

NAVIE

AUDREY
LAINÉ

Doble jo



andana
gráfica AH

Hi ha cap sentiment més infernal que tenir la impressió de no trobar-te mai bé del tot? És dins del nostre cap, constantment, com un monstre malvat que ens xiuxiueja: «Ets una merda.» No impedeix somriure. Ni fer com si tot anés bé. Actuar d'aquesta manera és esgotador. Volia escriure aquest llibre per mostrar-vos la cara fosca d'un benestar aparent. Sembla que cal estimar-se. Sembla que som el nostre propi enemic. Sembla que cal tenir cura d'un mateix, que la benvolença comença per la consideració que tenim d'un mateix. Sembla que cal menjar cinc racions de fruita i verdura al dia. Sembla que cal escoltar el cos. Sembla que l'opinió dels altres no és important, que cal alliberar-se'n. Sembla que cal que no ens deixem dominar per ningú. Sembla que cal perdonar. Sembla que cal fer esport. Sembla que cal gaudir. Sembla que la vida és bella. Sembla que la vida també és dura. Sembla que l'excés és dolent i que fumar mata. Sembla que estem molt bé com som (en néixer) i que tota la resta són bajanades que la societat intenta imposar-nos. Sembla que fem el que podem. Sembla que el que compta és la bellesa interior. Sembla que ens en sortirem... Sembla. Semblar. Semblar. Semblar. No ser.

*La violència d'un detonant
ens deixa un regust de ferro a la boca.*

*Tanmateix, ens obre a allò
que hàviem perdut de vista:*

l'esperança.



Mareeeeeee!

En Lucien corria ràpid...



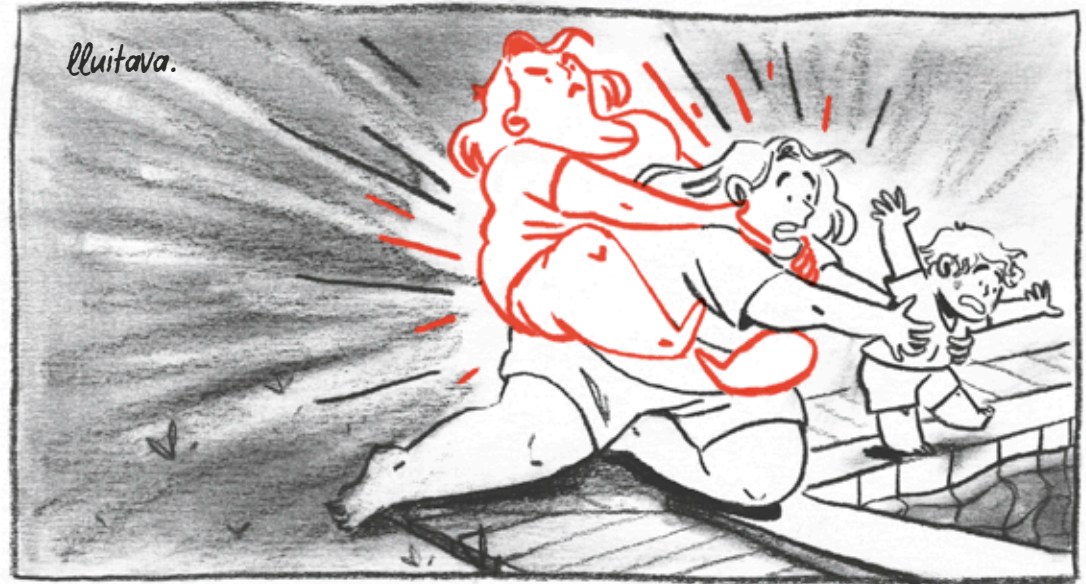
Massa ràpid.



Jo corria darrere seu.

Ell es pensava que jugàvem.

Ell no veia que jo, mentrestant...



lluitava.

Aquell dia, vaig comprendre
que per ell, per
nosaltres...



...calia que
la matés.

Tanmateix,
com matar-se
sense morir?





MENTIR

TOT EL
TEMPS

mentir

MENTIR
MENTIR
MENTIR
MENTIR
MENTIR

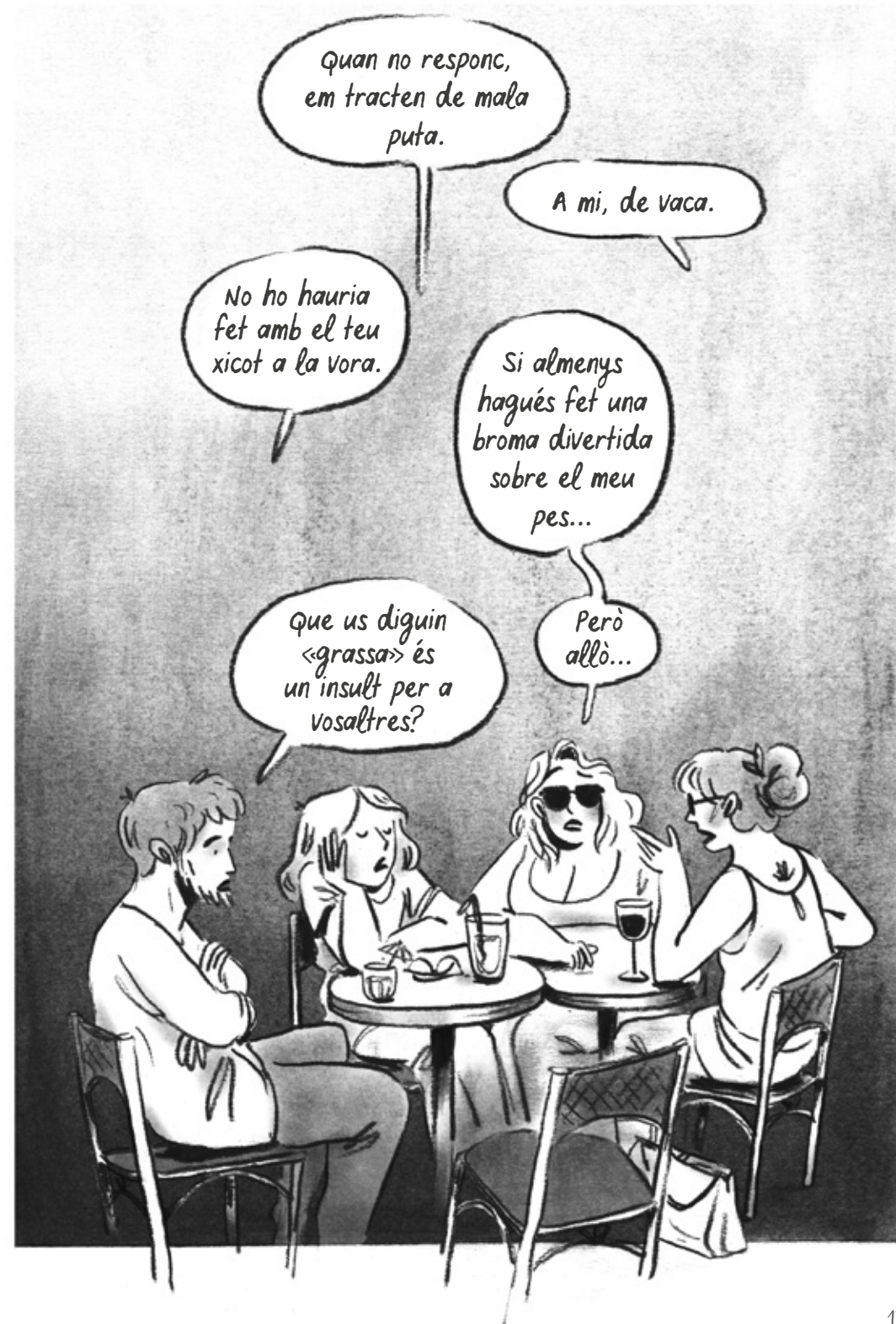


com es
RESPIRA
com es
MENJA

No voler res més que UNA
COSA

MORIR

→ PER
PARAR
DE
MENTIR



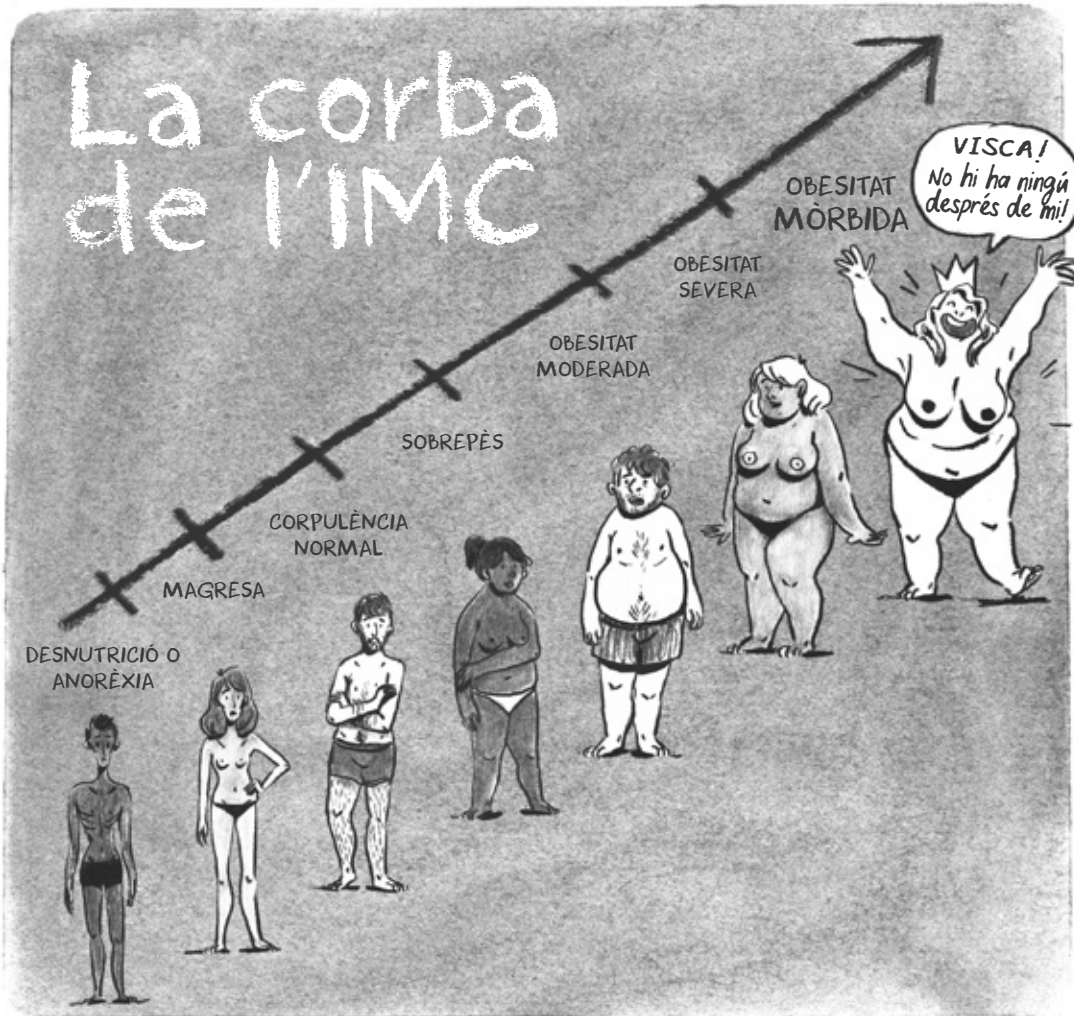


moned:

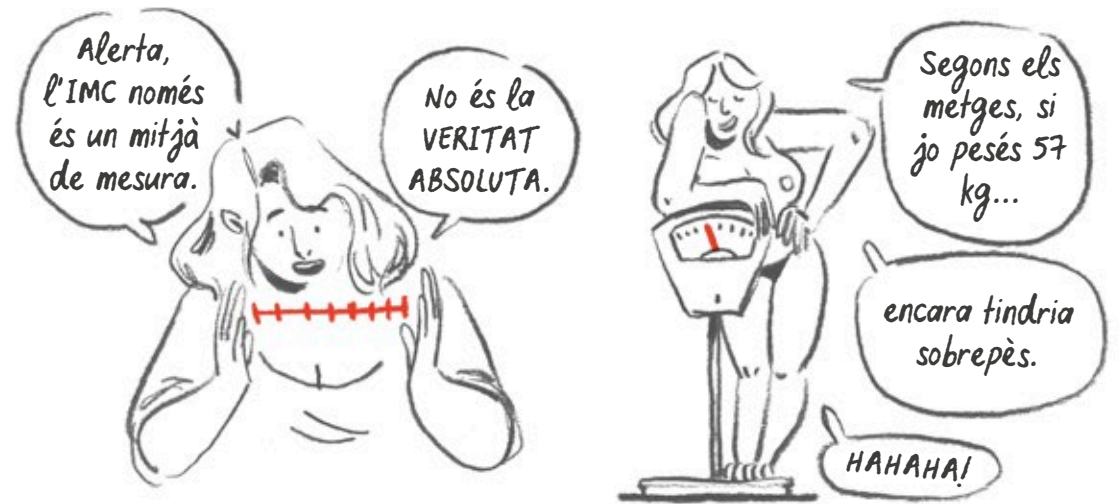
Càlcul de l'índex de massa corporal:

$$IMC = \frac{\text{massa}^{\text{en kg}}}{\text{alçada}^2 \text{en m}}$$

L'IMC* no l'han inventat les revistes femenines per obsessionar-nos i fer-nos entrar dins d'un biquini que costa un ull de la cara, sinó l'OMS, per avaluar els riscos vinculats al sobrepès.



*índex de massa corporal



El que cal saber és que no importa ni el pes, ni la mida de les natges o la cel·lulitis de les cuixes...



L'únic que et posa en perill és la mida de la cintura.

Un ventre molt gros = Greix al voltant dels òrgans vitals.





Fins a aquell moment, m'havia salvat de les malalties provocades per l'obesitat.

Em vaig quedar prenyada sense cap ajuda. Era com fer el pam i pipa als que van dient: cal aprimar-se, per salut.

Càncer de fetge, infart de miocardi, hipertensió arterial.

Jo estava molt bé. Físicament.

N'estava molt orgullosa. M'agradava anar dient:

«Estic ben sana, el meu cor funciona bé, les analítiques són bones i mai no he tingut mal d'esquena.»

Pensava en present.

No en futur.

