

# LA ESCALADA Y YO



Sant Joan de Vilatorrada, Barcelona · FOTOGRAFÍA: CRISTIAN BAITG

Hay momentos dónde tu estado emocional está entre decepcionado por no haberlo logrado y contento por haberlo intentado. En esos momentos es importante valorar que soy afortunada por poder vivir esas sensaciones tan diversas y contradictorias que da la escalada, que es parte del juego de este deporte y de la vida misma. ¿Jugamos?

No siempre llegarás a donde deseas, pero no desistas. Lo importante es seguir luchando para lograrlo y si no, por lo menos, lo has intentado. Nunca te quedes con "y si..." Y siempre lánzate a probarlo, nunca se sabe, la vida da muchas vueltas. Si te rindes hoy, de nada sirvió el esfuerzo de ayer. Sigue con fuerza hasta lograr tu objetivo. Para mí esto no es un pasatiempo, ni siquiera es un deporte, es un estilo de vida, es mi vida y lo amo.

A veces creo que estoy loca por las mil sensaciones que me hace vivir la escalada, pero jamás me he conocido tanto a mí misma como

ahora. Conocer cómo responde mi cuerpo frente a situaciones, cómo responde mi mente en momentos de tensión, confiar en mí misma y confiar en los demás. He llorado, he reído, he fallado, he ganado... Trabajo mi ego cuando se asoma. He superado esa situación que me veía incapaz de superar y he saltado de alegría con mis logros. Seguiremos trabajando juntas para seguir creciendo, la escalada y yo.

Y hay momentos en los que buscas la mirada de tu compañero porque el paso te abruma, y solo aquella mirada de confianza te hace sacar fuerzas para superar la barrera que muchas veces solo es mental. Para mí esa complicidad entre compañeros es esencial. A veces el cree más en mí que yo misma. Eso siempre me anima a probar y muchas veces me sorprende el resultado. Eso me ha hecho crecer mucho en la escalada y como persona.

MAYA GRAS

Salaretas, Barcelona  
FOTOGRAFÍA: CARLES LÓPEZ TORRAS

