

Kilian Jornet

CORRER OU MORRER

Os desafios, a luta, as glórias e a filosofia
de vida de um dos mais extraordinários
atletas da atualidade



Ficha Técnica

Título original: Córrer o Morir

Título: Correr ou Morrer

Autor: Kilian Jornet

ISBN: 9789892318615

Revisão técnica: Pedro Cuiça

Revisão: Isabel Bento

Capa: Joana Tordo / Lua de Papel

Imagem de capa: © Damien Rosso

A tradução desta obra teve o apoio do Institut Ramon Llull

LUA DE PAPEL

[Uma chancela do grupo Leya]

Rua Cidade de Córdoba, n.º 2

2610-038 Alfragide - Portugal

Tel. (+351) 21 427 22 00

Fax. (+351) 21 427 22 01

© Kilian Jornet, 2011

© da edição original: Ara LLibres S. C. C. L.

Publicado através de The Ella Sher Literary Agency

Todos os direitos reservados de acordo com a legislação em vigor

luadepapel@leya.pt

<http://editoraluardepapel.blogs.sapo.pt>

www.leya.pt

Para a Núria,
por me ensinar o caminho e o iluminar quando escurece.

Prefácio à edição portuguesa

Kilian Jornet é um ser perfeito. Ou pelo menos, faz por isso.

Nasceu, cresceu e treinou na montanha, vive da montanha e para a montanha. Um ser agraciado com uma máquina difícil de igualar e com feitos a seguir. Correr sempre mais, de forma cada vez mais rápida, eficiente e surpreendente. Porém, sempre, mas sempre com um prazer acrescido.

A marca de Kilian é o sorriso com que corre, a simpatia com que lida com os comuns mortais que o abordam. Endeusado por muitos, não é um fenómeno por acaso. O esforço, a dedicação e o sofrimento, fazem parte desta relação que mantém com a montanha. Para uns, difícil de entender, para outros a lógica de o querer ser! Na vida não há limites, pelo menos enquanto forem quebrados, e para isso Kilian está cá, porque vencer é sofrer e querer.

No verão de 2008 em Chamonix, o jovem catalão surpreendeu todo o mundo com uma vitória incrível na rainha de todas as provas de ultra resistência, o Ultra Trail du Mont Blanc, que consiste em correr 168 km numa só etapa subindo e descendo as enormes montanhas alpinas (são quase 19.000 metros de desnível acumulado). Kilian Jornet conseguiu percorrer todo esse percurso em 21h58 desafiando todas as leis da ciência - como é possível que alguém com 20 anos seja o homem mais resistente do planeta?

Por vezes a mãe natureza oferece-nos seres extraordinários que aproveitam bem o dom que ela lhes atribui; mas de nada valeria o dom se alguns desses sobredotados não tivessem uma sede insaciável de se

superar, de mostrar ao mundo que, quando o homem trabalha e acredita, não há limites para atingir os seus objetivos.

Conheci Kilian Jornet pessoalmente em 2009 durante a edição inaugural da Ultra Trail Cavalls del Vent em Baga (e a minha primeira com mais de 80 quilómetros), uma prova fantástica que atravessa o parque Natural del Cadí-Moixeró. Kilian não correu nesse ano, tinha acabado de chegar dos Estados Unidos onde bateu mais um recorde estrondoso, ao correr a mítica Tahoe Rim Trail (280 km com 14.000m de desnível) em apenas 38h32. Ao conhecê-lo, porém, em nada me surpreendeu a sua simplicidade, uma característica que a maioria dos verdadeiros campeões têm em comum.

Kilian para mim é uma referência, não só como atleta mas sobretudo como pessoa. É um enorme prazer poder correr as grandes provas mundiais com ele. No Verão de 2011 vivi o ponto mais alto da minha carreira, ao ficar em quinto lugar na Ultra Trail du Mont Blanc, prova onde Kilian venceu pela terceira vez - e onde, pela terceira vez, bateu um recorde impressionante.

Convido todos a lerem esta pequeno grande livro, porque Kilian contagia-nos com as suas palavras, corridas, aventuras, sofrimento e emoções. Ele mostra que os nossos sonhos não se esgotam no momento em que atingimos o nosso cume ou meta, pois no final de cada etapa alcançada abre-se um novo horizonte, que nos leva a lutar por novas conquistas - porque no desporto ou na vida só com trabalho conseguimos atingir os nossos objetivos.

CARLOS SÁ, ULTRARUNNER

Correr ou Morrer

Manifesto do skyrunner

Kiss or kill. Beija ou morre. Beija a glória ou morre a lutar por ela. Perder é morrer, ganhar é viver. A luta é o que distingue uma vitória, um vencedor. Quantas vezes choraste de raiva e de dor? Quantas vezes perdeste a memória, a voz e os sentidos, por cansaço? E quantas vezes, nesse estado, disseste a ti próprio com um grande sorriso: “Mais uma volta! Um par de horas mais! Mais uma subida! A dor não existe, só existe no teu cérebro. Controla-a, destrói-a, elimina-a e continua. Faz sofrer os teus rivais. Mata-os.” Sou egoísta, não sou? O desportista é egoísta porque tem de ser egoísta para saber lutar e sofrer, para amar a solidão e o inferno. Parar, tossir, ter frio, não sentir as pernas, enjoar, ter vômitos, dores de cabeça, sofrer pancadas, sangrar, etc. Há alguma coisa melhor?

O segredo não está nas pernas, mas na força de vontade para sair de casa e ir correr quando chove, faz vento ou neva; quando os relâmpagos acendem as árvores passando ao lado delas; quando as bolas de neve e as pedras de gelo nos açoitam as pernas e o corpo nu que enfrenta a tempestade, e nos fazem chorar, e, para continuarmos, obrigamo-nos a enxugar as lágrimas para ver as pedras, os muros ou o céu. Renunciar a umas horas de diversão, a umas décimas de nota, dizer “não!” a uma rapariga, aos lençóis que se nos colam à cara. Enchermo-nos de coragem e sairmos à chuva até as pernas sangrarem das pancadas que damos quando escorregamos na lama e caímos, e tornamos a levantar-nos para continuarmos a subir... até as pernas se recusarem como se gritassem a plenos pulmões:

“Basta!” E deixam-nos no meio de uma tempestade nos cumes mais longínquos, até à morte.

Os *leggings* molhados da neve que o vento arrasta e que também se nos agarra à cara e nos congela o suor. Corpo leve, pernas leves. Sentir a pressão nas pernas e o peso do corpo concentrar-se nos metatarsos dos pés e fazer uma pressão capaz de partir rochas, destruir planetas e mover continentes. Com as duas pernas suspensas no ar, a flutuarem como o voo de uma águia e a correrem mais velozes do que um leopardo. Ou descendo, com as pernas a escorregarem sobre a neve e a lama, no instante que antecede o novo impulso para nos sentirmos livres para voar, para gritar de raiva, ódio e amor ao coração da montanha, lá longe, onde só os mais intrépidos roedores e aves escondidos nos seus ninhos sob as rochas podem transformar-se em nossos confessores. Só eles conhecem os meus segredos, os meus temores. Porque perder é morrer. E não se pode morrer sem ter dado tudo por tudo, sem romper a chorar de dor e das feridas, não se pode desistir. Há que lutar até à morte. Porque a glória é o máximo e apenas se deve aspirar a atingir a glória ou a perder-se pelo caminho depois de ter dado tudo por tudo. Não vale não lutar, não vale não sofrer, não vale não morrer... Já é hora de sofrer, já é hora de lutar, já é hora de ganhar. Beija ou morre.

Eram estas as palavras penduradas à porta de um velho apartamento, durante aqueles anos, e que eu lia todas as manhãs, antes de sair para treinar.

:: CAPÍTULO 1 ::

O que queres ser quando fores grande?

- Contador de lagos. Eu, quando for grande, quero ser contador de lagos! - A professora desviou o olhar do quadro, onde ia escrevendo uma lista com as profissões que os meninos da turma queriam ter quando crescessem, e dirigiu-o para a minha mesa.

- Sim, contador de lagos. Mas não quero só contar quantos é que existem. Eu hei de andar pela montanha e, quando encontrar um lago, hei de descobrir que profundidade tem, atirando para o fundo uma pedra presa por uma corda, hei de descobrir os passos que o comprimento e a largura medem. Os rios que o alimentam, de onde vêm. E os que saem dele, para onde vão. Hei de descobrir se há peixes e sapos e girinos. E se a água é limpa ou não. - A Rosa olhou para mim ainda mais surpreendida, por não ser um trabalho habitualmente desejado pelos rapazes de cinco anos, mas eu estava certo. Era o meu destino.

Por isto e pelo facto de, durante todas as ascensões e excursões que fiz desde que tenho consciência, voltar sempre para casa com, pelo menos, uma pedra do cume ou do ponto mais alto a que chegávamos, um hábito que ainda conservo - coleciono pedras de todos os tipos e cores: vulcânicas do Kilimanjaro e da Garrotxa, graníticas dos Pirenéus e dos Alpes, ocres de Marrocos e da Capadócia, azuis do monte Argeu, lousas do Cerro Plata... -, achei que

estava predestinado a ser geógrafo ou qualquer coisa parecida. Predestinado a descobrir as entranhas da Terra à procura de pedras em todos os cumes e grutas, a conhecer as suas paisagens e a desvendar como tinha sido possível erguer construções tão complexas como as cordilheiras, com as suas montanhas, vales e lagos... e como tudo isto funcionava sempre perfeitamente, como um relógio suíço, sem que nada nem ninguém, nem mesmo os homens mais poderosos, pudessem interromper o seu ritmo vital.

Acho que esta foi uma das poucas vezes em que disse “eu quero ser”. Fui sempre daquelas pessoas que dizem “vou tentar...”. Sou tímido e sempre achei que é preciso deixar passar o tempo para que as coisas ocupem o seu lugar. E quanto ao meu destino, o tempo foi-o colocando onde devia ser.

A minha infância foi a de um rapaz normal. Passava o tempo fora da escola, a brincar perto da casa dos meus pais, sozinho, com a minha irmã ou com amigos da escola que vinham passar a tarde. Brincávamos às escondidas, à apanhada, construíamos cabanas e fortalezas, e transformávamos tudo à nossa volta em paragens imaginárias de imagens de BD ou de filmes. Nunca fui como as pessoas que se fecham em casa e tive a sorte de os meus pais viverem num refúgio de montanha, situado a dois mil metros de altitude, na vertente norte da Cerdanha, entre cumes que faziam fronteira com França e Andorra, e onde o meu pai era guarda. O meu terreno de jogo nunca foi uma rua ou um pátio, foram os bosques do cabo do Rec, as pistas de esqui de fundo e os cumes do monte Plana, o rio Muga, o colo de Perafita, etc. Foi lá que comecei a descobrir o fascinante mundo da Natureza.

Quando voltávamos da escola, ainda mal tínhamos pousado as mochilas na sala e já estávamos lá fora, a subir às rochas ou pendurados no ramo de uma árvore, no verão,

ou com os esquis de fundo a saltar campos cobertos de neve, no inverno.

Todas as noites, antes de irmos dormir e já com o pijama vestido, a minha irmã, a minha mãe e eu saíamos de casa e íamos passear pelo bosque às escuras, sem lanterna. Evitávamos os caminhos e, assim, aos poucos, quando os nossos olhos já estavam adaptados à escuridão e os nossos ouvidos ao silêncio, éramos capazes de ouvir a respiração do bosque e de ver o solo através dos pés. Valorizamos demais a visão e, quando nos vemos privados dela, sentimo-nos desprotegidos e indefesos perante os perigos que há no mundo. Mas que perigos pode haver à noite num bosque dos Pirenéus? Na verdade, os únicos predadores naturais, lobos e ursos, há anos que escasseiam. Quanto aos outros animais, que perigo pode representar uma raposa ou uma lebre para um animal dez ou quinze vezes maior do que elas? E as árvores? Com o ouvido, aprendemos a ouvir o vento a abanar as folhas e assim, conseguimos vê-las. E o solo? Os pés dizem-nos se tem ramos, ervas ou água. Se sobe ou desce, ou se, de repente, há um desnível.

E, assim, os anos foram passando rapidamente, entre brincadeiras em redor do refúgio e excursões durante os fins de semana e durante as férias. Sempre que tínhamos dois ou mais dias livres, aproveitávamos para ir explorar uma nova montanha. No início, começámos a subir as mais próximas até aos cumes, em redor do refúgio. E fomos procurando novas aventuras cada vez mais longe. Aos três anos, já tinha escalado o monte Plana, o Perafita e o rio Muga. E, quanto ao pico do Aneto, fiz os meus primeiros quatro mil aos seis anos e, aos dez, fizemos a travessia dos Pirenéus em 42 dias... Porém, nestas excursões, nunca íamos atrás dos nossos pais. Eram eles que nos levavam até ao cimo e nos guiavam, mas nós também tínhamos de descobrir o caminho, procurar as marcas e perceber a

razão pela qual um caminho ia por um lado e não por outro. Não éramos meros observadores do que se passava à nossa volta, pois a montanha adquiria um significado mais vasto do que o de espaço para tempos livres. Era um espaço com vida, que tínhamos de conhecer para nos podermos deslocar nele em segurança, para podermos interpretar e prever os perigos que representava. Enfim, tínhamos de adaptar-nos ao lugar onde havíamos nascido. E, assim, fazendo-nos sentir parte dela, os nossos pais ensinaram-nos a amar a montanha. Porque, no fundo, a montanha é como uma pessoa: para a amarmos, primeiro temos de conhecê-la e só depois de a conhecermos poderemos saber quando está zangada, quando está contente, como tratá-la, como brincar com ela, de que forma tratar dela quando a magoam, quando é melhor não a incomodar... Mas o que a distingue de qualquer pessoa é que a montanha, a Natureza, a Terra, é imensamente maior do que nós. Nunca podemos esquecer que nós somos apenas um pequeno ponto, um pontinho no espaço, no meio do infinito, e que ela é que pode decidir, em qualquer momento, se quer ou não apagar esse ponto.

Aos oito anos, fiz uma excursão que me ficou gravada na memória, e da qual frequentemente me recordo quando estou a correr.

Chegámos à Corunha. O comboio parou e saímos. O tempo estava fresco e, embora ainda não chovesse, parecia que, a qualquer momento, começariam a cair as primeiras gotas. Pegámos nas bicicletas e pusemo-nos a pedalar. Eu ia na bicicleta de montanha da minha mãe. Era novinha e, apesar de eu quase não chegar aos pedais, a decoração colorida à volta dos raios das duas rodas fazia com que não me separasse dela. A minha irmã tinha sete anos e há três que tinha a sua própria bicicleta, mas como entretanto cresceu, embora a bicicleta estivesse em perfeito estado, tinha de pedalar muito depressa para conseguir

acompanhar-nos. A minha mãe, que tinha mais alguns anos, tinha uma bicicleta Peugeot antiga, de estrada, com as mudanças no quadro e, sobre a roda de trás, uma grande mochila amarrada com tudo o que os três podíamos precisar para passarmos uma semana a pedalar e a dormir pela Galiza.

Partimos para sul e fomos avançando sem grandes dificuldades e com uma mais do que aceitável coordenação dos nossos ritmos. Eu ia à frente com a enorme bicicleta, a minha irmã ia atrás de mim a pedalar mais do que o remador de uma galera, e a minha mãe andava de um lado para o outro a ver se os dois estávamos bem.

Com o nevoeiro intenso que nos fez andar ensopados o dia inteiro, chegámos a Santiago de Compostela. E numa das ocasiões em que descansámos, observando um antigo mapa de estradas da Michelin, a minha mãe disse:

- Kilian, tens de seguir esta linha - apontando para a linha branca ao lado da estrada - sem sair dela em nenhum cruzamento, porque há de aparecer uma estrada que vira à direita. De acordo?

Tinha percebido perfeitamente e pus-me a pedalar seguindo concentrado na linha branca com partes descontínuas, enquanto a minha mãe me seguia de longe com a minha irmã. Começaram a aparecer os cruzamentos, os carros passavam-me pela direita e pela esquerda, e as camionetas e os camiões apitavam-me e reflavam comigo. Mas eu continuava a seguir, fielmente, as indicações e concentrava-me para não me desviar da linha. De repente, vi a minha mãe a correr com a bicicleta na mão, do lado esquerdo da rua. Gritava alto para eu sair do meio da estrada.

- Kilian! O que é que estás a fazer? Sai do meio da via rápida!

Por uma coincidência momentânea, ao pintarem a estrada, a linha que eu seguia levava-me precisamente à segunda faixa da via rápida que entrava para Santiago. E

eu, concentrado no que a minha mãe tinha dito, não queria sair da linha um centímetro sequer. Desviei-me para o local onde se encontrava a minha mãe, que, a transpirar do esforço, me abraçou e depois se pôs a arranjar o pneu que se tinha furado enquanto me seguia.

Os três dias seguintes foram de uma árdua luta contra o vento que soprava do norte. Íamos seguindo os altos e baixos das estradas da costa e o vento empurrava-nos para trás com força. A minha irmã, com a bicicleta pequena, tinha problemas nas subidas e a minha mãe controlava os dois ao mesmo tempo; a mim, que me lançava a toda a velocidade, e à minha irmã. E apesar de tudo, chegámos ao cabo de Finisterra numa tarde de nuvens finas e ar fresco, para assistir a um belo pôr do Sol no horizonte, sobre o mar.

No que não tínhamos pensado era que, quando o Sol se põe, a luz desaparece. Como sempre fazíamos, empreendemos o regresso pelo mesmo caminho, e eu só com uma coisa que a minha mãe me tinha dito, na cabeça: “Para no parque de campismo dos portões verdes com duas bandeiras à frente. Eu vou com a Naila.”

Comecei a pedalar e, tanto quanto as minhas pernas me permitiam, pus-me a fazer quilómetros e quilómetros. À minha direita, começaram a desaparecer as praias e a aparecer a montanha. “Que estranho, julgava que o parque de campismo era mais perto”, ia pensando, à medida que a noite se tornava progressivamente mais escura e a estrada subia cada vez mais. Cheguei ao cume e comecei a descer pelo outro lado da montanha. Nem à frente, nem à direita se via nenhuma luz, nem mais adiante, um sinal da existência de um parque de campismo. Acelerei para chegar mais depressa. Começava a ter frio e já tinha sono. De repente, ao fazer uma curva, fui ultrapassado por um carro pequeno e vermelho que parou à minha frente. Do lado do condutor, saiu um homem baixo e redondo que não

parava de rir. Logo a seguir, do outro lado, saiu a minha mãe, ainda com as sapatilhas de andar de bicicleta.

- Então, não viste o parque de campismo? - repreendeu-me.

- Hmm... não, não havia nenhum. Havia praias e depois a montanha - respondi, pensando em tudo o que tinha visto desde que tinha começado a pedalar.

- E à esquerda? - perguntou, fitando-me incrédula.

Senti-me estúpido. Havia cinquenta por cento de probabilidades de o parque de campismo ser do lado esquerdo da estrada, mas eu nunca lhe prestei atenção. Sorri, rindo-me de mim próprio, e entrei no carro com o proprietário do parque, que nos levou até à tenda onde a minha irmã estava a fazer o jantar.

Na manhã seguinte, levantámo-nos cedo para chegar à Corunha durante a tarde, porque tínhamos de apanhar o comboio no dia a seguir muito cedo e voltar para Puigcerdà. Desta vez, fomos os três juntos para evitar outro incidente, mas, na última subida, antes de chegarmos à cidade, a bicicleta da minha mãe disse basta, que já tinha travado muitas batalhas, e a corrente e as mudanças bloquearam. Como nos mais de vinte quilos que carregava na mochila não havia nada que servisse para arranjar bicicletas, tivemos de ir a uma lojinha da aldeia mais próxima comprar óleo.

Depois de muitas tentativas e de ir mexendo em tudo o que podíamos mexer com as mãos, conseguimos desbloquear a corrente, mas a bicicleta ficou com o carreto fixo. Como a minha mãe não podia pôr os pés nos pedais na descida, a não ser que quisesse que as pernas lhe parecessem uma máquina de roupa num programa de secagem rápida, pôs-se à frente com as pernas sobre o guiador, e nós atrás, para conseguirmos ver qualquer problema que houvesse.

Naquela noite, dormimos numa pensão no centro da cidade e, no dia seguinte de manhã, saímos muito cedo

para apanhar o comboio. À ida, tínhamos tido problemas para levar as bicicletas, por isso, desta vez, fomos precavidos e embalámo-las no hotel. Não tínhamos nenhuma capa nem cartões e tivemos de as meter dentro dos sacos-cama. O único problema deste sistema tão elaborado era descobrir a forma de as levar até à estação, porque a minha irmã e eu éramos incapazes de levantar aqueles volumes maiores do que nós. O sistema que engendrámos foi o seguinte: eu ia com a minha mãe com uma bicicleta até meio do caminho e ficava lá com a bicicleta. Ela voltava para ir buscar a outra e na segunda viagem voltava com a bicicleta e a Naila. E, depois, a mesma coisa do centro para a estação.

A minha bondade e a da minha irmã privaram-nos de ganhar o nosso primeiro salário. As pessoas, ao passarem por nós e verem um rapaz e uma rapariga sentados sozinhos ao lado de um enorme saco-cama, com um ar exausto pelos vários dias de esforço e com a roupa suja por causa das correntes das bicicletas, deixavam falar o coração e davam-nos dinheiro para comer. Nós olhávamos para elas admirados, sem percebermos o que as levava a pensar que estávamos assim tão magros, já que tínhamos tomado o pequeno-almoço poucas horas atrás, e, naturalmente, recusávamos o dinheiro.

Chegámos finalmente à estação de comboio, onde, seguindo as ordens do revisor, tivemos de tirar as bicicletas dos sacos-cama e de ficar na zona da bagagem, mudando-nos da direita para a esquerda em cada estação, de forma a permitir aos passageiros entrarem e saírem do comboio, até que uma hospedeira teve pena de nós e nos deixou pôr as bicicletas na sala onde guardavam o material do comboio; e dormimos o resto da viagem.

E as excursões passaram de brincadeiras a atividades e de atividades a desporto. E a competição chegou na mesma altura em que entrei para a escola secundária, porque me

inscrevi no Centre de Tecnificació de esqui de montanha para gastar toda a energia que tinha. E começaram os treinos, as corridas de um lado para o outro; primeiro por toda a extensão dos Pirenéus e, depois, por toda a Europa. Chegaram os primeiros resultados e, com eles, a vontade de melhorar. Ajudado pela Maitê Hernández, pelo Jordi Canals e por toda a equipa do Centre de Tecnificació - e pela minha mãe, que me levava para todo o lado, de modo a eu poder treinar de manhã antes de ir para o liceu -, parecia que a minha carreira estava lançada e que, apesar de ganhar tudo nas categorias mais baixas, os êxitos mais importantes ainda não tinham chegado.

Contudo, a vida reserva-nos sempre obstáculos: a 22 de dezembro de 2006, mesmo no dia a seguir a ter ganhado pela primeira vez ao meu modelo Agustí Roc, ao voltar para casa da escola de condução e saltar de uma rua para a outra, como tantas vezes fazia, não consegui coordenar os pés e caí ao chão com uma pancada com toda a força. Senti uma dor intensa no joelho esquerdo e na mão direita.

Cheguei a casa como pude e sentei-me no sofá à espera que o inchaço diminuísse e a dor atenuasse. Longe disso, já altas horas da noite, tinha o joelho tão inchado que, apesar da minha reticência, me levaram para o hospital.

- Tens a rótula e o metatarso da mão partidos - disse a doutora, e, enquanto proferia estas palavras, eu sentia o mundo desabar. - O melhor é operar e fixá-la com arame o quanto antes. Esperemos que fique perfeito.

A decisão era difícil e eu, naquele momento, era incapaz de pensar com clareza. Estava no melhor momento da minha curta carreira desportiva, e, com apenas 18 anos, não via saída possível. Teria a minha carreira terminado? Seria capaz de recuperar daquela lesão? Podia voltar a fazer desporto, sem dúvida, mas poderia recuperar o nível que tanto me custara alcançar? Queria saber e queria saber depressa. Não conseguia imaginar um ano sem

competir, sem treinar, sem fazer desporto. Que faria? Enquanto me operavam para me colocarem os arames na rótula, tinha a cabeça demasiado ocupada com perguntas e à procura das respostas.

Precisava de procurar outras soluções. No caso de não poder voltar à alta competição, tinha de procurar outras motivações e objetivos pelos quais lutar. Assim, dediquei os três meses em que estive com a perna engessada a pesquisar toda a informação possível sobre esqui de montanha. Procurei estudos e testes de técnica que tivessem sido feitos em esqui de fundo para os aplicar ao meu desporto. Procurei em livros de psicologia desportiva a maneira de melhorar tecnicamente. Passava as noites ao computador, a navegar por páginas *web* de fisiologia e estratégia desportiva para aprofundar o conhecimento do meu corpo, evitando as noites em branco com demasiadas perguntas sem resposta.

Em março, fui ao hospital para me tirarem o gesso. Quando vi a minha perna pela primeira vez passado tanto tempo, a decepção foi enorme. Não, não, aquela não era a minha perna! Não podia ser! A minha era muito musculada e forte. Aquele bocado de arame peludo não podia ser meu! Meu Deus! Naquele momento, sim, vi tudo negro! Para me consolar, pensei que, pelo menos, com o conhecimento que tinha adquirido durante os três meses de investigação intensiva sobre a temática desportiva, poderia continuar, de alguma maneira, vinculado ao desporto.

As primeiras sessões com o fisioterapeuta foram horríveis. Não conseguia dobrar a perna sem eletroestimulação; não me aguentava em pé sem uma muleta. Como poderia voltar a correr, se não me conseguia aguentar de pé? Mas, a pouco e pouco, fui melhorando e a perna começou a ganhar volume. Passada uma semana, já conseguia manter-me de pé sem nenhum apoio, e, se me sustinha de pé, queria dizer que me podia manter de pé nuns esquis, não? Experimentei. Fui para as pistas de esqui