

CORRER E VIVER

Descobri, há quase duas décadas, a paixão pela corrida de rua. Nunca gostei de academia, ainda que já tenha tentado frequentá-la rigorosamente. Prefiro asfalto à esteira. É nas ruas que, seguindo minha planilha, tenho experiências incríveis de superação e perseverança. Corridas mais rápidas ou longas vão dando uma satisfação incrível. Participar de uma prova com milhares de outros corredores também é maravilhoso. Se alguém está indeciso quanto a que esporte realizar, minha sugestão é sempre a mesma: corrida.

Mas não são apenas alegrias para quem decide correr. Há uma diferença grande entre o corredor eventual e o corredor disciplinado e constante. Já vi várias pessoas começarem a correr e desistirem. Ou não tinham disciplina ou não quiseram pagar o preço e correr. Eu digo até que há um preço alto para o corredor. Ele envolve desde a compra do tênis certo até vencer o cansaço e, em alguns dias, a preguiça. E, quanto mais se corre, mais alto vai ficando o preço. Dores, possíveis lesões, mais tempo de treino, equipamentos, local adequado... A lista pode ser até maior, dependendo de o quanto você deseja correr. E é exatamente aí que, ou a pessoa desiste ou, então, ela passa a encarar a corrida com mais seriedade. E quanto mais sério, mais prazeroso. E quanto mais prazeroso, mais vontade há de se preparar e vencer seus próprios limites.

De certo modo, a corrida ilustra uma série de coisas: carreira, desafios pessoais, empreendedorismo e outras. Não há como seguir em frente sem pagar o preço, e pagá-lo se torna muito prazeroso porque fazemos o que gostamos de fazer. A dor de realizar um treino mais longo é amenizada pela chegada a uma distância maior. O cansaço de uma corrida mais rápida nos permite melhorar o *pace*, e assim por diante.

Correr e viver envolvem cansaço, esforço e disciplina, de um lado, e alegria, satisfação e vitória do outro. Não há receita em que só estejam envolvidas alegrias; sempre haverá, também, o preço a ser pago. E, por mais alto que ele seja, estaremos dispostos a pagá-lo, porque o prazer de alcançar os objetivos e superá-los sempre nos dará aquela sensação maravilhosa de terminar uma prova e colocar a medalha no pescoço.