

3. La cursa d'en Daniel

—Als vostres llocs!

En Daniel es va dirigir a la línia de sortida, es va ajupir, va assegurar els peus a l'*starting* del seu carrer i va col·locar les mans a tocar de la ratlla blanca. Va aixecar el cap i va clavar la mirada al fons de la pista, concentrat en el seu objectiu.

—Llestos!

Tots els atletes van adoptar la posició de sortida gairebé de forma automàtica. En Daniel sentia la tensió de les seves cames i tot el pes del cos recolzat als dits de les mans, el cor li batejava a cent per hora i tenia l'estómac en un punt. Estava a punt.

Quan va sonar el tret de sortida, les cames el van impulsar endavant i va arrencar a córrer. Sentia la pista sota els peus i la resistència de l'aire contra el seu pit, corria amb totes les seves forces. La meta s'acostava de pressa i veia com, davant seu, s'escapaven alguns corredors. Fent un últim esforç, va avançar un parell de llocs, anava més ràpid que mai. Va donar-ho tot, en aquella cursa, i no la va guanyar. Era la final dels cent metres llisos, una fita important, i havia quedat quart.

Després de creuar la meta, va seguir caminant un tros enllà, esbufegant i amb el cap baix. La Núria, la seva entrenadora, li anava al darrere.

—Estàs bé, Daniel? —li va preguntar quan el va atrapar.

—Deixa'm estar! —va rondinar ell—. No ho veus, que he perdut?!

—Ja... i estàs enfadat?

—Sí! —va cridar en Daniel—. No hi ha dret, m'havia preparat tant per a aquesta cursa... Me'l mereixia, el primer lloc.

Aleshores, es va tombar cap a ella i va arrencar a plorar desconsoladament. La Núria el va abraçar per consolar-lo. Quan es va haver desfogat una mica, atleta i entrenadora, es van asseure a parlar en un matalàs de la prova de salt d'alçada.

—No guanyo mai, Núria... —va somicar, abraçat a la seva entrenadora— Em sembla que tinc les cames massa curtes i no serveixo per a l'atletisme!

—Si sabessis la de vegades que m'he sentit com tu, ara, Daniel! —va sospirar la Núria—. A la teva edat, el meu entrenador em deia que si volia guanyar, hauria d'aprendre a perdre. Encara recordo la primera vegada que vaig aconseguir pujar al podi... havia perdut tantes curses, abans!

—Però és que a mi no m'agrada perdre! —es va queixar ell—. És tan frustrant!

—És clar, no agrada a ningú, em sembla! —va somriure, la Núria—. La frustració és una emoció molt desagradable, però què vols fer-hi? Forma part de les nostres vides. El secret està a aprendre a convertir-la en un repte.

—En un repte? —va preguntar en Daniel.

—Sí, saber perdre consisteix en això: transformar la frustració en repte —va dir l'entrenadora—. És tot el que necessites per seguir-ho intentant una vegada i una altra fins a aconseguir allò que et proposes. Quan la frustració es transforma en fracàs, la impotència s'apodera de nosaltres i costa creure en un mateix. Llavors, potser tires la tovallola i abandones abans que arribi el teu moment. I això, és així a l'atletisme i també a la vida en general.

—Ja, i si no m'arriba mai? I si em passo la vida intentant-ho, eh? —va preguntar en Daniel.

—T'entenc molt bé —va fer la Núria—, a vegades ens toca esperar més del que voldríem, oi? Cada atleta, cada persona, segueix una evolució diferent...

—Ja... i, si és veritat que no serveixo per a l'atletisme?

—I, què t'ho fa pensar que no serveixes? T'ho ha dit algú, això? —va exclamar la Núria.

—No...

—A veure Daniel... tu t'ho passes bé a la pista?

—Sí...

—I, et sembla que, si segueixes entrenant, seràs capaç de superar la teva marca? —va seguir la Núria.

—Sí, és clar! —va respondre en Daniel, convençut—. Però...

—Els resultats de les curses no ho són tot —va afegir l'entrenadora—, pensa en tot allò que guanyes a cada competició, a cada entrenament... Per què corres, Daniel?

Les paraules de la Núria sempre el feien pensar... Ell corria perquè li agradava, el feia sentir tan bé! Havia fet molt bons amics en competicions com aquella, amics dels de debò.

Va començar a sonar una música pels altaveus, algú demanava que els atletes s'apropessin al podi per a l'entrega de medalles. En Daniel es va eixugar les llàgrimes i es va aixecar, la Núria va somriure i el va seguir. No se la perdien mai, aquella cerimònia, «és una qüestió de respecte i de reconeixement», deia sempre la seva entrenadora.

—Mira! En Carles ha quedat primer! —va cridar en Daniel.

—Quin Carles? —li va preguntar la Núria—. El teu amic de Mataró?

—Sí! —va exclamar ell—. Vaig corrents a felicitar-lo! —I va sortir disparat.

Després d'una bona dutxa, la Núria el va acompanyar fins al vestíbul de l'estadi, on l'esperaven els seus pares impacients. L'havien estat animant des de les grades tot el matí. Quan el van veure sortir, van córrer a encerclar-lo entre festes i aplaudiments.

—Felicitats, campió! —el va felicitar el seu pare—. Avui has superat la teva marca!

—Ah sí? —va preguntar en Daniel, sorprès.

—Ja pots estar orgullós —va fer la mare—, quedar quart en una final com la d'avui, és una passada!

—És que jo em pensava que la guanyaria —va dir tot arronsant les espatlles—. Volia ser el primer, no el quart!

—És clar —va reconèixer la mare—, llavors és natural que no estiguis satisfet del tot. T'ha anat de ben poquet, per això, eh?

—Sí! —va fer ell—. De totes maneres, ha guanyat en Carles i me n'alegro per ell...

—Ah, és veritat —va afegir el pare—, sou molt amics amb en Carles, oi?

—Un dia em tocarà a mi, ja ho veureu!

—I tant! —va fer la Núria, posant la mà a l'espatlla d'en Daniel—. És qüestió de mantenir la confiança i de seguir entrenant i tot arribarà, n'estic convençuda!

—L'atletisme és la passió de la meva vida! —va exclamar en Daniel—. El dia que guanyi una cursa, ja serà la repera!

—Tu sí que ets la repera, Daniel! —va assenyalar la Núria, i van riure tots—. Au, vinga, bon cap de setmana. Dimarts ens veiem a l'entrenament!

—I tant, fins dimarts! —la va abraçar—. Moltes gràcies, Núria!

Competències emocionals:

- Consciència i regulació emocionals
- Autonomia Emocional