

# Preparant la Mitja a l'Àfrica

**Xavier Botifoll**  
Professor

Després de 15 anys seguits corrent popularment la Mitja amb temps discrets però dignes, enguany estic massa allunyat geogràficament com per deixar les càlides terres africanes i l'1 de febrer entomar el fred rigorós del Vallès.

Al sud del Senegal hi ha una regió anomenada la Casamance, amb un clima primaveral extensiu a bona part de l'any i unes platges infinites i desèrtiques ombrejades per autèntiques palmeres i centenaris baobabs. Amb aquestes condicions tan favorables, qui no surt a córrer? Doncs encara que sembli mentida, sóc l'únic corredor que marca petjades en la humida sorra.

Quan surto de casa en el centre de Kafountine la gent queda sorpresa que algú corri. Cal entendre que a latituds tropicals el temps és la cosa més relativa i menys important que hi ha. Tothom es belluga i balanceja al conegut ritme africà on les peces motrius es coordinen per inèrcia i la voluntat és fàcilment vulnerable per arribar al lloc pensat. Si corres vol dir que tens algun problema greu. La gent viu acordada a la naturalesa i aquesta mai no té pressa, es desenvolupa lentament, sense aturades, harmònicament.

Tinc talment els meus veïns preocupats; aquest xicot esblanqueït com un floquet de neu retornat de l'Europa (ai las!, no coneixen Catalunya i, si us serveix de consol, tampoc Espanya; molts aficionats al brillant Barça actual i algun "penjat" del Madrid; és molt?, és suficient?) surt quasi cada tarda a córrer i vestit de manera diferent. O sigui, el problema el té de manera continu-



El professor Xavier Botifoll, al centre senegalès on imparteix classes, amb una pissarra amb referències a la Mitja

ada, crònica, persistent. En veure'm alguns somriuen beatíficament, d'altres m'encoratgen aplaudint apropant-se les mans sense esforç, només les percudeixen ràpid i amb ritme quan toquen divinament el djembé.

Per abreujar aprehensions i exaltacions no merescudes busco camins laterals i alternatius al principal per arribar el més aviat possible a la llarguíssima platja. Aquestes vies plenes de fina sorra dissenyades per la petjada contínua dels veïns s'endinsen en una selva diplomàtica, no agressiva. Particularment només em preocupa que la ferum de la suor atregui amb més cordialitat la no desitjada picada dels mosquits.

La durada dels entrenaments en la preparació de la meva particular Mitja és elàstica i sense cronòmetre o rellotge, només em faltaria que algú em veiés comptabi-



Entrenant a les platges senegaleses

litzar el temps de preocupació o patiment, potser ja em prendrien per boig. I tampoc no em puc refiar d'un quilometratge inexistent, no hi ha referències mètriques ni

en les carreteres més importants. Baixo, doncs, fins al port de pescadors, segueixo per unes drassanes de *pirogues* o barques allargades i primes de pesca (algú m'ha

comentat que des d'aquí ha sortit algun *cayuco* cap a les Canàries), seguidament unes casernes militars amb soldats ben guarnits fent guàrdia davant la immensitat de l'oceà i a la llunyania es veu la carcassa d'un vaixell embarrancat prop de la sorra i que l'onatge ha anat desfent inexorablement; punt el qual serà la meua referència per girar i tornar cap al poble.

Si quan he començat l'entrenament els veïns em veien xiroi i alegre, saludant tothom, tal com sempre faig en els primers quilòmetres de la Mitja, pujant per l'avinguda Sant Esteve. Ara, quan arribo, després d'una hora pelada suat i esbufegant, les preguntes en francès (idioma utilitzat per entendre's amb els estrangers) es multipliquen per si em trobo bé. Perquè l'eterna pregunta que arreu et fa força gent i encara més a l'Àfrica és:

"Si estàs bé de salut, per què corres?"

"Per estar millor", acostumo a respondre fermament.

"Per estar millor?, si ara et veiem cansat, t'hauràs de dutxar, rentar més roba, guarir-te amb cremes les parts ressentides, anar a dormir aviat, etc."

En fi, els milers d'anònims corredors que ja fa setmanes que estan preparant la Mitja us podrien explicar un munt d'anècdotes i vivències personals que et passen quan entrenes i corres per aquests mons de déu. Jo faig el mateix però 5.700 km. més al sud de la línia de sortida granollerina. I el dia 1 de febrer i a la mateixa hora jo també penso córrer la meua mitja africana, sense pitrall, ni paperets de coloraines, ni regals. Tot sol. Quan arribi desfet, com en els 15 anys anteriors, estic convençut que tot el veïnat senegalès de Kafountine, pausadament, arribarà a la unànime conclusió: que no tinc remei.

