tão planeado ao pormenor, que no início surgia muitas vezes o pensamento: a ser um ano “normal” estaria a competir aqui, ou a treinar ali... Mas estes pensamentos em que me ajudariam? - refletia eu.... há que aproveitar o momento, e transformá-lo numa oportunidade! E assim foi, entre treinos isolada na piscina, treinos intensivos de musculação em casa, circuitos funcionais (na melhor companhia do mundo, a minha Mãe!), bicicleta estática, e umas corridas (em contagem decrescente à volta de um parque para passar mais rápido, porque, como se costuma dizer, nadador não corre..!) sinto que em três meses me tornei numa melhor atleta. Não só aproveitei para trabalhar a preparação física, como, ainda mais, a mental.

O sonho mantinha-se presente, o foco também. Mesmo que à nossa volta tudo esteja um turbilhão e a incerteza seja enorme, percebi que podemos encontrar coisas boas em todas as situações e estou certa que em Julho de 2021, quando pisar o grande palco, estarei mais forte do que nunca e vou valorizar ainda mais todo o caminho, rodeada daqueles que estiveram sempre comigo. A atitude certa transforma as dificuldades em oportunidades. Nunca perdemos tudo, e podemos ganhar muito mais do que imaginamos, mesmo que as coisas não sucedam como planeadas.

É a história do copo meio cheio ou do copo meio vazio. Cabe a cada um de nós a leitura.

Olhem para o copo meio cheio! A vida é muito mais feliz e o caminho torna-se muito mais simples!

O ano de 2020 vai ficar-nos na memória, mas juntos vamos levantar-nos e levantar Portugal!

Está na hora de nos juntarmos aos profissionais de saúde e, cada um nas suas áreas, tornarmo-nos SUPER HERÓIS!!

https://tribunaexpresso.pt/opiniao/2020-07-03-Em-julho-de-2021-mais-forte-do-que-nunca