

## L'ESPORT I JO

- N'estic farta, no puc més. Em donaré de baixa com a cèl·lula del Pol, d'aquest xicot adolescent que no fa res més que estar ajaçat al sofà veient la tele.

- Però, què dius? Deus estar confosa. Jo vaig de corcoll i no tinc temps ni de respirar, perquè la punta del seu dit polze no para en tot el dia, donant-li a les tecletes del mòbil, amb un deliri que sembla que en això li vagi la vida. Fixa't que fins i tot m'han sortit durícies al citoplasma! –li contestà una seva companya.

- Ah!, i per si no n'hi hagués prou amb això, m'estic posant com un globus i el meu colesterol LDL està arribant a límits perillosos, perquè –el molt desgraciat- no para de menjar crispetes, cornes, brioixeria industrial de tota mena i altres porqueries plenes de greixos saturats -tornà a intervenir la primera cèl·lula en un creixent estat de sulfuració.

Aquesta és la conversa que un capvespre de primavera es tenien dues cèl·lules d'un xicot no pas massa esportista i un bon tros aficionat a la vida sedentària.

- Doncs jo, en canvi, estic molt bé. S'ha de reconèixer que he estat de sort -ficà cullerada una tercera cèl·lula que arribava tota cofoia d'una llarga passejada a la qual l'havia portat la seva mestressa, que justament era la germana del xicot del sofà.

- Creieu que us planyo –afegí. Sembla mentida que siguin germans. No poden ser més diferents. La meua Núria és una noia activa i decidida, que fins i tot fa ballet clàssic. No us imagineu com m'ho passo de bé amb ella. Quan prepara la bossa amb la malla i les sabatilles de punta penso també en les músiques que escoltaré aquell dia, mentre ella balli.

Les cèl·lules de l'oïda, companyes meves, em van informant del què sona: un dia és Txaikovsky, un altre dia és Delibes, un altre és Offenbach –quina delícia!- I així vaig agafant cultureta musical, que no em fa pas cap mal.

Perquè ja ho sabeu, jo sóc una mica primitiva, de camp, vaja! Per això ara que arribo de passeig estic tan contenta. Sabeu on hem anat avui? Doncs a passejar amb la seva gossa, la Nina, per la vora de la Sèquia, que és un camí fantàstic, entre sol i ombra, tranquil d'allò més, amb les muntanyes de Montserrat al davant i amb tot l'oxigen de l'aire per a nosaltres. Es pot demanar més?

I no diguem del dia que toca piscina o tennis, que això ja és la repera! Arribem a casa mortes, però actives, amb ganes de tornar-hi i amb una fam que no hi veiem de cap ull. Llavors una bona dutxa i a sopar i a dormir, que demà serà un altre dia.

Les cèl·lules del xicot, tan maltractades, començaven a tenir una sana enveja de la seva companya i estaven del tot decidides a fer el que fos per tal de canviar de vida. Però, qui li faria entendre a aquell bordegàs?

- Escolteu, us vull ajudar. Miraré de convèncer la Núria que el proper dia se l'emporti a passeig amb l'excusa de treure la Nina, com hem fet avui. No serà fàcil, però ho hem de provar i no ens hem de desanimar, perquè segur que alguna vegada el Pol tornarà a agafar mandra i semblarà que ho tenim tot perdut. Ni podem esperar miracles i fer del Pol un gran esportista, però ja fóra molt que entengués que al món hi ha quelcom més que sofà, televisió, mòbil i videojocs.

Si mica en mica i amb molta mà esquerra –que ens farà molta falta- aconseguim això, ja veureu com vosaltres tornareu de mort a vida i quin tipet més bufó que tindreu, i no haureu de patir pels vostres nivells de colesterol ni de triglicèrids, ni pel perill segur de diabetis i d'osteoporosi quan aneu fent anys. A més, a tu, grasseta com estàs ara, no et convé sulfurar-te, perquè pots agafar una feridura.

Per tant, noies, el meu consell és: diplomàcia, paciència i endavant amb el complot de la VIDA SANA, que aviat en veurem els resultats.