

FOTOCRÔNICA | CARLOS MONTEIRO

FOTOS E TEXTO

Mexa-se no
Rio de Janeiro

O Rio de Janeiro acorda cedo, embora tenha fama de boêmio. Antes que os bares recolham as últimas cadeiras e que o primeiro ônibus carregue a pressa da cidade, já existe uma multidão silenciosa em movimento. São os que descobriram que o Rio não é apenas uma cidade para ser vista: é uma cidade para ser percorrida.

Na areia de Copacabana, quando o céu ainda está indeciso entre a noite e a manhã, aparecem os primeiros corredores. Vêm de todos os lados, com seus tênis coloridos, fones de ouvido e aquela expressão séria de quem parece disputar uma maratona invisível. Correm contra o sedentarismo, contra o colesterol, contra a saudade de um corpo que já foi mais leve. Mas correm também porque o mar está ali, chamando.

O oceano, de manhã, tem uma paciência de professor antigo. As ondas chegam, quebram, voltam. Repetem o mesmo exercício há milhões de anos, sem reclamar do calor, do vento ou da falta de motivação. Talvez seja por isso que tanta gente se anima a acompanhá-las. Enquanto o corredor passa, a espuma branca desenha uma linha paralela à sua trajetória, como se a natureza também tivesse resolvido entrar em forma.

Na ciclovia, as bicicletas deslizam numa coreografia sem maestro. Há o rapaz que pedala como se estivesse atrasado para um compromisso com a vida; há a moça que segue devagar, observando os pescadores; há o casal que divide a mesma bicicleta e, entre uma curva e outra, parece discutir quem manda no guidão. E há os aposentados, que pedalam com a tranquilidade de quem já aprendeu que não é preciso chegar primeiro para chegar bem.

Na Lagoa Rodrigo de Freitas, o cenário é outro, mas a vontade é a mesma. A água parada reflete o Cristo Redentor, que observa tudo lá do alto, braços abertos, como se abençoasse cada caminhada. Ali, o exercício ganha uma espécie de solenidade. O cidadão dá uma volta na Lagoa e sente que deu uma volta na própria vida. Em alguns trechos, o vento traz o cheiro das árvores; em outros, o barulho dos remos corta a água com a delicadeza de uma frase bem escrita.

Há quem escolha as escadarias de Santa Teresa, onde cada degrau cobra seu preço e oferece, em troca, uma vista que faz qualquer academia parecer uma sala sem janela. Há quem suba a trilha da Floresta da Tijuca, respirando fundo entre árvores que conhecem o Rio muito antes dos prédios, dos túneis e dos engarrafamentos. Há quem faça alongamento no Aterro do Flamengo, diante da Baía de Guanabara, onde o Pão de Açúcar surge como uma escultura colocada ali por algum artista exageradamente inspirado.

O carioca, quando se mexe, não está apenas cuidando do corpo. Está conversando com a cidade. Cada passo na areia, cada pedalada na orla, cada braçada no mar é uma maneira de dizer ao Rio: "Eu estou aqui." E o Rio responde com o que tem de melhor: uma montanha recortada contra o céu, um avião pousando sobre a baía, uma garça parada numa pedra, um sol que parece ter sido inventado especialmente para aquela manhã.

É curioso observar como o exercício físico, no Rio, deixa de ser obrigação e vira espetáculo. Em outras cidades, corre-se olhando para o relógio. Aqui, corre-se olhando para o horizonte. Em outros lugares, a academia tem espelhos; no Rio, o espelho é o mar. Em vez de aparelhos, há ladeiras. Em vez de teto, há céu. Em vez de música eletrônica, há o barulho das ondas e o grito distante de um vendedor de mate.

Claro que há dias em que a preguiça vence. Dias em que o travesseiro parece mais convincente do que qualquer personal trainer. Mas basta abrir a janela e ver a luz derramada sobre as montanhas para que a cidade faça seu convite silencioso. O Rio não obriga ninguém a se exercitar. Apenas seduz.

E talvez seja essa a grande vantagem de viver aqui. Mexer-se no Rio é participar de uma fotografia em movimento. É correr dentro de uma paisagem que o mundo inteiro gostaria de pendurar na parede. É perceber que o corpo, quando encontra uma cidade assim, deixa de ser apenas corpo: vira parte do cenário.

No fim da manhã, quando o sol já domina a praia e os corredores diminuem o passo, fica no ar uma sensação de dever cumprido. Não apenas porque se queimaram calorias, mas porque se viveu um pouco mais perto da cidade. E no Rio de Janeiro, onde a beleza aparece em cada esquina, mexer-se é quase uma forma de agradecimento

