

# taller de creació

## CURSES DE MUNTANYA

**Esther Blanco Ribot.** (Girona, 1968) és professora d'història i lletraferida. Darrerament s'ha llançat a l'arena i aquest any ha rebut dos premis: Narrativa Curta 9 de Juliol a Ciutadella de Menorca i Pirineu de Narració Literària a Organyà.

### 0 corro o corro

**F**a massa temps que no corro. Tant, que em penso que la darrera vegada que ho vaig fer no va ser per plaer –si és que mai és així–, sinó per impedir que el meu fill saltés al buit des d'una alzina surera gegantina i s'obris el cap. Ara ja és massa gran per pujar als arbres. Ara ja no cal que corri darrere d'ell.

I decideixo que hi torno: com tots, en acomiadar l'estiu he omplert la motxilla de bons propòsits. Renovar-se o morir. Triar quina nova col·lecció de fascicles m'interessa més. Sabeu de què parlo.

De fet, jo corro per pura frivolitat. Per... com ho diria? Per estar bona. No hi ha res d'encomiable en el meu delit per superar-me a mi mateixa. Sempre he volgut ser com la Juani, aquella poligonera de la pel·lícula de Bigas Luna. Físicament, s'entén. I per desfer-me de la incipient capa de greix (que hi és) que cobreix el múscul oblic menor de la meva hipotètica musculatura abdominal (que no sé si hi és) no tinc gaires opcions: o corro o corro. És senzill. És barat. És saludable. I a més, provoca l'admiració i l'enveja del proïsme, cosa gens menyspreable quan ja comences a tenir una edat (provecta, gairebé) en què la invisibilitat defineix moltes de les teves congèneres.

I em fa que no en tinc cap ganes, de ser invisible. Encara no. Enfilo la pujada de Sant Miquel amb il·lusió i amb una pregunta que em trepana el cervell: hi arribaré? Més em val, perquè si no em sentiré ridícula. No perquè ho hagi de saber ningú, no. Només perquè sóc una perfeccionista amb un nivell d'autoexigència desbocat que sovint em priva de veure-hi clar. Hauria d'arribar-hi. Ja fa dies que m'entreno en pla. No sé pas quantes vegades he anat i tornat de Girona a Bescanó, per la via del carrilet. No n'estic descontenta. Tot i que no he fet ni la marca dels meus pitjors temps, el cos va agafant fons.

El camí és cada cop més costerut. L'he fet moltes vegades a peu, ben lleugera; mai m'havia semblat que hi hagués tant desnivell. Avanço arbres i matolls i revolts amb orgull, però massa lentament. Córrer en pujada és un càstig que ningú s'hauria d'autoinfligir. Hauria d'estar prohibit. Per què no ho regulen com allò de l'eutanàsia? Les meves elucubracions són del tot absurdes. Segur que es deu a la falta d'oxigen. En sóc conscient. Disculpeu-me.

Ja sóc a Can Lliure. M'envalenteixo. Si no és mig camí poc en falta. Potser faré el cim, em dic, cada



### > Il·lustracions: David Guàrdia i Riera

(1957), expintor, il·lustrador, capgrosser, naner i creador de ficticis, ha escrit i il·lustrat *Les mosques de Sant Narcís* i *La Cocollona* (Ed. Efadós), i és a punt d'acabar la rondalla d'«En Bernat Banyut», on es narren les peipècies d'en Bernat Verdaguer, comte orat de Celrà.

cop més animada. És el que té aquest esport. Si el practiques a muntanya tens la sensació que arbustos, colors, fred, pluja, calor, vent... formen part de tu i tu formes part d'ells. Que hi tens una intimitat privada que el bosc no comparteix amb ningú més. Et sents una privilegiada. No és res de paranormal. Són les endorfines. Eviten el dolor i et donen l'eufòria necessària per acostar-te a la meta que t'has proposat.

Hi arribo! Pletòrica. Rebutada. I descobreixo que potser no sóc tan capfluixa: m'agrada respirar l'aroma del triomf i el de la terra humida més que no pas cultivar el meu cos quarantí. Feliciteu-me!

**Esther Blanco Ribot**

### **Mariona Massanas Peraferrer**

(Banyoles, desembre del 1970) és corredora des dels 28 anys, i en fa cinc que la seva passió és la llarga distància a muntanya.

## El dolor és passatger, però la glòria és eterna

**A**questes paraules em varen comprendre la primera vegada que les vaig llegir, a l'esquela d'una gran persona que havia entregat part de la seva vida a la nostra passió, les curses de llarga distància. Aquestes paraules ho expressaven tot... Si no hagués sentit i patit el dolor del cos, quan el cap, les cames i tot et falla i només et queda una esperança a dins teu que et diu «Tu pots», «Has d'arribar al final», moments en què et preguntes què se t'ha perdut aquí... Només et supera el fet de pensar que has d'arribar al final, el pensament és únic, el triomf personal

de l'arribada. Per això corro. Buf, quina bestiesa, de ben segur pensareu.

Vaig començar fa 12 anys. Per què? Per treure'm el pes físic que em va deixar la meva filla com a herència, i va resultar que d'aquí varen néixer dues vides: la seva i la meva... que va començar a girar a una velocitat impensable. El fet de córrer em va donar ales: la superació de mi mateixa; el benestar en tots els sentits i sobretot molta pau; la descoberta de tot un món de companyonia, superació, llàgrimes, hores d'entrenament, un canvi de vida; moltes guer-

## taller de creació



res guanyades; triomfs personals amb molt d'esforç, en tots els sentits. Tot un repte. Una vegada un organitzador va dir abans de sortir: «No cal que correu, perquè la muntanya ja posarà a cada persona al seu lloc». I així va ser!

Les curses o marxes de resistència són gratificants en tots els àmbits: per les persones que les fan possibles, pels llocs únics per on passes, pels capvespres, les sortides de sol amb moltes hores als peus, l'esforç a l'extrem... Són úniques, i convido a tothom que no les ha conegut que les conegui.

**Mariona Massanas Peraferrer**

**Marc Pinsach** és estudiant i esportista professional.

Un cop acabats els estudis d'INEFC a Font Romeu, a la Catalunya del Nord, compagina els entrenaments amb els estudis d'humanitats. Els seus esforços l'han portat a recollir molt bons resultats en les curses més importants, ja siguin corrent o amb esquís de muntanya, com ara el Campionat del Món Sub-23.

## Muntanyes d'emocions

«Què penses quan puges a un escenari?». «Quan sóc allà dalt no penso, sento; sóc a la meua zona». Aquest és part del diàleg que mantenen el músic Keith Richards i el director de cinema Martin Scorsese a la pel·lícula *Shine a Light*. Després de salvar totes les distàncies entre el món de la música i el dels esports de muntanya em permeto la llicència de fer meves les paraules de Richards.

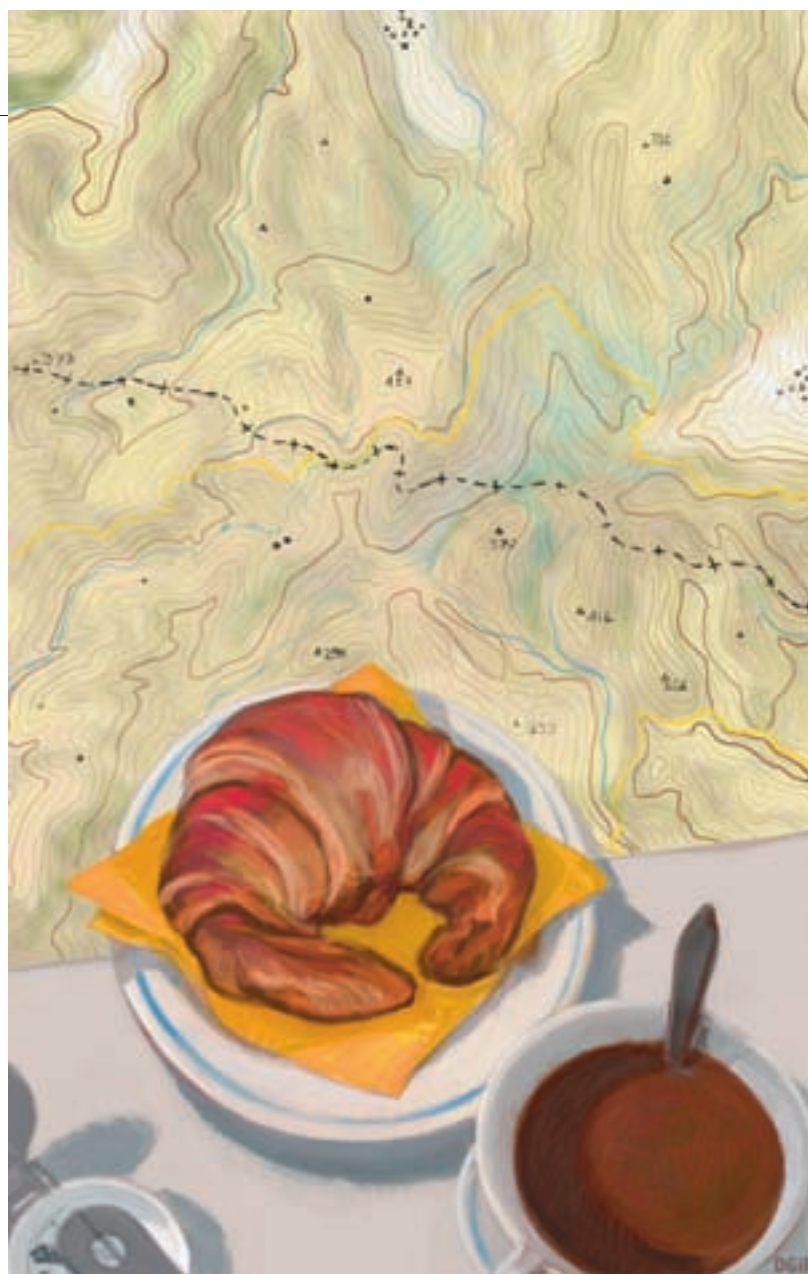
Sempre que faig esport a la muntanya és com si entrés de manera metafòrica en un lloc ja conegut i dominat a molts nivells; és entrar a casa meua. Malgrat que no hi ha dos camins iguals, el meu cos sempre és àgil entre roques, prats o neus diverses, fruit de les hores invertides entrenant. L'espai emocional i mental també és sabut, i fa que pugui bellugar-me per la maresma emocional que provoquen la com-



petició i l'entrenament amb certa llibertat segons convingui.

Quan competeixo i entreno a la muntanya sento de l'exterior els estímuls del públic, el reconeixement social per un determinat resultat o l'espectacle que ens regala la natura. Fruit d'una experiència molt més personal i íntima, petites explosions de plaer es produeixen al meu interior després de veure el progrés fet, després de la batalla lliurada o gràcies a la segregació d'endorfines que hi ha darrere de tota activitat física. I quan, d'una manera metafòrica, entro a la meua zona, les contradiccions inherents a l'existència humana semblen menys importants i, d'alguna manera, la meua consciència dorm més tranquil·la. Posar-se a fer esport a la muntanya fa que els problemes quotidians s'harmonitzin, es relativitzin i s'ordenin per, un cop retornat a la Terra, poder-los resoldre més fàcilment.

Però, malgrat tota la llibertat, l'harmonia, la pau i la naturalitat que inspiren els esports de muntanya, aquests també tenen en el seu interior trens carregats de problemes i que viatgen en direccions oposades. I és que les contradiccions i els maldecaps no només es troben en llocs envoltats de ciment i en esports aparentment menys lliures. Vull dir que per estar fort i ser veloç a la muntanya un s'ha de sotmetre a la disciplina i control d'un entrenament que molts cops va en contra dels anhels d'independència i llibertat que suggereix la idea de fer esport a la muntanya. D'una banda, la natura ens inspira per eliminar el poder de la raó i deixar-se guiar per les passions. Per contra, la necessitat de ser bellugadís per assolir els nostres cims imposa disciplina, racionalitat i control en forma d'entrenament. Aquest xoc de trens –que viatgen en direccions oposades dins del meu cap– més d'un cop ha fet preguntar-me el perquè de tot plegat.



Després de pensar-hi força, tot corrent per aquestes muntanyes, un només pot arribar a la conclusió que les coses es fan si surten de dins, fruit, suposo, d'una barreja entre raó i passió. D'una altra manera seria impossible lluitar contra les comoditats de l'Occident del segle XXI i gaudir del cansament físic. Ni cap metge, ni cap entrenador, ni la pressió social, ni cap estol de paraules maques tenen prou força per vèncer la comoditat del sofà, la televisió i tantes altres necessitats sobrevingudes al nostre temps. Tal com canta el patinador de gel dels Antònia Font a s'olimpiada d'hivern del Canadà: «No tot era físic ni mental, també era sentimental».

**Marc Pinsach Rubirola**