

## Querer es poder, como Julián Bernal

Autor: Jesús A.

Categoría: Varios / otros

Publicado el: 27/03/2016

---

El que quiere puede, me decía un mayor, que anteriormente había fumado más de 2 cajetillas de tabaco al día y que al principio no creía poder dejar, aunque le hacía mucho daño. Porque nada más levantarse por la mañana; lo primero que hacía era fumarse un cigarrillo y así uno tras otro: que no paraba en toda la jornada. Hasta que un buen día se dijo: ¡¡no fumo más!! ¿Muchacho muy mal lo pasé, durante más de un año y lo peor era cuando iba a una boda cuando se fumaba el puro; sin embargo lo tenía decidido y nunca más me fumé un cigarro y ahora lo pasó muy mal donde fuma la gente, porque me da nauseas el humo?

Otro ejemplo de que, si se quiere se puede, es el que contó hace unos años en televisión, un hijo y entrenador de Julián Bernal, un señor (que falleció con 91 años) que a los 75 años, para rebajar el colesterol, empezó a hacer deporte y luego lo estuvo practicando los últimos 15 años de su vida, siendo campeón mundial varias veces, en distintas pruebas en carreras de la categoría de más 85 años. Sin aspirar a llegar tan lejos, como este último ejemplo, todos podemos, si queremos, poner más de nuestra parte, para hacer ejercicio y para abandonar los vicios que se tengan.

---

Publicado bajo licencia [Creative Commons BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Enlace original del relato: [ir al relato](#)

Otros relatos del mismo autor: [Jesús A.](#)

Más relatos de la categoría: [Varios / otros](#)

Muchos más relatos en: [cortorelatos.com](http://cortorelatos.com)