

Es diu que el que ens fa ser com som és, per una banda, tota la influència que hem rebut per part dels nostres pares i, per l'altra, l'entorn social en què ens hem mogut al llarg de la nostra vida.

Personalment, a l'alçada d'aquests dos pilars tant bàsics com vitals quant a formació del meu caràcter i inculcació de valors personals, he d'afegir l'esport com un tercer pilar.

A l'edat dels tretze anys vaig descobrir la bicicleta, a partir d'aquell moment vaig començar a tenir cert neguit i il·lusió quan pensava en quin recorregut faria el pròxim dia que toqués anar a pedalar. Aquella etapa va ser l'inici de la meva relació amb l'esport, una relació que amb el temps es va anar intensificant. Les sortides en bicicleta es van anar convertint en entrenaments, van començar a sorgir objectius concrets, mica en mica tot va anar prenent importància però sense adquirir caràcter d'obligatorietat ja que en tot moment feia i entrenava perquè el meu cos i ment m'ho demanaven.

Actualment tinc trenta anys, i des d'aquell primer moment que vaig descobrir el que era anar amb bicicleta, fins avui, no només no he deixat mai d'entrenar sinó que el sentiment de necessitar tot el que proporciona l'esport ha incrementat fins ser part de mi.

Personalment, sempre m'han captivat els esports individuals, aquells en què tot depèn de mi, jo sóc el que sento l'esforç que faig i jo sóc el que celebro, o no, la consecució dels meus objectius. En aquest sentit, l'esport individual té un gran component psicològic. Actualment, està molt de moda la paraula "superació" i la paraula "repte", i és que ha quedat del tot demostrat els beneficis que implica portar a terme qualsevol activitat esportiva que suposi superar-se a un mateix. La consecució d'objectius implica beneficis en altres aspectes de la nostra vida com són la qualitat de vida, la millora en l'autoestima o la relació amb la parella.

Tenir reptes relacionats amb l'esport és apassionant, sobretot quan s'agafa el camí per tractar d'atrapar el límit d'un mateix amb la idea d'aconseguir-ho, quan la realitat és que el cos humà no té límits.

Durant tots els anys que porto practicant esport he passat tant per esports de resistència com de força, i cal dir que veure la capacitat que té el nostre cos per adaptar-se a les circumstàncies que se li imposen és increïble. Hom s'adona que els límits els posa un mateix. El cos no arribarà mai més enllà del que la ment li pugui suggerir, és per això que he après que cal establir com a límits objectius infinits, que potser persones externes a la relació entre l'esport i jo pensen que són impossibles. Cal tenir present, però, que en ocasions si a lo impossible hi afegim notes com són "il·lusió" i "determinació" hi ha certa probabilitat que es converteixi en possible.

Encoratjo a tothom a proposar-se reptes, prendre l'actitud per afrontar-los, creure-hi, gaudir del camí i estar orgullosos d'on s'arribi. No es tracta de guanyar o perdre, es tracta d'haver pres la decisió, de superar possibles pors per, finalment, sorprendre'ns a nosaltres mateixos del que hem sigut capaços d'aconseguir.

Per acabar, aquesta ha estat la relació entre l'esport i jo fins a data d'avui, i que per molts anys la pugui seguir gaudint ja que part de mi és esport.