



Correr o no correr



Running.
Quienes practican este deporte están locos: dolor extremo, agotamiento profundo, deshidratación.

Yo no corro. Entiendo que esto a usted no le importe, pero para los fines de esta columna me parece pertinente aclararlo de inicio. Bueno, corro cuando juego fútbol, por ejemplo, pero son *sprints* cortos, no muy demandantes. Lo que no hago es correr largas distancias sin parar. No me da el alma. No puedo 10 kilómetros, no puedo ni la mitad. No me alcanzan los pulmones, ni la condición física; tampoco las ganas. Ninguna sensación placentera obtengo de ello: sólo dolor y agotamiento que, para mí, no valen la pena.

Voy al gimnasio, eso sí, y ahí me enfoco en cualquier modalidad de ejercicio que no sea correr. Además, voy a horas muy cómodas, a la una de la tarde por ejemplo. Porque ese es otro detalle: los corredores asiduos, gozánez muchos de ellos, corren tempranísimo y, encima, hay que sumarle la loquera de que corren al aire libre y que si bien el DF no tiene inviernos con vórtice

polar, cerca de enero se pone medio fresquecita la cosa.

Por todo lo anterior, nunca he terminado de entender a las personas que corren. Me han tratado de explicar la satisfacción y el bienestar que acompaña el acto de correr, ante mi desconcierto. Pero, al parecer, es más frecuente de lo que uno creería: escritores e ilustradores han dedicado páginas enteras a tratar de explicarle al mundo por qué corren: Matthew Inman, creador del cómic *The Oatmeal*, por ejemplo, tiene un libro llamado *The Terrible and Wonderful Reasons Why I Run Long Distances (Las terribles y maravillosas razones por las que corro largas distancias)* y Haruki Murakami escribió otro titulado *De qué hablo cuando hablo de correr*. Sin embargo, aun después de leer estos compendios tan ilustrativos, una parte de mí no deja de pensar que los dos están locos, especialmente cuando están entrenando para una carrera extra larga como, qué sé yo, una maratón.

La maratón. Una carrera de 42 ki-

lómetros que desde 1896 se practica a nivel olímpico y que le ha generado rupturas musculares a miles de atletas durante más de un siglo. No puedo imaginar lo extenuante que resulta una travesía de ese tipo. La veo, de hecho, como algo por completo indeseable. Dolor extremo, agotamiento profundo, ganas de ir al baño que no sabría muy bien cómo resolver y horas, literalmente, de malviaje pensando cuándo debe comerse uno ese plátano que trae consigo, o cuándo beber agua o Gatorade para que no caiga pesado, o si sería mejor opción una botana *high tech* como los sobres de gel o las barras de proteína para compensar el inmundito abuso que uno le está imponiendo a su cuerpo.

Tuve la suerte de estar en Nueva York el domingo 1 de noviembre, cuando se realizó la maratón de esa ciudad. Caminé más de 20 cuadras, siguiendo a los corredores, maravillándome con las muestras de apoyo que las miles de personas les brindaban, a lo largo de la ruta. Agua, fruta, palabras de aliento, música (había bandas, tocando, cada par de cuadras), una mano estrechada para chocarla, gritos personalizados para los listillos que tenían su nombre impreso en la playera. Me conmoví profundamente. Todos los corredores eran, en ese momento, estrellas de rock. Héroe a quienes los niños veían con admiración y asombro. Ídolos de aquellas masas que decidieron pasar su domingo alentando a desconocidos y reconociendo el mérito de su hazaña deportiva.

Ese día, por primera vez, una parte de mí entendió lo que se encuentra detrás de ese entrenamiento agotador, de las desmañanadas heladas, del dolor incontrolable y el agotamiento fulminante. Pero sólo una parte de mí. El resto sigue creyendo que están locos. Locos de atar. **89**