

Caminar, córrer... escriure



Carles Montpart Tura

Un dels aspectes que ha fet canviar la fesomia dels nostres pobles i ciutats en els darrers anys és la gran quantitat de gent de totes les edats que camina o que corre pels carrers i pels afores dels nuclis urbans. Es tracta d'un comportament que, esperonat pels avantatges que aquesta pràctica té per a la salut —i pel fet de la seva gratuïtat i dels pocs requisits materials que comporta— ha esdevingut cada dia més i més habitual. Paral·lelament a aquest procés, també han aparegut llibres que reflexionen al voltant d'aquesta experiència. Avui en comentem alguns.

La filosofia del caminar

Un dels darrers llibres apareguts en català sobre aquest tema ha estat l'edició de l'assaig *Caminar* (Angle Editorial, 2017), d'Henry David Thoreau (Concord, Massachusetts, 1817-1862), a la col·lecció "El Far", dedicada a reeditar textos clàssics breus. Com ens explica Marina Espasa al documentat pròleg d'aquesta obra, l'origen del text que tenim a les mans és una conferència que amb el títol de *The Wild (L'estat salvatge)* l'autor va estar reescriuint i repetint entre els anys 1851 i 1860. Finalment, l'assaig va ser publicat per primera vegada a la revista *Atlantic Monthly* l'any 1862 —després de la mort de Thoreau a causa de la tuberculosi— amb el títol definitiu de *Walking (Caminar)*.

Henry David Thoreau, influït per les ensenyances d'un professor que havia tingut a Harvard, Ralph Waldo Emerson, un dels filòsofs i escriptors nord-americans més coneguts del moment, iniciador del transcendentalisme —i del qual acabaria sent secretari personal— va abandonar una incipient carrera com a mestre d'escola i a partir del juliol de 1845 es va traslladar a una petita cabana a la riba del llac Walden. Al llarg de dos anys, dos mesos i dos dies, Thoreau es va proposar comprovar si era econòmicament viable viure

treballant un sol dia a la setmana i dedicant els altres sis a reflexionar i a escriure. Fruit d'aquesta decisió, Thoreau acabarà redactant el llibre que el va fer més conegut, *Walden* (Símbol Editors, 2011), on explica en forma de dietari les seves experiències al llarg de tot un any. L'obra, publicada l'any 1854 i considerada pel seu contingut una precursora de l'ecologisme modern, va tenir un relatiu èxit de crítica i de vendes, però actualment és lectura obligatòria a totes les escoles



Henry David Thoreau

nord-americanes. Thoreau va escriure també el famós assaig *Desobediència civil*, les tesis del qual servien de model a la resistència contra el poder que promourien tant Martin Luther King com Ghandi.

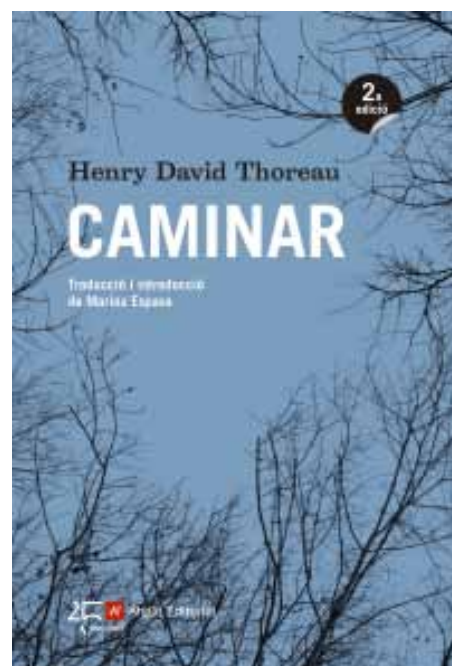
Per Marina Espasa —autora també de la traducció—, el fet que *Caminar* sigui una "*crida a connectar-se de nou amb la Natura, a abandonar els negocis, les preocupacions i els lligams per posar-se a caminar*" (p. 17) enllaça l'autor amb les generacions actuals, que viuen amb mala consciència un món encara molt més apartat de la natura que el que Thoreau ja criticava en el seu moment. La tesi central del llibre, doncs, és que caminar, especialment pel bosc, durant un mínim de quatre hores diàries i sense un destí prefixat, ens acostava a l'estat salvatge del qual mai hauríem d'haver sortit, l'únic que ens assegura una certa esperança de futur. L'autor acompanya aquesta tesi amb referències literàries i a la història del seu propi país, del qual se'n sent orgullós pel que fa a l'afany de

descobrir nous horitzons que sempre l'ha caracteritzat. L'opció de Thoreau, doncs, és radical, entronca amb la seva pròpia experiència vital i s'allunya de la concepció majoritària que actualment tenim del fet de sortir a caminar. En les seves paraules, "*Si estàs disposat a abandonar el pare i la mare, el germà i la germana, la dona, els fills i els amics, i a no veure'ls mai més, si has pagat els teus deutes, has fet testament, has deixat els teus assumptes arreglats i ets un home lliure, llavors estàs preparat per caminar*" (p. 39). I més endavant afegeix: "*El caminar del qual parlo no té res a veure amb fer exercici, com se'n diu ara, com els malalts que prenen medecines a hores establertes, o com el moviment regular d'unes peses o d'un gronxador, sinó que és, ell mateix, el projecte i l'aventura del dia*" (p. 43). Un llibret breu, doncs, que amb el seu aire d'utopisme no deixa de ser una lectura interessant sobre la relació de l'home amb la natura.

De caminar a córrer

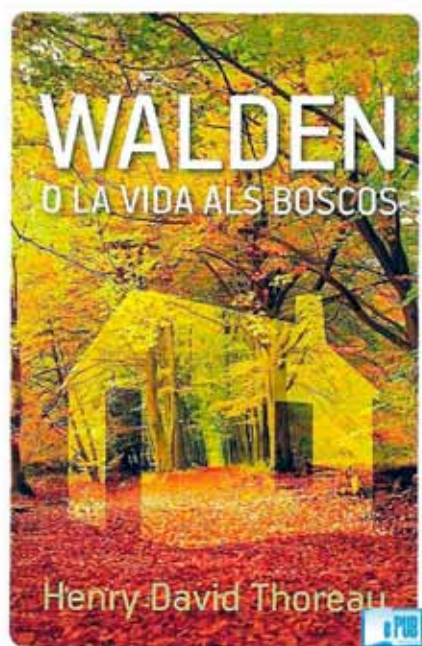
Si el fet de caminar ha produït en forma de reflexió literària obres com la de Thoreau, i d'altres que esmenta Marina Espasa al pròleg, com per exemple les que recull el volum *Caminar* (Nórdica, 2015), amb textos de Robert Louis Stevenson i William Hazlitt, o *El paseo* (Siruela, 2016), de Robert Walser, la pràctica del córrer —si se'n permet la broma— no es queda enrere.

Una de les més conegudes, sens dubte, és *De què parlo quan parlo de córrer* (Empúries, 2010, edició a labutxaca, 2011), de l'escriptor japonès Haruki Murakami (Kyoto, 1949), publicada en la seva llengua original l'any 2007. Murakami, força conegut en el nostre panorama literari gràcies a les traduccions al català de les seves obres més famoses, com ara *Tòquio blues*, *L'amant perillosa*, *Kafka a la platja*, *El salze cec i la dona adormida*, *Balla, balla, balla*, *After Dark* o *1Q84*, totes publicades a l'editorial Empúries, ens ofereix en aquest cas un relat autobiogràfic en què ens explica com es va introduir en el món de les curses de fons —maratons i



ultramaratons, primer, i proves de triatló més endavant— després d'un període desordenat de la seva vida de joventut. El llibre té un interès que va més enllà del que aquesta afirmació pugui fer suposar, ja que Murakami és un gran escriptor, i el seu relat, com no podria ser d'altra manera, acaba convertint-se en una bellíssima reflexió literària sobre la vida, sobre l'afany de superació personal i especialment sobre l'escriptura. L'analogia entre preparar-se per córrer una marató i escriure una novel·la llarga, amb el cansament físic i mental que poden arribar a produir les dues experiències, i també amb la gran satisfacció que provoquen quan tenen un final feliç, serveix a Murakami per despul·lar-se i permetre'ns entrar en la seva particular manera d'entendre com aquestes activitats li proporcionen l'equilibri emocional i la fortalesa necessaris per a l'exercici d'una activitat tan absorbent com és la literatura.

Com ell mateix diu en el pròleg, "*Ja sé que pot semblar una excusa, però això és un llibre que parla de córrer, no pas un manual sobre com mantenir-se en forma. La meua intenció no és animar tothom que surti a córrer cada dia per fer salut. Només intento explicar què*





Haruki Murakami

Haruki Murakami

De què parlo
quan parlo de córrer



Empúries Narrativa

ha significat per a mi córrer de manera regular, expressar les meves idees i respondre les preguntes que em faig sobre aquest tema" (p. 9). En el llibre, Murakami ens explica com, tornat a Cambridge, Massachusetts, l'any 2005, es prepara per córrer la marató de Nova York després d'haver deixat durant algun temps una pràctica que havia dut a terme ininterrompudament des de l'any 1982. I, a partir d'aquí, alternant el temps actual amb la revisió de la seva vida, l'autor enceta una llarga reflexió al voltant de la significació que ha tingut per a ell córrer diàriament i la relació que ha tingut amb la seva carrera literària. En els dos casos, diu Murakami, "no es tracta de guanyar o perdre" ja que "l'únic rival que hi ha en una cursa de llarga distància ets tu tal com eres abans de la cursa" p. 18-19).

Murakami, que ens explica amb cert detall la seva vida abans de començar a córrer —es va casar molt jove i va

regentar durant uns quants anys un bar de jazz a Tòquio— relata com van aparèixer gairebé de manera simultània en el temps les que esdevindrien les seves dues grans passions: córrer i escriure novel·les, i com una activitat ha anat alimentat al llarg dels anys l'altra. Quan Murakami decideix tancar el bar i dedicar-se només a escriure, s'adona que necessita una activitat que el mantingui en forma i que l'aparti de la vida poc sana que havia dut dins aleshores. Una activitat que compensi les llargues hores d'immobilitat física que comporta escriure i que, al mateix temps, en sigui un contrapès no només físic sinó emocional. L'entrenament i les curses de llarga distància van ser aquesta activitat. L'estil de l'autor al llarg de les pàgines del llibre és gairebé el d'una confessió personal que, sovint a partir del fet puntual —una marató concreta, una lesió, un entrenament, el fracàs en una prova—, acaba esdevenint una

reflexió més general sobre el sentit que ell dona a l'existència a partir de dues activitats que per a ell ja són a hores d'ara imprescindibles.

En el capítol 4, titulat significativament "Gairebé tot el que sé d'escriure ho he après corrent cada dia", Murakami desenvolupa amb una gran precisió les semblances entre córrer curses de fons i escriure. Diu, entre altres coses: "*Després del talent, la següent qualitat més important que ha de tenir un novel·lista és, sens dubte, la capacitat de concentració [...] Després de la capacitat de concentració, la qualitat més important per a un novel·lista és la resistència. Si treballes concentrat tres o quatre hores al dia però te'n canses al cap d'una setmana, és impossible que escriguis una novel·la gaire llarga. [...] A diferència del talent, que és innat, aquestes dues capacitats (la concentració i la resistència) es poden adquirir i augmentar per mitjà de l'entrenament. [...] És el mateix procés que sortir a córrer cada dia per enfortir la musculatura i acabar tenint un cos de corredor*" (p. 73-74). Més endavant, Murakami explica el seu compromís amb l'escriptura amb més similituds: "*Per a mi escriure és com*



Francesc Torralba



pujar una muntanya, com escalar la paret d'un precipici, com arribar a un cim després d'un ascens llarg i costós. Només pots guanyar o perdre; no hi ha cap altra possibilitat. Quan escric, sempre tinc aquesta imatge dins el cap" (p. 89). Una consideració que pot ser un sincer consell per als escriptors que comencen.

Córrer per pensar

Pel que fa als escriptors catalans, també n'hi ha que han dedicat part de les seves reflexions al paper que el fet de córrer ha anat prenent en les seves vides. Dos dels més recents són *Córrer per pensar i sentir* (Angle Editorial, 2015), de Francesc Torralba, i *De què fuges, qui et persegueix?* (Columna, 2017), d'Empar Moliner.

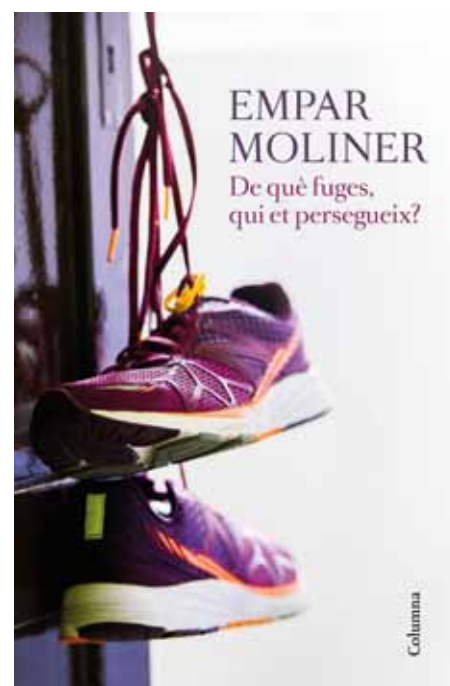
Francesc Torralba (Barcelona, 1967) va estudiar filosofia a la Universitat de Barcelona i teologia a la facultat de Teologia de Catalunya. Actualment és professor de la Universitat Ramon Llull i imparteix cursos i seminaris en diverses universitats d'Espanya i d'Amèrica del Sud. El seu camp de treball s'orienta cap a l'antropologia filosòfica i l'ètica, disciplina aquesta última a la qual ha

dedicat una gran quantitat de llibres amb l'objectiu d'apropar-la a un públic majoritari. Especialista en el filòsof danès Kierkegaard —sobre el qual va fer la seva tesi doctoral— i en Nietzsche, Torralba presideix diversos comitès d'ètica i ha rebut molts premis per les seves publicacions. Entre les seves obres més pensades per al gran públic hi ha les que recull la col·lecció "Biblioteca Francesc Torralba", de l'editorial Pagès editors, amb títols dedicats als valors com *L'alegria* (2008), *L'amistat* (2008), *El perdó* (2008), *La saviesa* (2009), *La sinceritat* (2009), o *El compromís* (2012). Alguns dels seus darrers llibres són *Un mar d'emocions* (Angle Editorial, 2013) i *Saber dir no. La saviesa que allibera* (Ara Llibres, 2016).

A banda d'aquesta intensa activitat acadèmica —i del fet que és pare de cinc fills i que participa assíduament en diversos mitjans de comunicació— Torralba és un gran aficionat a l'esport, especialment a les curses de fons. De fet, com ell mateix explica a *Córrer per pensar i sentir*, fa més de vint-i-cinc anys que surt a córrer cada dia. En aquest llibre, doncs, Torralba —com havia fet abans Murakami, al qual cita sovint— ens deixa entrar en un aspecte de la seva vida privada a través d'un seguit de reflexions sobre la importància que el fet de córrer ha anat prenent en la seva vida. El contingut, molt més sistemàtic que el de l'autor japonès, fa un recorregut per les sensacions, emocions, pensaments, vincles, virtuts i experiències (aquests són els epígrafs dels diversos capítols) que Torralba ha observat que la pràctica diària de córrer li han anat proporcionant. Coincideix amb Murakami en el sentit que sortir a córrer és addictiu i que proporciona no solament un benestar físic, sinó també emocional: *"Córrer és una pràctica que enganxa. Tot corredor de fons ho sap. A poc a poc vaig acostumar-me a pujar, dia sí, dia no, a la carretera de les Aigües i cada cop m'agradava més, no tan sols per l'exercici físic pròpiament dit, sinó que per la tranquil·litat emocional que em procurava aquella pràctica"* (p.11). També com Murakami, per

Torralba ha arribat un moment en què ha sentit la necessitat de posar per escrit tots els pensaments i reflexions que l'entrenament i les curses li han anat suggerint. En paraules d'aquest autor, córrer és, abans que res, un alliberament: *"Córrer és un exercici que m'omple, que em fa sentir viu, doblement viu, ple de força i de ganes d'existir. La primera paraula que associo a l'exercici de córrer és el mot "alliberament". El fons és, abans que res, una vivència d'alliberament, però, a la vegada, és una manera de fruir, amb profunditat, de la naturalesa que m'aporta beneficis a l'hora de meditar i de planificar les meves lliçons, així com a l'hora de projectar i endreçar les idees d'un futur assaig, o que m'ajuda a trobar el desllorigador d'un argument"* (p. 17).

En els diversos capítols del llibre, doncs, Torralba va desgranant amb una gran precisió i claredat argumentativa —i amb un estil planer i amè— el cúmul de sensacions i beneficis que l'exercici de córrer han suposat en la seva vida. Fa un repàs, per exemple, de la relació que aquesta pràctica manté amb els diversos sentits corporals —oïda i tacte, especialment— amb unes





descripcions sobre l'experiència del contacte amb la naturalesa que sovint són d'una gran sensibilitat i bellesa literària. Torralba analitza també els efectes de córrer en la configuració del caràcter, en la lluita contra els propis límits i en els efectes beneficiosos que té en la seva vida professional i personal. Finalment, el llibre acaba amb uns capítols de caire més filosòfic relacionats amb la fraternitat universal entre els corredors i les virtuts com la gratuïtat, la humilitat, la tenacitat i la solidaritat, elements que acaben configurant el fet de córrer com una autèntica metàfora de la vida. *Córrer per pensar i sentir* clou les seves pàgines reflexionant sobre la relació entre córrer, la meditació i la pregària, capítols on Torralba recorre sovint a la poesia de Joan Maragall per exemplificar el que vol transmetre. En definitiva, una magnífica i profunda aproximació a les implicacions més humanes que pot comportar aquesta pràctica esportiva.

Córrer per fugir?

En certa manera deutor de les obres que hem comentat fins ara, el darrer llibre de l'escriptora Empar Moliner (Santa Eulàlia de Ronçana, 1966), *De què fuges, qui et persegueix?*, és també una reflexió sobre com el fet de començar a córrer de manera regular —i participar per primer cop en maratons— ha representat un canvi en el dia a dia d'algú que fins en aquell moment havia dut una vida més aviat desordenada. Cap al final del llibre, per exemple, Moliner afirma: "*Quan a la vida no tens ni ordre ni obligacions, quan tot és incert, córrer t'ordena, t'obliga, et demostra que tu pots fer coses que costen, com tothom*" (p. 156).

Empar Moliner, reconeguda autora de novel·les com *Feli, esthéticienne* (Destino, Premi Josep Pla 2000) i *La col·laboradora* (Columna Edicions, 2012) i dels reculls de contes *T'estimo si he begut* (Quaderns Crema, 2004, Premi Lletra d'Or 2005), *No hi ha terceres persones* (Quaderns Crema, 2010), i el més recent *Tot ho faig perquè tinc molta por* (Proa, 2016, Premi

Mercè Rodoreda 2015), fa només cinc anys que corre. Es tracta, doncs, d'una experiència molt més recent que la de Murakami o la de Torralba. Moliner està, per dir-ho així, en una fase molt més inicial, eufòrica, i, en certa manera, d'aprenentatge, la qual cosa que no li impedeix d'haver escrit un text que, en el seu estil desenfadat habitual, té força interès. Amb la seva fina ironia habitual, Moliner afirma: "*Tot ho he fet tard, a la vida (menys beure alcohol i complir anys). Vaig viure la nit i les seves bogeries tard, vaig interessar-me pel vi tard, vaig tenir la filla tard, vaig conèixer Bowie tard, vaig començar a córrer tard. Potser no paro de córrer per no fer tard*" (P. 27-28).

Evidentment en aquestes pàgines no hi trobarem la precisió i la profunditat analítica de Torralba però, en contraposició, Moliner ens relata d'una forma molt planera, amb una aproximació sociològica podríem dir que casolana i quotidiana, els beneficis que córrer ha suposat a la seva vida. No cal dir que ells lligams que Empar Moliner estableix entre córrer i la seva altra passió, el vi, i amb la seva feina professional, especialment amb l'escriptura, fan de *De què fuges, qui et persegueix?* una lectura molt interessant. Pel que fa a aquest últim aspecte, la narradora de Santa Eulàlia coincideix tant amb Murakami com amb Torralba en el fet que córrer l'ajuda a escriure (p. 31). En el llibre s'alterna l'explicació de la curta història de l'autora com a corredora i la crònica de la seva participació a la marató de Barcelona (en dues ocasions) i a la mítica marató de Nova York. De fet, el llibre és un encàrrec editorial aconseguit amb l'esquer de la participació de l'autora a la seva segona marató de la ciutat americana.

Finalment, penso que una de les virtuts d'aquest llibre és la passió que Moliner hi ha posat en escriure'l. De fet, com ella mateixa confessa, no podia ser d'altra manera: "*Jo peco, ja ho sé, d'un excés d'entusiasme per les poques coses que m'agraden, que suposo que es compensa amb l'excés d'indiferència que em provoquen la resta (a part, és clar, de les que em desagraden profundament, com a tothom). M'aboco, em lliuro al que m'agrada amb una fal·lera que esdevé persistència. Diria que sóc una addicta a l'emoció. La necessito i la busco en moltes de les meves rutines diàries. Menjar, beure, estimar, córrer, escriure, llegir, sentir música...*" (p. 21). Potser, al capdavant, no és una mala manera d'enfocar la vida, i més si tenim en compte el que diu Moliner sobre el somriure: "*Somric més des que corro? Suposo que sí. També somriuria si no correu? No ho sé, però potser no.*" (p. 70).