



www.jollibread.com

© 2019, Jorge Gamero

© D'aquesta edició:

2019, Santillana Infantil y Juvenil, S. L. i Grup Promotor, S. L.

Carrer de les Ciències, 73 (Districte econòmic Plaça d'Europa)

08908 L'Hospitalet de Llobregat

Telèfon: 93 230 36 00

ISBN: 978-84-16661-84-8

Dipòsit legal: M-7337-2019

Printed in Spain

Primera edició: abril de 2019

Directora de la col·lecció:

Maite Malagón

Editora executiva:

Yolanda Caja

Direcció d'art:

José Crespo i Rosa Marín

Projecte gràfic:

Marisol del Burgo, Rubén Chumillas, Rosa Marín, Julia Ortega

i Álvaro Recuenco

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només es pot fer amb l'autorització dels seus titulars, llevat d'excepció prevista per la llei. Si en necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment, adreueu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org).

**TÒQUIO
AL COR
JORGE
GAMERO**

jolibre

Primera fase

Adrenalina

Quilòmetre 1

Quan corro, em sento lliure. Tonifico el cos i el mantinc en forma. Córrer m'ajuda a desembrollar la ment. Les meves millors reflexions, les respostes espontànies a tantes preguntes difícils, les trobo mentre corro. Si més no, m'ho sembla, perquè després de cada cursa noto que les idees em flueixen millor.

7

Des que era un nen que m'agrada córrer, i a l'escola sempre destacava. M'apuntava a les curses llargues perquè eren les més difícils i tenia més opcions de guanyar, ja que, a la majoria dels meus companys, tot el que fos córrer més de cinc quilòmetres els feia molta mandra. Vaig guanyar un munt de campionats escolars i vaig començar a inscriure'm en curses organitzades per les comissions de festes del barri, per l'Ajuntament i fins i tot per la Federació Catalana d'Atletisme. I vaig continuar guanyant curses i més curses. No em fa vergonya reconèixer-ho, als deu anys vaig començar a anotar en un Excel totes les proves que corria, les distàncies, el temps que hi invertia i la posició que assolía en cadascuna.

I un bon dia, els pares em van regalar la pel·lícula *Forrest Gump*, que va consolidar encara més la meva afició per córrer i córrer sense desmai. Però bé, de *Forrest Gump* ja en parlarem més endavant.

8 A banda de l'evidència que l'esport és bo per al cos i la ment —*mens sana in corpore sano*, ens van ensenyar els professors de Llatí que deien els savis clàssics— i que córrer sempre m'ha ajudat a pensar millor, tal com deia abans, hi ha moltes altres sensacions agradables, que no tenen cap altra repercussió que el pur plaer.

M'agrada sentir la tensió de tots els músculs de les cames en cada gambada, especialment els bessons, els rectes anteriors i els bíceps femorals. És una sensació de potència, de poder. La sensació que soc capaç d'arribar a l'altre costat del món només amb les meves cames i la meva obsessió per marcar-me fites. La primera vegada que vaig acabar una mitja maratón em vaig sentir un heroi, i ja des del primer moment vaig voler provar la maratón completa, però només tenia quinze anys i em van recomanar que m'esperés. M'encanta sentir el pessigolleig de la suor acariciant-me la columna vertebral, notar com les gotes rellisquen a poc a poc fins a arribar a la zona de l'os sacre. Les gotes de suor salada a les temples i el front, que al principi, quan tot just fa mitja hora que corro, s'aturen i s'amunteguen a les celles, però quan passo de l'hora de cursa, no troben obstacle i rellisquen per la cara fins a arribar a la boca. Llavors, amb la respiració compassada, i al ritme tremolós dels llavis, surten expel·lides cap endavant.

Notar el ritme dels batecs del cor al cervell em fa sentir enèrgic. I quan m'acosto a la superació d'una nova marca, miro el cronòmetre, accelero i em demano una mica més a mi mateix. Tinc l'absoluta convicció que ho aconseguiré. Trenta segons menys, un minut menys... i aquell dia no necessito res més per ser feliç. Bé, de vegades no ho aconseguixo. Un lleu refredat, un dia plujós o amb molt de vent, qualsevol cosa que m'amoïna més del compte fa que em quedi per sota de la marca, trenta segons, un minut, cinc minuts fins i tot, i llavors estic de mal humor.

9

Com el dia en què els metges van dir a l'Anna que havia de deixar de córrer.

Vaig trotant sol pel parc i la tristesa en recordar-ho m'allunya de la marca. Com aquells dies, quan va passar allò de l'Anna, en què les marques m'importaven un rave.

Quilòmetre 2

10 Mai no oblidaré aquell dissabte de les votacions dels comitès internacionals per decidir la seu dels jocs olímpics del 2020. Jo tenia catorze anys i somiava uns jocs olímpics a casa nostra i, per descomptat, participar-hi. Els segons jocs olímpics, és clar, perquè sabia que ja n'hi havia hagut uns a Barcelona, el 1992, i tothom ens havia explicat que van ser meravellosos, però jo encara no havia nascut. I com que somiar és de franc, el somni l'arrodonia amb la meua imatge entrant a l'estadi en la prova de la marató i aconseguint una medalla, d'or, és clar, que per això era un somni. Creuava la meta, aixecava els braços, alçava la mirada al cel i acabava estirat a terra cap per amunt amb la respiració accelerada, els ulls inundats de llàgrimes i una sensació d'èxtasi, tot plegat com a les pel·lícules. De seguida s'amuntegaven al meu voltant els fotògrafs que llançaven els seus flaixos, algú de la Federació m'acostava una bandera, tornava a aixecar-me, saludava els altres dos medallistes i feia la volta més bonica de la meua vida a l'estadi olímpic.

Però el resultat de les votacions ens va ser advers ja en la primera ronda de vots i la seu guanyadora va ser Tò-

quio. Ens vam quedar amb un pam de nas i en silenci en sentir un senyor molt seriós, Jacques Rogge, com si a ell també li fes pena aquell veredict. Vam veure les imatges de la gent que hi havia concentrada a la Puerta de Alcalá de Madrid, que feia hores que s'esperava confiada en la victòria. Aquí no hi havia tanta expectació, d'una banda perquè ja n'haviem celebrat a Barcelona i, de l'altra, suposo que pel fet que la seu candidata era Madrid, i el clima polític estava enrarit. La política, que malauradament acostumem a barrejar amb l'esport. Uns joves van començar a insultar el Comitè Olímpic Internacional i el meu pare va trencar el silenci i va dir que no, que així no, que cal saber perdre... I jo estava d'acord amb el pare, l'esperit olímpic ens obligava a felicitar el contrincant, però en realitat sentia ràbia i impotència per la derrota. Una estona després de sentir els locutors que intentaven explicar per què el Japó i no Espanya, de veure com la gent de Madrid plorava i tornava a casa amb la bandera per capa, la tia Quimeta, com ens tenia acostumats, posava seny amb una de les seves frases sornegueres i tancava el tema.

11

—Bé, ja n'hi ha prou! Que cal anar a Tòquio?, doncs a Tòquio! Quan vegin les medalles que guanyarem encara els quedarà més cara de restrets... Jan, tu a entrenar!

Llavors el meu pare va canviar de canal i cadascú se'n va anar a la seva. Jo em vaig tancar a la meua habitació i em vaig posar a navegar per Internet i a buscar tot el que hi havia sobre el Japó i Tòquio, sobre la seva seu olímpica i els seus atletes.

Els dies següents tot eren laments i crítiques. Els acudits sobre l'anglès macarrònic que havien usat alguns polítics durant l'acte feien riure per les butxaques. Llavors jo no entenia gaire el perquè de tant acarnissament. Ara sí que ho entenc, perquè els polítics no saben comportar-se amb esperit olímpic i solen tenir l'insult a la boca, sempre preparat. Bé, gairebé tots. Només uns quants honoren amb el seu respecte una professió prou difícil.

12

Al final d'aquella setmana, vam pair la notícia que no tindriem jocs olímpics a casa nostra i ens vam posar a aprendre algunes paraules en japonès i a entrenar tres cops per setmana junts. Tres tirades de cursa contínua, una per dia, a l'estadi del club. Una de cinc quilòmetres en vint-i-dos minuts els dilluns, una altra de deu en quaranta-cinc minuts els dimecres i una altra de dotze quilòmetres en una hora els divendres. I durant un temps no vam fer res més que parlar de Tòquio, fins que una tarda l'Esteve es va sumar als entrenaments i va començar a dir que estàvem bojos. Només faltaven set anys, i als vint-i-un anys, no arribaríem prou preparats per a una olimpíada. Bé, ni preparats ni no preparats, senzillament no aconseguiríem marca per participar-hi. La marató era una prova d'herois i nosaltres només érem dos enamorats amb malles. A més, no podíem entrenar junts perquè l'Anna havia de portar una preparació i jo una altra de molt diferent si volíem competir a aquest nivell.

En realitat l'Esteve tenia raó en diverses coses: els temps i les marques eren molt diferents entre dones i homes maratonians, estàvem molt lluny encara de cór-

rer tan sols una mitja maratón i havíem de seguir una preparació d'alt nivell per separat i, com a molt, córrer un dia junts amb un ritme assequible als dos, que fos en un mínim comú, i la resta, cadascú pel seu compte amb un entrenador diferent. No podíem anar per lliure i aspirar així a res.

L'Esteve també tenia raó en això que érem uns enamorats, però ell tampoc no podia enganyar-me, perquè jo sempre vaig saber que a ell també li agradava l'Anna.

Quilòmetre 3

14 Un dia, en acabar la classe em vaig quedar una estona per parlar amb l'Albert, el nostre professor d'Educació física, a qui, per cert, el treia de polleguera que en diguéssim *gimnàstica*, tal com es deia a les escoles de l'any de la picor. I mira que a mi m'agrada la paraula i la seva etimologia...

—*Profe*, vull córrer la maratón, vull preparar-me per als jocs olímpics...

L'Albert va riure pels descosits abans no em va donar la seva opinió.

—Als jocs olímpics... ja..., suposo que als de Tòquio, és clar, els del «*relaxing cup of café con leche in Plaza Mayor*»..., que tens catorze anys i als del Brasil del 2016 ja no hi arribes a temps...

—Sí, és clar, als del 2020, llavors tindrè vint-i-un anys. —L'Albert em devia veure tan segur que va canviar l'expressió i va començar a parlar-ne de debò.

Em va dir que tenia qualitats, que si aleshores ja era capaç de fer el quilòmetre en quatre minuts i mig, podria dedicar-me al fons. Però que havia escollit la prova més

dura, que set anys per endavant per a una fita tan gran com uns jocs olímpics era un termini de temps suficient però just, que calia no adormir-se gens. Si anar a uns jocs per marca ja era superdifícil, abans havia de ser campió d'Espanya, per exemple, o tenir marca de l'any com a mínim, ser entre els primers a nivell europeu i mundial, «la pera, Joan».

—Vols continuar malgrat tot?

—És clar que sí, *profe*, un maratonista mai no es rendeix, si m'he quedat a explicar-t'ho és per alguna cosa.

15

L'Albert, tot veient que jo no m'arronsava, encara va mantenir un to més seriós, gairebé de preocupació, i em va continuar donant la seva opinió.

—Però Jan, jo no et puc ajudar gaire. Per a això has d'entrenar com una bèstia i en un centre d'alt rendiment. L'únic que puc fer és acompanyar-te al CAR de Sant Cugat i presentar-te un col·lega meu. Que et faci unes proves i tot això i després, continuar-te donant suport en el que necessitis, és clar. Fins i tot, si vols, puc sortir a córrer amb tu de tant en tant.

—Faries tot això per mi? Et sembla poca cosa!?

—Un moment, els teus pares ho saben? Has parlat amb ells de tot això? Primer hauries de fer-te un reconeixement mèdic, al centre te'l farien, és clar, i veure si les teves condicions físiques són òptimes, que segur que sí. Perquè crec que els nois de la teva edat no corren maratons, o no ho haurien de fer.

—Cap problema, fem el que faci falta, a més, ja he corregut i guanyat més de vint curses.

—Sí, és clar, però eren curses de deu o dotze quilòmetres, xaval, i tu em parles d'una maratón, quaranta-dos quilòmetres, cent noranta-cinc metres.

—Però puc començar per la mitja maratón i en poc temps córrer la distància llarga.

—Això és una altra cosa, però ja t'ho diran ells, has d'anar pas a pas.

—Quan m'hi acompanyes, doncs?

—Quan vulguis, però també han de venir els teus pares.

—No hi haurà cap problema, el meu pare també era corredor aficionat.

—Com tu.

—Sí, però jo vull arribar a ser professional.

—Déu n'hi do, Jan, et veig ben llançat!

—Sí, *profe*, la veritat és que m'encanta córrer, i vull batre totes les marques.

—Bé, ja t'he dit que cal anar a poc a poc. Els quaranta-dos quilòmetres encara et queden lluny, i les dues hores i tres minuts, ni t'ho explico.

—Aquesta és la marca?

—La marca? Aquest és el rècord de tots els temps, criatural!

—Un negre, segur.

—No parlis així, Jan, comença per tenir esperit esportiu. Un kenyà, Patrick Makau, crec, el va batre a Berlín fa un parell d'anys.

—No ho deia per ofendre, ho deia per entendre'ns.

—Per entendre'ns? Cal parlar amb respecte, i més en el món de l'esport. Atletes de color, tot i que és un eufe-

misme que no m'agrada gaire, un kenyà i punt, que és negre per descomptat, i que ha de ser un màquina... No he tornat a saber res més d'ell.

—Bé, *profe*, com tu dius, anem a poc a poc. Quan anem al centre aquest?

—Si vens amb els teus pares, per part meva demà mateix podria acompanyar-vos-hi, però deixa'm que primer parli amb el meu amic i ja t'ho explicaré.

M'havia passat la mitja hora de l'esbarjo parlant amb l'Albert i ja no em quedava temps per menjar-me el sandvitx i la poma de cada dia. Però l'emoció i l'eufòria que sentia per dins em taponaven l'estómac. Només m'importava competir, posar-me a prova, córrer la distància al més aviat possible per saber d'on partia, suar la marca. I entrar en aquest centre per a atletes professionals. Però de cop i volta vaig pensar: m'acceptaran? No ho havia demanat a l'Albert. Per entrar en aquest centre d'elit caldria superar unes proves i potser fins i tot pagar molts diners. Estava clar que ser atleta olímpic no seria gens fàcil.

Quilòmetre 4

18 Mai no oblidaré aquell dia, quan l'Albert ens va acompanyar als meus pares i a mi al Centre d'Alt Rendiment Esportiu de Sant Cugat, el CAR, que en diem. Podria dir que aquí va ser on va començar realment aquesta bonica història. El meu nou entrenador em va sorprendre des del primer minut.

—Bé, Joan, aquí tens el meu amic Antoni. Ningú millor que ell et pot ajudar a aconseguir el teu somni d'arribar als Jocs de Tòquio com una moto. Antoni, tot teu.

I recordo que ens va deixar anar tot un discurs. Parlava amb seguretat i coneixement de causa i amb una gràcia i una vehemència que fins i tot el pare anava assentint a les seves paraules, mentre la mare reia per sota el nas.

—Bé, Joan, perquè segur que odies que et diguin Joanet, és clar. Siguem clars. Vens de part de l'Albert i això ja és una garantia. Ja et veig a la cara les ganes d'arribar lluny, però arribar a la meta, els Jocs de Tòquio, només depèn de tu. Això és fons, constància, disciplina, fe i una preparació prussiana que, si l'acceptes, farà que m'odiïs. Això no és que un dia t'aixeques amb bon peu i les co-

ses et surten bé. En aquesta prova les coses et surten bé si tots els punyeters dies t'aixeques amb ànim de superar-te. Entesos?

—No l'espantis, Antoni —va interrompre l'Albert—. Que acaba d'arribar ...

—Que no l'espanti? Què vols, que li digui que faci com tu, que vas guanyar quatre curses i ja et creies el rei del mambo?

—Home, Antoni, tampoc no llencis rocs al meu teulat, que en Joan continua sent alumne meu.

Jo els mirava tots dos com parlaven i em sentia molt lluny en aquell moment d'assemblar-me a ells i, alhora, molt honrat d'estar en mans de dos atletes que creien en mi.

—I, Albert, si passa la prova i es queda aquí serà el meu alumne també. Et deixarem baldat, xaval, que ho sàpigues.

—No li deus pas voler fer córrer la maratón en quatre dies, com vas fer tu?

—Albert... això és aigua passada. A veure, Joan, jo vaig córrer la meva primera maratón als quinze anys, però jo estava boig i volia provocar el meu pare. I tu no estàs boig i, a sobre, el teu pare sap de què va això. Tu ara tens catorze anys i, si continues amb mi fins al final, correràs la teva primera llarga distància als divuit, mai abans. No perquè no es pugui, que jo ho vaig fer, sinó perquè no és recomanable. El millor és preparar-se progressivament fins que arribi el moment en què siguis capaç d'afrontar aquest repte.

—Estic d'acord amb tu, Antoni, cal anar pas a pas, no per córrer molt en poc temps arribes abans —va afegir el pare, a qui no veia tan feliç des de no recordava quan.

—Exacte, aquí tens la veu de l'experiència! I parlant d'experiència, abans que m'ho preguntis, t'ho deixo ben claret: jo no soc cap estrella ni tinc gaires medalles, jo, el màxim a què vaig arribar va ser a adonar-me del que cal en els últims cinc o set quilòmetres d'una maratón per ser un campió. Dec ser el professor i atleta retirat que més maratons ha corregut en aquest país i que més vegades ha quedat entre els primers vint classificats.

20

—Però vas ser subcampió d'Espanya als vint-i-tres anys, Antoni, jo en aquesta mateixa cursa vaig entrar a la vint-i-novena posició.

—D'acord, gràcies, Albert, no necessito publicitat, que ja tinc feina... Aquesta cursa va ser la pitjor de la meua vida, encara que vaig aconseguir la millor posició, i saps per què? Perquè tot i ser molt millor que el vencedor, vaig quedar segon, i vaig quedar segon perquè no vaig mesurar prou bé els temps de la cursa. I després una grip d'elefant em va apartar dels europeus... En fi, tota una història que ja t'explicaré quan arribi el moment, Joan.

—Sí, sí, jo el que vull és començar com més aviat, millor —vaig dir a l'Antoni mirant els meus pares.

—Doncs au, ves ara mateix a l'oficina de part meua i parla amb la Montse, ella us explicarà les condicions i tota la paperassa necessària. Per cert, quan comencis, un consell. Des d'on vius, has d'agafar un tren i just des

del baixador tens un autobús que et deixa aquí mateix. Doncs bé, aquest últim trajecte és de tres quilòmetres i jo et recomano que no agafis l'autobús, sinó que vinguis trotant i així ja hauràs fet l'escalfament. D'acord?

I dit això, l'Antoni em va xocar els cinc amb la mà enlaire i vam anar cap a la secretaria del centre.

Allà ens van explicar totes les condicions, els horaris i ens van donar la documentació necessària. Mentre els meus pares, recolzats al taulell, parlaven amb la Montse, vaig veure una noia morena, vestida amb el xandall del centre i suada com si acabés de fer exercici. Estava asseguda en una cadira de la sala d'espera. Mirava amb desgana una revista d'esports i semblava que estava esperant algú. En sortir de l'edifici, vaig tornar a girar-me per mirar-la novament i una mica més i m'empasso la porta de sortida. Aquella noia era l'Anna.

Un cop al pàrquing del centre, vam tornar a ensopegar amb l'Antoni i de sobte vaig recordar allò de la prova.

—Antoni, i quan em faràs la prova?

—La prova? Ah sí, la prova... ja farem una prova, tu tens la marca assegurada. Ho veig en la teva mirada, els teus ulls fan cara de tenir gana de quilòmetres.

Segurament aquesta frase va ser la primera bestiesa que li va passar pel cap a l'Antoni. De qualsevol manera, però, sempre recordaré aquelles paraules que encara avui em fan companyia: tenir gana de quilòmetres.