

A dinar!



Text: Mireia Vidal

Il·lustracions: Guillem Escriche

A dinar!!!

Cada cop que el Marc sentia aquell crit, li faltaven cames per córrer a rentar-se les mans i seure a taula.

—A dinar!— Repetia impacient, veient que ningú més s’hi apropava. Però per més que esperava, sabia que aquell cop tampoc vindrien.

Ja no recordava quina era l’última vegada que ell i la seva família s’havien assegut junts per fer un àpat. Ara la seva germana sempre menjava a l’habitació perquè deia que havia d’estudiar, el seu germà agafava el que fos de la nevera i marxava corrents a entrenar, i el seu pare responia el correu a l’ordinador mentre rosegava un parell de pastanagues perquè acabava de decidir que volia fer règim.



Tan sols la mare, de tant en tant, s'asseia al seu costat i menjava de pressa el que havia sobrat del dia anterior.

—Va Marc, no t'encantis i acaba't el plat que he de posar el rentavaixelles.

I així un dia i un altre fins que, poc a poc, també el Marc va anar deixant de tenir ganes de seure a la taula.

—A dinar!—Tornava a cridar la mare.

Però el Marc ja no tenia gana. Preferia estar-se jugant amb algun videojoc a la seva habitació i explicava a la mare que com havia oblidat menjar-se l'entrepà a l'hora del pati, se'l podia menjar ara.

—Molt bé—Responia la dona—Però ja saps que et toca per sopar: fideus a la cassola.—Deia tot guardant el plat de pasta a la nevera.

—Altres cop fideus? Però si els vam menjar ahir a l'escola.

—Ai, fill. Amb tants calendaris i menús, em faig un embolic. No passa res perquè tornis a repetir pasta.

Però sí que passava, sí. Passava que el Marc s'estava oblidant de com li agradava dinar amb la seva família. S'estava oblidant d'un munt de plats bons i variats que amb el temps havien anat desapareixent de la cuina de la seva casa. Què havia passat?, va preguntar-li a l'àvia un divendres que tota la família estava tan enfeïnada que ningú podia preparar-li el dinar a casa.

—Passa que la vida va massa de pressa—Va respondre l'àvia. —I la gent es pensa que corrent podrà atrapar-la d'alguna manera. Però el cert és que només l'atrapem quan l'obliguem a aturar-se. Aleshores podem gaudir-la, i ella agraïda, també pot descansar una mica i ens deixa de regal un bonic record per no oblidar-la.

—Ai, àvia, sempre parles tan estrany.—Va respondre el Marc mirant-se-la sense acabar de comprendre.

—Vols dir? —Va fer la dona—Potser són coses de vella. Però m'entendràs millor si et pregunto: quins menjars recordes?

Aleshores el Marc va tancar els ulls, i de sobte li van venir un munt d'olors, sabors i imatges al cap.

—Recordo el dinar de Nadal quan ve la tieta Nuri, o els aniversaris de l'avi Jaume—Va respondre—. També recordo els Sant Joan a casa els cosins, el dia de la mona amb la padrina o quan venim tots aquí i ens fas aquells canelons tan bons que no ens cansem de repetir.

—Exacte, recordes els dinars tranquils. Aquells en què no hi ha presses perquè tot el que hem de fer és dinar i estar junts.

—I per què no pot ser sempre així?—Va preguntar trist el Marc.

—I tant que pot ser!—Va respondre l'àvia.— La vida no deixarà mai de córrer, però a cada àpat podem deixar-la descansar i aturar-la una estoneta al voltant d'un bon plat.

—I com ho puc fer?—Va preguntar el noi, que enyorava tots aquells moments.

Aleshores l'àvia va començar a remenar pels calaixos del menjador i li va donar al seu nét l'única cosa que el podia ajudar: un bonic llibre de receptes.

—Menjar és potser el més important que fem en tot el dia. Els aliments són el que ens dona vida, i amb les presses hem oblidat de cuidar-nos. —Va explicar l'àvia—Tu ja saps com n'és d'important que tinguem una alimentació sana i variada, però tant o més important és menjar tranquil compartint una estona amb la gent que ens estima.

Aquell vespre el Marc, tan bon punt va arribar a casa, va tancar-se a la cuina i va començar a seleccionar un menú equilibrat d'aquells que hi havia al llibre de receptes. Sabia que ningú el molestaria perquè tothom estava enfeinat fent la seva, però quan va arribar l'hora de sopar i cada membre de la família s'anava apropant a la nevera per agafar un tros de formatge, una mica de pizza o tres peces de fruita per fugir volant, sentien aquella oloreta tan bona que desprenien els aliments i a poc a poc s'aturaven per seure's a la taula.



I el cert és que l'àvia tenia raó, perquè aquella nit, entre tots, van aconseguir aturar la vida una estoneta i convertir-la en un bonic record.

El record de menjar tranquil·lament plats exquisits que feia temps que no s'aturaven a degustar. El record d'una bona conversa, d'un instant de mirar-se als ulls i escoltar com són les presses en les vides dels altres. El record de saber que d'allò que mengem el nostre cos en fa energia i tot el que ens cal per tenir força i seguir avançant.

I el Marc va tornar a estar content tot sabent que a partir d'aquell dia la seva família també havia tornat a recordar l'important que era quan algú cridava: "A dinar!" Aleshores tots aturaven un instant les seves vides i s'asseien feliços al voltant de la taula per compartir un bon menjar.

Fi

FAROS

*La guia de la salut i el
benestar per als teus fills*



Els contes de l'àvia és un recopilació de contes que l'Observatori de la Infància i l'Adolescència FAROS ofereix a la seva plataforma digital (<http://faros.hsjdbcn.org/>) per fomentar la lectura i difondre valors i hàbits saludables en la població infantil.

FAROS és un projecte impulsat per l'Hospital Sant Joan de Déu amb l'objectiu de promoure la salut infantil i difondre coneixements de qualitat i d'actualitat en aquest àmbit.



SJD

Sant Joan de Déu
Barcelona · Hospital