

Kilian Jornet a la glacera de la Mer de Glace, als Alps francesos.



PASCAL TONRILLIERE

## Kilian, l'home sobrenatural

És capaç de córrer 280 quilòmetres d'una tirada, travessar els Pirineus de punta a punta en vuit dies o pujar al cim del Kilimanjaro en 5 hores i 23 minuts. A més, acaba de revalidar el títol de campió del món d'esquí de muntanya. Li diuen Kilian Jornet i, a només 24 anys, s'ha convertit en un fenomen esportiu i mediàtic d'abast mundial.

**Q**uan tenia vuit anys, Kilian Jornet va fer un viatge a Galícia. Acompanyat per sa mare i la seua germana, Naila, que tenia set anys,

volien passar tres setmanes pedalejant amunt i avall. A Kilian li va correspondre de dur la bicicleta de sa mare, senyal que el seu cos, prim, anava allargassant-

se. Els peus, és cert, a penes si li arribaven als pedals, però era un contratemps menor en comparació amb la pluja i el vent del nord que els va acompanyar du-



rant moltes jornades. Un d'aquells dies, feren marxa per a arribar a Finisterre, on van gaudir de la posta de sol. Com que la fosca avançava, Núria, la seua mare, va proposar a Kilian que no les esperara, a ella i la seua germana, i fera camí fins a arribar a un càmping amb portes verdes i dues banderes davant que no era gaire lluny. Kilian féu cas de sa mare i començà a pedalejar. I pedalejar. Deixà arrere les platges i entrà en la muntanya, on el camí s'anava fent com més anava més costerut. Ni rastre de llums ni de càmpings. Fins que un cotxe roig el va avançar i s'aturà. En baixà un home baix i rodanxó, amb un somriure d'orella a orella. Per l'altra porta, en descendí sa

mare, calçada encara amb les sabates de bicicleta. Feia estona que Kilian havia passat davant del càmping i havia fet molts més quilòmetres que no calien. Quan van tornar al càmping –amb el cotxe del propietari de l'establiment– la seua germana els preparava el sopar.

**Un prodigi precoç.** La història pot semblar inversemblant, tenint en compte l'edat del protagonista. Però és ben cert que a la biografia de Kilian Jornet hi ha moltes fites que sonen o bé inversemblants o, simplement, extraordinàries. És extraordinari que un jove, una persona feta de carn i ossos que encara no ha traspassat la barrera del quart de segle, haja estat capaç de superar gestes tan sobrehumanes com córrer durant vuit dies per a recórrer els 830 quilòmetres que separen l'oceà Atlàntic de la Mediterrània a través dels Pirineus; o fer els 265 quilòmetres de la Tahoe Rim Trail (Califòrnia) en 38 hores i 32 minuts –és a dir, set hores menys que l'anterior millor marca– i encara tenir temps de perdre's durant uns quants quilòmetres; o com ara pujar 4.200 metres de desnivell en només 5 hores i 23 minuts per a tocar el cim del Kilimanjaro. De tot això i de molt més és capaç Kilian Jornet, un prodigi de la natura, un “fora de sèrie”, segons que explica Mònica Aguilera, redactora en cap de la revista especialitzada *Trail* i un dels referents en esports de muntanya a Catalunya. “És l'esportista complet per excel·lència –explica Aguilera–. Ho té tot i és capaç d'adaptar-se a qualsevol medi. Ho fa bé quan puja, quan baixa, a les zones pedregoses, a les rampes, sobre la neu... Li és igual competir fent un quilòmetre vertical [modalitat consistent a superar 1.000 metres de desnivell en recorreguts de 3 i 4 quilòmetres] o fer un ultra [curses amb recorreguts habitualment per sobre dels 100 quilòmetres]”. Les seues qualitats físiques li han permès de confegir un palmarès d'estrella: tres vegades s'ha proclamat campió de l'Ultra Trail de Mont Blanc (prova estrella entre els corredors europeus, que exigeix de recórrer una distància de 198 quilòmetres en un màxim de 46 hores); ha guanyat i batut el rècord de la cursa GR20, que travessa de punta a punta l'illa de Còrsega; ha guanyat quatre campionats del món... Fa només dues setmanes, va proclamar-se per cinquena volta campió del món

de *skyrunning*. Tot plegat li ha valgut el reconeixement mundial, l'honor de ser considerat com el rival a superar en qualsevol prova a què es presente.

Avui, Kilian Jornet és en els esports de muntanya allò que Lionel Messi és en el futbol. Perquè Kilian, com l'astre argentí, és un esportista polivalent. Fa marques extraordinàries quan ha de fer un quilòmetre vertical, però en fa d'igualment bones quan el camí que té davant passa del centenar de quilòmetres; quan el recorregut és eminentment tècnic o només requereix el trot continuat. “No m'agrada centrar-me en una mena de curses. Això significa que mai no estàs al cent per cent en una classe de cursa, però et permet de sentir experiències diferents, que és allò que acabes buscant”, explica Kilian a EL TEMPS, des de Chamonix (Alps francesos), el lloc on es va traslladar a viure ara fa un any i que el va dur a abandonar l'habitatge de Font-romeu. Amb tot, les curses i els desplaçaments constants arreu del planeta no li permeten d'estar-se a la llar més d'un mes l'any.

Però els paral·lelismes entre el jugador del Barça i aquest prodigi de la muntanya no s'acaben aquí. Perquè Kilian, com Messi, ha estat un esportista precoç, precocíssim. A l'edat en què uns altres es feien com a professionals, Jornet ha aconseguit batre les marques d'esportistes que idolatrava. A només 24 anys ha aconseguit fites que uns altres tarden lustres a obtenir. El seu rendiment és especialment notable en la llarga distància. “La seua edat és perfecta per a les modalitats explosives, com per exemple les distàncies curtes però intenses –explica Mònica Aguilera–. En canvi, els seus resultats en llarga distància són sorprenents, perquè són curses on el màxim rendiment sol arribar més tard.”

**Una infància d'altura.** Els orígens de Kilian poden explicar, en part, la seua precocitat. Perquè la història de Kilian és, si es vol veure així, la *història perfecta*, el relat d'un Mowgli que en lloc de criar-se a la selva, va créixer a la muntanya, on es va fer home. I ara és gràcies a la muntanya que viu i té reconeixement mundial. Una història redona, perfecta, amb tots els ingredients que requereix la construcció d'un mite. Perquè, qualsevol que es capbusse en la seua biografia



**D'esquerra a dreta: Kilian arribant a la meta. El Breithorn (4.164 m.) fou el primer 4.000 que féu, quan només tenia set anys, juntament amb la seua**

convindrà que aquest xic fibrós que fa 1.71 metres, pesa 56 quilos i dorm 8 hores diàries estava predestinat a viure per a la muntanya i de la muntanya.

Kilian Jornet va venir al món el 27 d'octubre del 1987 i, des del moment de néixer, va estar en contacte amb la natura. El seu pare era guarda del refugi de Cap del Rec, situat a l'estació d'esquí de fons de Lles de Cerdanya, al Pirineu català. Kilian hi vivia amb els seus pares i la seua germana Naila, un any més petita que ell. Des de ben xicotet, la muntanya va ser el seu ambient natural. Tenia la llar a 2.000 metres d'altitud. "El meu terreny de joc mai no ha estat un carrer ni un pati. Han estat els boscos del Cap del Rec, les pistes d'esquí de fons i els pics de la Tossa Plana, la Muga, el port de Perafita...", explica. A aquesta relació directa amb l'entorn, caldria afegir-hi l'afecció dels seus pares pels esports de muntanya. Kilian i la seua germana foren l'antítesi dels actuals xiquets sobreprotegits. Allò que per a alguns pares hauria estat una temeritat, per a la Núria i l'Eduard era només una prolongació de la relació que els seus plançons mantenien amb els boscos i els pics, les roques i els animals. Sense heroïcitats, amb absoluta naturalitat. A tres anys, Kilian havia coronat ja la Tossa Plana, el Perafita i la Muga. A set anys va fer el primer 4.000;

i a deu anys, la travessia completa dels Pirineus en 42 dies. "A les excursions, sempre ens acompanyaven els nostres pares, però érem nosaltres que havíem de descobrir el camí, entendre per què anava per aquí o per allà", relata.

Mònica Aguilera considera que aquesta relació directa amb la muntanya explica en bona mesura les seues qualitats. "S'ha adaptat al medi des del moment de néixer", diu aquesta esportista. Els centenars de vídeos que es poden trobar a internet mostrant les seues peripècies ho corroboren. Kilian no corre sobre la muntanya, no la xafa, insensible; Kilian es belluga, flecteix, s'equilibra per a adaptar el seu cos a l'orografia, en una simbiosi perfecta, que fa que home i muntanya es confonguen. Si en lloc d'home fora animal, Kilian segurament seria una cabra salvatge. Només aquests animals són capaços de desplaçar-se per la muntanya amb la naturalitat i la seguretat amb què ho fa aquest esportista.

**Lonqui d'emocions.** "Sóc una persona que estima la muntanya per davant de tot i la competició i els esports de resistència", diu de si mateix quan es interpel·lat sobre qui és exactament Kilian Jornet. Ni un esment als campionats del món ni als seus triomfs sobrehumans. Tant hi fa que al Facebook tinga 4.814 seguidors; o que la marca de roba esportiva

Salomon creara la Kilian Quest, una sèrie de reptes centrats en la seua figura que han contribuït decididament a donar-li la notorietat que ara té; ni que el llibre *Córrer o morir* (Ara Edicions), publicat l'any 2011 haja venut 35.000 exemplars i l'hagen traduït a l'italià, el portuguès, el polonès o l'eslovè. "Em fa goig de pensar que he fet alguna aportació perquè les curses de muntanya i la muntanya mateixa siguin cada cop més conegudes", assegura, sense un bri de falsa modèstia. En el temps que fa que competeix, assegura, "he après a conèixer-me a mi mateix i a entendre la simplicitat de les coses: per molt que ens ho pensem, en el conjunt de la història de la Terra, els homes i les seves fites són irrellevants".

I és que tot, en el discurs de Kilian, té un punt de místic. Potser és per la facilitat amb què obté les victòries; potser és per la seua propensió innata a l'excel·lència; potser és perquè és així i prou, el cas és que no gaudeix parlant de cronòmetres, ni de temps rècords ni de victòries. S'estima més parlar de "sensacions" i d'"emocions" perquè, segons ell, és això que fa que el sobreesforç, el patiment físic, les al·lucinacions que li sobrevenen a mitjanit quan ja ha corregut 150 quilòmetres, tinguen sentit. "Després de tots aquests anys de competició, em quedo amb les sensacions, amb les vivències.



germana. Durant un entrenament als Alps. A la dreta, equipat per a una ascensió.

Al principi, quan comences a competir, dónes molta importància als resultats; t'entrenes pensant en els resultats i, si la cursa va bé, l'eufòria és total. A mesura que vas competint, ho relativitzes. Acabes valorant el camí que has fet, no pas els resultats. A voltes, una bona neu, una posta de sol... et satisfà tant com una competició. El que es viu a voltes a la muntanya és com enamorar-se. Els amics em diuen que sóc un ionqui de les emocions, i potser tenen raó!"

Desxifrar l'anatomia de l'èxit de Kilian ens faria parlar de la seua capacitat innata, de les seues prodigioses qualitats físiques, d'una fisiologia portentosa. Tamnateix, la seua aclaparadora trajectòria no s'entén sense tenir en compte el minuciós coneixement que té del propi cos, tant en el pla físic com en el psicològic. Kilian no té entrenador personal, ni el suport d'un psicòleg esportiu. Ell s'estima més guiar-se "pel que em diu el meu cos". Un parell de proves d'esforç l'any i les visites mèdiques reglamentàries és tot el que es concedeix. "En el pla físic, quan comences és molt important de tenir unes pautes, entrenar-se dia a dia... Però quan ja tens assimilats els principis bàsics, és molt important d'escoltar el cos perquè et dirà si allò que fas té sentit o no", explica Kilian, que s'entrena entre cinc i set hores cada dia.

**Entre el patiment i l'eufòria.** En aquest autocontrol, tant important és el pla físic com el mental. "El cap és tan important o més que el cos", assegura. I ho és perquè molt sovint, i en modalitats esportives com aquesta, el cos és sotmès a esforços que van més enllà de la capacitat estrictament humana. Perquè si bé córrer és una habilitat humana innata, córrer 150 quilòmetres sense aturar-se ni un segon és un càstig per al cos. I és en aquest punt, quan l'organisme diu prou, que entra en joc el cap, la capacitat de motivar-se, l'entestament a superar l'adversitat i la limitació física. "Treballar la ment és essencial per a qualsevol esportista", explica Melchor Gutiérrez, professor de psicologia esportiva de la Universitat de València. En modalitats com la que practica Kilian, diu, és essencial que la ment es trobe preparada per a "evadir-se del sacrifici". "L'esportista ha de ser capaç de dissociar el cos i la ment, dissociar allò que és negatiu per a convertir-ho en positiu. Ha d'ignorar el sacrifici i centrar-se en allò que és plaent". Kilian, l'home que cada any corre 7.000 quilòmetres i en fa 6.000 amb esquís, sap perfectament de què va tot això. I, amb tot, no amaga que, més enllà de la mística, de la cerca dels límits d'un mateix, hi ha el dolor, el sofriment més pedestre. "Quan pateixes i et fan mal les cames, no dius 'que

guai!'. En absolut, en realitat, et cagues en tot. Tens ganes de parar, d'anar-te'n a dormir i engegar-ho tot a la merda! Però quan acabes, en gaudeixes perquè has estat capaç de fer coses extraordinàries. Si quan comences una cosa, saps del cert que l'acabaràs, no té cap sentit ni t'aporta res. El que és maco és començar una cosa sense saber si arribaràs al final. I òbviament que patiràs, però després en gaudiràs."

Les punxades, les contractures, les rampes tornaran durant les setmanes vinents a les cames de Kilian. I també les fites tumultuoses. I la glòria. Al seu iPod, company indispensable d'aventures, ja hi ha preparades una barreja d'Els Amics de les Arts, Blondie, Black Eyed Peas i Estopa, tot cançons energètiques que inviten a fer un pas endavant. Xap, xap, xap... El dissabte 12 inaugurarà la temporada de curses de muntanya a La Palma, on participarà en la Transvulcania (83 km). Després vindran Zegama (42 km), Western States (100 km), Speedgoat-Utah (50 km), Grand Raid Reunion-Illes Reunión (170 km)...

"Una cursa –diu al llibre *Córrer o morir*– és com una obra d'art; és una creació que, a banda de la tècnica i el treball, necessita la inspiració i poder completar-la amb satisfacció."

*Violeta Tena*