



## RUBRICA

# STELLA MADRE

*“Essere atleta concerne tutta la persona,  
senza la quale non esiste Sport”*

## Il “credo” con cui esce dallo schema

Siamo abituati a dare più importanza al risultato che al percorso che lo ha reso possibile, valorizziamo l'estetica a discapito dell'interiorità, e finiamo per badare a ciò che lo sportivo “fa” piuttosto che quello che “è”.

Ed ecco che nello sport giovanile, non ci occupiamo di “chi sarà”.

Alla base di questa mancanza, c’è una scarsa consapevolezza di due aspetti: ciò che “l’essere atleta” richiede al corpo e alla mente dell’essere umano, e ciò che allo stesso tempo offre al suo sviluppo interiore in chiave educativa.

È solo umanizzando l’atleta che possiamo parlarne in maniera autentica.

## L’origine del nome

Nell’universo conosciuto, l’elemento più importante di un sistema è in posizione centrale, influenzando e ricevendo influenze da ciò che lo circonda.

Al centro del nostro sistema solare, c’è il Sole.

Nel Cosmo Pais, troviamo il giovane atleta di ogni sesso e disciplina al centro, a determinare i movimenti.

E’ il sole che, come in astronomia, Pais chiama così: **Stella Madre**.



# Ecco il suo obiettivo!

In questo spazio si trattano e affrontano la psiche e la corporeità proprie del giovane atleta, guidando alla loro corretta integrazione per favorire le condizioni di crescita sportiva. E' un percorso che conduce all'accensione di un'Anima Sportiva, traducibile in tratti personali e sociali utili alla vita, alla quale ogni atleta può e deve essere educato con consapevolezza.

## Il viaggio tematico

Il corpo, curato, allenato e preparato, diventa uno strumento che dialoga costantemente con la mente. Come favorire il benessere attraverso questo dualismo? Dall'empatia alla capacità di far parte di un "qualcosa", dalla gestione di errori e fallimenti alla gratificazione e autostima personali, ogni atleta si sta anche allenando ad affrontare la vita. In che modo lo sport contribuisce a modellare il suo carattere e a sviluppare queste abilità?

## Contatti

-  publishing@paiscosmo.com
-  @paiscosmo
-  paiscosmo.com
-  Pais Voice
-  @paiscosmo