

Marc Pinsach

**CÓRRER
I COMPETIR
PER
PENSAR
I VIURE**



CÓRRER I COMPETIR PER PENSAR I VIURE

Marc Pinsach

LLIÇONS D'UNA JOVENTUT VISCUDA
ENTRE CURSES I MUNTANYES

Columna

PRIMERA EDICIÓ: JUNY DEL 2022
© MARC PINSACH RUBIROLA, 2022
PUBLICAT D'ACORD AMB CASANOVAS & LYNCH LITERARY AGENCY, S.L.
© COLUMNA EDICIONS, LLIBRES I COMUNICACIÓ, S.A.U.
AV. DIAGONAL, 662-664 - 08034 BARCELONA
ISBN: 978-84-664-2918-4
DIPÒSIT LEGAL: B. 8.724-2022
FOTOCOMPOSICIÓ: MOELMO, S.C.P
IMPRÈS A CATALUNYA - *PRINTED IN CATALONIA*

www.columnaedicions.cat

Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa a les sancions establertes per la llei. Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47). Tots els drets reservats.

El paper utilitzat per imprimir aquest llibre està qualificat com a ecològic i procedeix de boscos gestionats de manera sostenible.

ÍNDIX

1. Un compromís dur per a una vida plena	11
2. El caràcter per intentar arribar a l'excel·lència	25
3. L'entrenament, un equilibri fràgil	39
4. El futur imaginat d'una jove promesa	51
5. L'ambició que no en té mai prou	65
6. Ofegat per la pressió	81
7. Les infinites cares d'un fracàs	95
8. Quan l'esport deixa de ser un hobby i passa a ser una feina	109
9. Lesions que no saps veure	123
10. L'enveja que et consumeix	139
11. L'admiració que et salva	153

12. Quan l'individualisme troba el millor aliat en un grup	169
13. La sort que culmina qualsevol projecte	185
14. Arriba el crepuscle, però la roda continua girant	199

1

**UN COMPROMÍS
DUR PER A UNA
VIDA PLENA**

L'alpinista surt cap al cim amb el compromís de tornar amb vida. Els soldats marxaven al front amb la promesa de morir pel seu país. Dos amants es juren estima i passió. Un matrimoni es compromet a cuidar-se i fer-se companyia tota la vida. Quan neix un fill els pares es comprometen amb el seu creixement, protecció i estima; en definitiva, amb la vida. Un professor té el deure social d'ensenyar a uns alumnes. Un músic surt a l'escenari oferint-se al seu públic. El bon governant hauria d'estar compromès amb la ciutadania. El periodista, amb la veritat. L'empresari hauria de tenir un deure amb els seus treballadors. I aquests, amb la feina que els és assignada. Qui firma una hipoteca segurament agafa un dels compromisos que més pesen al llarg d'una vida, mentre que el ban-

quer viu i guanya molts diners gràcies a les obligacions que assumim les persones. Fins i tot la cosa més banal de la vida, com pot ser l'esportista que vol arribar a l'excel·lència, també està marcada pels compromisos que agafem.

Són uns lligams que han de ser forts si l'atleta aspira a aconseguir un ideal de perfecció que el dugui ben amunt. El compromís és on tot comença i on tot pot acabar si desapareix. Des de l'esport més massiu fins al més minoritari, sempre serà així. Fins i tot si parlem d'esquí de muntanya i de curses de muntanya a mitjans de la primera dècada dels anys 2000, quan durant l'adolescència vaig iniciar-me en aquest món de la competició. Parlo d'un temps en què qui anava a córrer encara era el boig del poble, i qui pujava amb pells de foca una muntanya nevada era el garrepa que volia esquiar sense pagar un forfait. Més tard vindrien els anys en què els esports de muntanya abandonarien l'anonimat i el silenci per fer-se més populars i començar a formar part de la quotidianitat de molta gent. El que fins a aquell moment era vist com una raresa exclusiva de la gent que de forma silenciosa i solitària havia anat a la muntanya tota la vida, va passar a formar part de la normalitat de gran part de la societat.

Aquells anys, de principi dels 2000, jo formava part d'aquest grup de gent que tota la vida havia fet muntanya. I dic *fer muntanya* i no *anar a la muntanya*, perquè els catalans sempre hem de fer coses: fem un cafè, una cervesa o un dinar, o fotem un clau. Qualsevol acció ha de tenir una finalitat, una utilitat, no podem perdre el temps divertint-nos; sembla que sigui pecat! No ens podem permetre pujar a una muntanya i gaudir-ne sense més història. I mira que seria tot un gust saber-ho fer. Perquè fer muntanya, en famílies com la meva, volia dir no només enfilarse fins al punt més alt, sinó conèixer la història humana d'aquell lloc, la geografia, la flora i la fauna, i sobretot tenir un compromís ètic i moral amb la natura i l'exercici de pujar muntanyes.

Recordo que el meu pare no sortia d'excursió sense haver-se après el nom de tots els cims que es veurien durant la ruta. Per això sempre, des d'algun punt de guaita o des de la panoràmica que t'ofereix arribar a un cim, des de ben petits, amb la meva germana, rebíem una classe de geografia on nosaltres poc que reconeixíem res del que assenyalaven els seus dits. A aquella edat ho vèiem tot igual i no sabíem gaire bé cap a on ens indicava. Com a molt reteníem algun nom curiós dels

que trobes per la muntanya i que fan gràcia: coll de la Marrana, coll del Matxo Mort, Pico Gran Facha, Picos del Infierno o pic de Noucreus. Ara bé, si de gran hi poses una mica de curiositat aquest pòsit acaba sortint per alguna banda i pots reconèixer on és cada muntanya i et saps fixar en els detalls que t'ensenya la natura com a punts de referència per orientar-te i no perdre't. També, per descomptat, escoltàvem la història de les diverses ascensions que contenia la muntanya a la qual ens dirigíem. Sobretot les narracions de les primeres escalades heroiques que tanta èpica han agafat amb els relats grandiloqüents propis de la literatura de muntanya. Allò que deia Messner, el que llegia de Bonatti o el que havia sentit de Pons i Anglada. Amb la meva família no ens enfilàvem a formacions geològiques naturals, sinó que caminàvem per sobre de noms i històries que havien engrandit la mística d'aquella muntanya i que han configurat la tradició dels esports de muntanya. ¿Potser era perquè així nosaltres també en passàvem a formar part i elevàvem una mica la categoria de l'activitat que per a molta gent ara és un simple esport?

Com deia, fer muntanya quan jo era un nen volia dir alguna cosa més que pujar a un cim. A la

meva família aquest exercici també li exigia comportar-se amb una actitud determinada. De manera normal i corrent calia respectar i pertorbar tan poc com es pogués el medi natural. Fer muntanya implicava que aquell paratge que visitaves havia de quedar millor de com l'havies conegut. Per exemple, quan els estius anàvem a acampar al Pirineu amb un grup de famílies, abans de plantar el campament fèiem una batuda recollint les deixalles que hi pogués haver en aquell paratge, i un cop marxàvem procuràvem no deixar-ne cap. Avui dia se'n diria ser ecologista, se'n farien grans esca-rafalls i potser es publicitaria per tenir una imatge més moderna, per ensenyar que tens una actitud socialment responsable i per ser més ben vist. Però la veritat és que cau de madur i comportar-se així és de sentit comú. Aquesta és una de les frases preferides de la meva mare per despatxar amb vehemència i rotunditat qualsevol intent de discutir-li alguna de les coses que ella creu amb fermesa. La mateixa contundència amb què ens responia a la meva germana i a mi quan ens queixàvem que la motxilla que portàvem a l'esquena durant l'excursió pesava molt i feia que ens canséssim massa. Llavors tancava la discussió amb un «A muntanya cadascú es porta el seu material!». Amb aque-

lla frase ens volia dir que per una banda cadascú ha d'anar ben equipat i proveït per si té algun problema físic o per si el temps empitjora poder-se valer per ell sol i sortir d'aquell embolic. Mentre que per l'altra banda portar la pròpia motxilla implica no treure cap mèrit a aquella excursió. Perquè, per a la gent que fa muntanya, també és molt important aquest compromís ètic per ser honestos amb l'activitat i no mentir sobre si s'aconsegueix pujar aquell cim. Així, amb el cap a terra i fent esforços per saltar les pedres i superar els entrebancs que anàvem trobant pels camins amb la meva germana, anàvem fent via per pujar muntanyes de tot tipus. Des dels turons modestos de les Gavarres, on a la falda hi ha Cassà de la Selva, on vaig néixer fa més de trenta anys, fins a les muntanyes majestuoses que ens queden més a prop de casa, que són els Pirineus i que tenien en aquells anys d'infància els primers objectius. Poder pujar per primer cop una muntanya de més de tres mil metres ja va suposar tot un èxit, que, com marca la tradició de la gent que ha fet muntanya tota la vida, se celebra pagant el cava a tot el grup.

Descobrir aquest costat tradicional de l'excursionisme de la mà de la meva família, i dels amics dels meus pares, em va permetre tastar per pri-

mer cop el gust de pujar muntanyes i adquirir una sèrie d'habilitats i coneixements que m'han servit a l'hora d'entrenar-me i fer curses. En aquestes sortides, si bé estaven impregnades d'un ambient lúdic i de distensió, hi havia un espai per començar a descobrir, també, què volia dir la responsabilitat. Com he dit, ens inculcaven un cert compromís amb la natura per pertorbar-la tan poc com fos possible amb les accions que fèiem, sent conscients que no fer el que tocava tenia conseqüències en forma dels perills que amaga la muntanya. Ara bé, una cosa era assumir tot el que implica aquest grau de compromís i una altra de molt diferent la dimensió de la promesa que em calia si el que volia era arribar a un cert ideal de perfecció fent esquí de muntanya, quan, més endavant, amb setze anys, vaig començar a quedar seduït pel món de les curses d'esquí de muntanya.

Evidentment, el compromís que es necessita per intentar fer grans resultats en qualsevol tipus d'esport d'alt nivell no és cap pòlissa de les habituals, quan t'asseus un dia davant d'un contracte, en llegeixes la lletra petita i firmes, sinó que la cosa va per dins i va sortint a poc a poc. Tampoc es tracta de cap il·luminació divina davant d'una posta de sol, que dona la resposta a totes les pre-

gundes. Segurament, quan jo em vaig començar a entrenar, intentar disputar un dia les curses de la Copa del Món no era en un primer pla. Feina vaig tenir per acabar la primera cursa que vaig disputar a Tavascan, al Pallars Jussà, amb un amic meu, en Guillem Garcia, acompanyats pel meu pare, que no volia deixar sols en una cursa de més de mil vuit-cents metres de desnivell positiu per davant per un terreny d'alta muntanya dos xavals de menys de setze anys. En aquell moment, potser era una idea que em voleiava per dins del cap, però el dia a dia estava fet de petits objectius assumibles pel nivell que tenia i que em feien avançar i motivar-me per posar-m'hi cada vegada més seriosament i anar reforçant el lligam amb l'esport.

Com és fàcil d'imaginar, tot això un ho raona quan és més gran i la perspectiva dels anys et permet ordenar i posar nom a tot el que has viscut. A l'adolescència jo el que volia simplement era trobar la manera de fer casar els estudis amb la possibilitat d'anar-me entrenant més i millor per progressar i tenir cada any un nivell més alt. Qualsevol moment del dia era bo per quedar baldat amb l'entrenament. A vegades anava a córrer a les sis del matí abans de les classes de l'institut, i una ve-

gada vaig tenir l'ocurrència que la millor manera d'estudiar l'examen de química de les PAU era pedantant cinc hores amb la bici de carretera amb un paper enganxat al manillar per aprendre'm de memòria les valències dels components químics.

Lluny de ser un sacrifici o de dir que estava compromès amb l'esport, jo en aquell moment només sabia que entrenant-me m'ho passava més bé que fent qualsevol altra cosa, i això era l'únic que comptava. Abans i ara. Certament, un temps més tard t'adones que si tens un compromís fort amb el que fas i amb la fita que t'has marcat aconseguixes vèncer les dificultats. Aleshores és quan descobreixes la font de plaer més gran: la plenitud personal i vital que sents quan veus acomplert un objectiu. Aquell moment fugaç d'immortalitat i satisfacció personal que eleva l'ànima uns quants centímetres del terra i ens dona vida. Aquest és el sentiment que t'acaba enganxant definitivament a fer curses.

Les coses que realment valen la pena a la vida i et fan florir aquest sentiment de plenitud personal dins teu costen una mica. Tant en l'esquí de muntanya com en les curses de muntanya, com en qualsevol esport de resistència aeròbica, els resultats no es veuen de manera instantània, arri-

ben al cap d'un temps de dedicació i de superar problemes. I un temps no vol dir unes setmanes, uns mesos o una temporada, sinó que parlem d'una feina de formigueta, que a cada entrenament va fent un pòsit que cristal·litza al cap d'anys d'insistència i maduració del cos. Encara més si ens centrem en l'esquí de muntanya, un esport tremendament tècnic, amb infinitat de variables que s'han de dominar i per al qual, a diferència de córrer, no estem predisposats de manera natural. Aquest compromís prolongat en el temps de qualsevol activitat que es vulgui fer per buscar la màxima excel·lència xoca amb la naturalesa dels nostres dies, que el cèlebre filòsof polonès Zygmunt Bauman va descriure com de modernitat líquida, quan tot canvia a gran velocitat i ja res és per a tota la vida, com havia passat fins ahir. L'economia s'ha accelerat, el món s'ha fet petit i està connectat, les grans ideologies en què crèiem han quedat enterrades a les trinxeres —o el mercat— i les institucions que marcaven la vida, com l'Església, l'escola o la família, han perdut el prestigi i l'autoritat d'abans i ja no serveixen per ordenar i aguantar el nostre món. Això porta a assolir uns compromisos que també són líquids, i per tant enormement canvians. Hem entrat en una mena

de zàping vital en què tots plegats ens convertim en uns tastaolletes, i picotegem d'aquí i d'allà fins que ens en cansem, i com qui canvia de canal de televisió abandonem el que fèiem per saltar a una altra cosa que també tastarem de manera superficial. De fet, quan em pregunten pels anys que m'he passat fent curses d'esquí i corrent per la muntanya, responc que ja en fa més de deu, i sento com una mirada de condescendència de l'interlocutor que em diu si fa no fa: «Pobre *pringat*, tota la vida fent el mateix». O potser és el meu subconscient líquid que em fa dubtar i m'insta a voler provar altres coses.

Com que tot canvia i el món no tornarà a ser el que era, segurament també hi haurà més endavant una manera de construir una carrera esportiva que aspiri a l'èxit sense la necessitat d'un compromís fort i sòlid. Ara bé, el mapa que ordena i orienta el món en aquests temps líquids, que diuen que ja s'han convertit en gasosos, no s'ha trobat. Amb tot, encara avui, si la relació que ens lliga amb el que fem a la vida és feble, intermitent, poc consistent o reposa sobre uns fonaments poc sòlids, tot se'n va pel pedregar. Així, l'alpinista seguirà tirant amunt encara que el temps empitjori i voler fer el cim sigui una trampa. Els amants se senti-

ran més forts sols que acompanyats. Un periodista publicarà pamflets al servei d'una ideologia o d'uns diners. Un professor pensarà només en els dos mesos de vacances. Uns pares donaran el mòbil als seus fills perquè no els molestin mentre ells fan la seva. Un músic sortirà a l'escenari d'esma i reproduirà de rutina un espectacle après de memòria. El governant mirarà per ell i la seva classe dirigent i no pels de sota. L'empresari procurarà només pel seu lucre econòmic i no pel benefici social de la seva organització. I sense un compromís fort l'esquiador i corredor de muntanya que aspiri al màxim es quedarà a mig fer. Aquest és un camí que té en aquest primer pas l'inici d'un incert viatge cap a l'excel·lència.