
La bimba soldato diventata trail runner

Autore: Domenico Salmaso

Fonte: Città Nuova

La storia della nepalese Mira Rai, ospite del Trento Film Festival, nominata “Adventurer of the Year 2017”. Da un’infanzia difficile, ai successi sportivi e all’impegno per i diritti delle donne

Il festival di Trento è da sempre dedicato al rapporto tra **cinema, montagna e avventura**, esplorato con una programmazione che conta oltre un centinaio di opere.

L’ospite più prestigioso al Trento film festival quest’anno è stata **Mira Rai, la famosa trail runner nepalese** che ha stupito e commosso il mondo con la sua incredibile storia. Dopo un’infanzia da bambina-soldato si è affermata come atleta da record superando ostacoli sociali e culturali. Prima di cinque figli, Mira Rai cresce nel piccolo villaggio di Bhojpur tra le montagne in Nepal. A 14 anni cerca di cambiare vita unendosi ai ribelli maoisti con la speranza di migliorare la sua condizione. Rimane con loro due anni, durante i quali non partecipa a combattimenti, ma ha la possibilità di allenarsi nella corsa e nel karate.

La svolta arriva nel 2014 quando viene invitata a partecipare alla sua prima corsa, la **Kathmandu West Valley Rim 50**. È l’unica donna in gara e contro ogni aspettativa, senza una preparazione specifica né equipaggiamento tecnico, vince la competizione imponendosi su tutti gli uomini. Da quel momento, si afferma come una delle più forti trail runner del mondo. La storia di Mira è diventata un film: **Mira Rai**, di Lloyd Belcher.

Da quel momento, grazie ad alcuni sostenitori, le viene data la possibilità di partecipare a gare internazionali di trail running in tutto il mondo. Nel 2015 arriva seconda alla **Skyrunning World Competition**. Un infortunio al legamento crociato anteriore, la costringe nel 2016 a sospendere la sua attività sportiva. Ma Mira non si perde d’animo e sfrutta questa pausa per organizzare la prima gara di trail running nel suo villaggio di origine.

In un Paese in cui la disparità tra i sessi è ancora drammaticamente presente, la possibilità di accesso agli studi per le donne sono molto limitate e molte attività sono loro precluse, **i successi di Mira Rai in campo internazionale rappresentano per le ragazze nepalesi un esempio di riscatto**. Sono la dimostrazione di come sia possibile con determinazione e coraggio, rompere gli stereotipi, affermare la propria individualità e superare i limiti imposti dalla società.