Fit-maniaczki — ajw

Od autora: Felieton, który ukazał się na portalu informacyjnym Radia Puławy 24

https://pulawy24.pl/czas-felieton-fit-maniaczki/

Robiąc sobotnie zakupy w ulubionym supermarkecie, zatrzymałam się na chwilę przy kąciku z kolorowymi pismami. Przywitała mnie całkiem spora grupa kobiet na okładkach – z nieskazitelnymi cerami bez śladu trądziku, w idealnych makijażach, z pięknie wykonturowanymi owalami twarzy, wystylizowanych na wampy albo tak zwane kobiety z klasą i kasą.

Wiele pań, robiących szybkie sprawunki w zwykłych, codziennych ciuchach i fryzurach *a la mokra Polka* – zaganianych, spoconych i styranych życiem, mogłoby się przy nich poczuć jak własne służące albo ubogie krewne z głębokiej prowincji.

No, ale przecież nie ja. Ja nie mam kompleksów, choć daleko mi do Wenus z Milo. Bądźmy szczerzy – lata świetności mam już dawno za plecami, a jeśli nie wezmę się za siebie, za kilka lat będę przypominać raczej Wenus z Willendorfu, a to nie jest powód do dumy. Staram się jednak nie porównywać z innymi przedstawicielkami mojej płci, bo przecież, jak powiedział ktoś mądry: *wszystkie kobiety są piękne, tylko po niektórych tego nie widać*.

Zajrzałam do jednej z gazet i od razu natrafiłam na artykuł, mówiący o tym jak być fit w 2017 roku. Obejrzałam drugą, a tam kolejne instrukcje, co jeść, co pić i jak żyć, by być fit – mieć pośladki jak sklepienia katedry romańskiej, nogi szczupłe i koniecznie do samej szyi, jelita bez złogów i charakter bez nałogów. No i, rzecz jasna, ile wypijać wody, żeby nie pęknąć jak wawelski smok.Wszędzie prześladowały mnie zdjęcia kobiet w sportowych biustonoszach ze sztangami w umięśnionych dłoniach i brzuchami płaskimi jak Nizina Mazowiecka.

Nie mam nic do osób dbających o swój wizerunek i zdrowie, wręcz przeciwnie – podziwiam ich determinację, jednak od jakiegoś czasu obserwuję, że moda na bycie posiadaczką perfekcyjnego ciała stała się dla niektórych obsesją. Już nie wystarczy racjonalnie się odżywiać. Trzeba jeszcze co najmniej parę godzin dziennie spędzać na siłowni. Biceps, triceps, bieżnia, rower, drążek, krążek – do wyboru, do koloru. Możliwości jest wiele, a plan treningowy to podstawa. Oczywiście, jeśli coś zakłóci ten rytuał, lekcje trzeba odrobić podwójnie. Nieważne o jakiej porze. Środek nocy czy świt – nie gra roli. Ważne jest stałe dążenie do doskonałości. A ponieważ bycie doskonałym jest niemożliwe do osiągnięcia, akceptacja własnego ciała przez fit-maniaczkę nie następuje nigdy. I tu pojawia się prawdziwy problem: fitoreksja – nowe zaburzenie psychiczne związane z postrzeganiem swojego ciała.

Fitorektyk ćwiczy pomimo bólu, nawet wtedy gdy przechodzi grypę i pada na pysk jak pies Pluto, bo reżim treningowy jest dla niego priorytetem. Ważniejszym niż spotkania ze znajomymi czy poświęcenie czasu bliskim. Poza tym jest tak skupiony na sobie, że przegląda się w oczach innych tylko po to, by- zobaczyć w nich swoje boskie odbicie i aprobatę. Jeśli jej nie ma, jeszcze bardziej zamyka się w swoim wygimnastykowanym świecie.

I ja zamknęłam gazetę, po czym ruszyłam w kierunku kasy, a potem swobodnie wyłożyłam na taśmę pro-

dukty potrzebne do upieczenia ciasta, którego przepis powstał w mojej głowie tego ranka. Ciasta idealnego na wieczorne spotkanie z przyjaciółmi.

Nie wiem tylko dlaczego poczułam się nieswojo, gdy dołożyłam do zakupów pokaźnych rozmiarów czekoladę z orzechami. A przecież stała za mną tylko jedna osoba – smukła dziewczyna w sportowej kurtce i treningowych legginsach, kupująca jedynie izotoniczny napój.

Iwona Niedopytalska (ajw)

Kopiowanie tekstów, obrazów i wszelakiej twórczości użytkowników portalu bez ich zgody jest stanowczo zabronione. (Ustawa o prawie autorskim i prawach pokrewnych, Dz.U. 1994 nr 24 poz. 83 z dnia 4 lutego 1994r.).

ajw, dodano 11.03.2017 11:26

Dokument został wygenerowany przez www.portal-pisarski.pl.