

Hola amigos, muy buenas.

Al parecer los griegos tenían dos formas distintas de medir el tiempo, una llamémosle cuantitativa, lo que denominaban "cronos", en minutos, segundos, horas, etc. La normal, para entendernos. La otra, la cualitativa, "kairos", creo que le llamaban, se refería a su intensidad, a esos momentos mágicos, eternos que puede que duren poco, pero no se olvidan nunca.

Pues eso, que los minutillos, no se si tres, cinco o siete, los que fuesen, que tardé en recorrer de la mano de Pepe y Macarena los quinientos o seiscientos últimos metros de lo del domingo pasado dudo que a ninguno de los tres se nos olviden en la vida. Y, claro, es por esas cosas que tiene sentido ponerse en la salida. Imaginad una larga recta, gente a ambos lados, gritan, chillan, jalean, tu con tus niños, feliz, exultante, crecido, lo has conseguido -en el fondo no es para tanto, pero ellos, los del público, no lo saben, ellos creen que lo que has hecho es la leche y te gritan, palmean, fotografían, miran, idolatran como si realmente lo fuese- los nanos contentos, de repente un giro a la izquierda y allí, a lo lejos, el arco de meta. Y hasta él una recta, con una espectacular alfombra, gradas a ambos lados abarrotadas de público histérico, enfervorecido, la música a toda caña, las pomponeras de las de verdad, como las de las películas, todo muy americano, impresionante, ruido, algarabía, todo en tu honor.

Y tu, que miras a tus niños y les ves felices, orgullosos de su padre, satisfechos, contentos, también ellos creen que es algo grande lo que has hecho (dejémosles, también a ellos, creerlo, en el fondo, qué más da) y quisieras que la recta no se acabase nunca. Kairos, insisto, Kairos en estado puro. No quieres que se termine porque en ese momento eres muy feliz. Esa puta carrera, con perdón, ha dado algún sentido a los últimos meses, ha sido el sueño, la ilusión, el deseo, el camino, el reto, todo. Y es ahora, que está acabando, cuando empiezas a saborear el placer de estar ahí. Sensaciones encontradas, por un lado deseas llegar, claro, acabar de una vez, son ya a esas alturas quince horas largas desde que te metiste en el agua a las siete de la mañana, pero, por otra la sensación de estar ahí, el momento, es tan fuerte que, sin querer, cada vez vas más lento, te recreas, saboreas cada grito de ánimo, cada mirada, cada foco, cada sensación, todo. En el fondo desearías que la recta no se terminase nunca. Una parte de mí quería permanecer dentro del IM para siempre. Será la misma, supongo, que esta tarde me ha inscrito ya para Zurich 2008, dicho sea de paso.

Recordé tantas cosas en esos segundos, en esa recta de meta, mientras lanzaba puñetazos al aire y gritos al público...Miraba al cielo y me recreaba con el momento, a más ensordecedor el ruido, más tranquilo yo, más trataba de disfrutar del momento. A más cegadores los focos, más miraba yo al cielo, como tratando de establecer un contactillo rápido con mi padre, él, por cierto, si hubiese sido un triatleta de los de verdad, de haberse estilado esto en sus años. Era evidente que no estábamos solos y, sin embargo, de alguna forma yo sí lo estaba. El esfuercillo por llegar hasta ahí, sin ser para tanto como la mayoría pensáis, algo ya me había supuesto en los meses previos, había imaginado tantas veces lo que se sentiría al acercarse a la línea y, de repente, ahí estábamos, como sin querer cruzarla, con la satisfacción de estar acabando y la pena precisamente por lo mismo, porque todo terminase.

La gente nos aplaudía, nos animaba, gritaba mi nombre y los nanos flipando en colores. El contraste con tan solo unos minutos antes, yo solo, en silencio, junto al canal, a oscuras, con paso firme, decidido, hacia meta, pero más solo que la una, no dejaba de tener su punto de emoción.

Finalmente, tras flashes, fotos, más gritos, más ánimos, más fiesta, la medallita,

ah, la medallita, qué sería de mi si en las carrera no diesen medallita, pasamos bajo el arco de meta y allí está, como siempre, la mejor persona que conozco, esperando para premiarme con una palmada, un beso y la mirada más bonita del mundo. Gracias, cariño.

¿Se puede pedir más a un domingo como otro cualquiera de julio?

Si alguna vez has soñado con ser tú el protagonista de algo parecido, no lo dudes, no esperes a ver la luz blanca, que dice Garbancito, ni nada por el estilo, apúntate cuanto antes y haz uno. Al menos uno. No es, ni de coña, tan fiero el león como lo pintan. De verdad, no es para tanto, si lo he hecho yo, lo hace cualquiera. Y "cualquiera" quiere decir exactamente eso, "cualquiera". Basta con que tenga claras dos o tres cositas básicas y de verdad quiera hacerlo.

Como quería yo cuando me inscribí, hace más o menos un año, sin saber nadar ni tener bici, pero con la firme convicción de que no quería que me lo siguiesen contando, que quería saber que era eso del Ironman.

Los meses previos están contados por ahí, en este foro. Ya verá quien se interese por los datos que ni me he matado a entrenar, ni he dejado de comer y beber a placer, ni he nadado nunca más de 2.300 metros en un día, ni he hecho más de 124 en bici, y esos una vez. Vaya, que si lo que uno quiere es solo salir, divertirse y llegar a meta, que le den su medallita, su camiseta de finisher y marcharse a casita con toda dignidad, no hace falta ni machacarse mucho ni poco, basta con confiar ciegamente en uno mismo, entrenar moderadamente y no hacer demasiadas tonterías.

Resumiendo lo del otro día, se podría decir que la natación salió de lujo, la bici la terminé con mucho conocimiento, la carrera a pie se limitó poco menos que a amarrar la medalla y la meta, como he contado, fue inenarrable.

Nadé como en mi vida. Ya os decía que nunca había pasado de 2.300m. En Lisboa tardé 50´ para la mitad de distancia, o sea que terminar aquí entre 1h.40´ y 1h50´ ya hubiese estado bien. Sin embargo nadé relajado, a gusto, disfrutando mucho. El agua del lago era como agua mineral, limpia, el paisaje precioso, yo me notaba ligero, poderoso. Tratando de disfrutar de cada brazada, de todas y cada una de ellas, de sentir las buenas sensaciones. Y, por momentos, lográndolo con facilidad. Muy bien. Lástima de no hacer caso de mi intuición, porque en el tramo de regreso hacia el canal iba recto, en el rumbo exacto, pero todos los de mi alrededor empezaron a desviarse a la derecha, no me atreví a seguir por donde iba, pese a estar convencido de ir bien, pero claro, quien va a pensar que dos o trescientos tíos se van a perder y tu vas a ser el único listo. Pues lo hubiese sido. Al final, con bastantes metros de más, 1h.34´, si no recuerdo mal. Ni en mis mejores sueños.

Al salir del agua el speaker grita PEEEEEEPO....¿Coño, y este de qué me conoce a mí? Ah sí, es que llevo el nombre serigrafiado, no me acordaba ya. Biennnnnnnnnn.

Transición sin más novedad.

Bici bien, despacito al principio, comiendo, reservando fuerzas. Que esto es muy largo. En la primera subida paso a bastante gente. Buena señal. Ya llegando arriba de nuevo alguien grita mi nombre, toda la pomponería andante del Aguaverde me jalea. Gracias, amigas, fue un placer. Termino la primera vuelta muy bien, 3h.28´ de bici, sin ningún cansancio, como si aun no hubiésemos empezado. La segunda vuelta la empiezo ya más rápido, sin contemplaciones, a saco. Cada vez más. Voy desbocado, venga a pasar gente, disfrutando como un crío, en el km 40 llevo diez minutos menos que en la primera vuelta, joder, nano, te vas a salir....De

repente, chas, un músculo de esos de por ahí, de los del muslo, por dentro, cerca de la rodilla, no se si se llamará vasto interno, o adductor, o como sea, bueno, uno de esos, que se agarrota, como un palo, grito, joder, hasta aquí hemos llegado. Calambres, dolor, contractura, rápido análisis de emergencia. Primera decisión urgente, ni de coña paras, ni te bajas de la bici a estirar, ni a nada. Como bajas estás listo, no vuelves a subir. OK. Y, entonces, ¿qué?

Pues muy despacito, con mucho cuidado, pedaleando con la otra, con el plato pequeño, muy muy suavemente, sin hacer fuerza, solo acompañando un pelín el movimiento de los pedales, sintiendo la fuerza de la inercia, trataremos de que se pase.

Así logro subir más o menos bien el segundo puerto, ya arriba, a 30km. de la meta, me noto bien, ya no me duele, parece que llevo un rato pedaleando más o menos normal, me crezco, desobedezco mi propio plan de emergencia y vuelvo a meter el plato grande. Al instante otra vez el dolor, segundo aviso. Burro, mierda. De aquí a Klagenfurt ya solo trataré de llegar, en las bajadas nada, ni una pedalada, en los llanos lo mínimo, lo justito para que no se pare la bici.

La segunda transición me sirve para un chequeo y planificación. Visto lo visto, estando como estamos, bastante haremos con hacer la maratón "a la americana", esto es, alternando andar y correr. El plan era andar 10´ en la primera hora, 15´ en la segunda, 20´ en la tercera, 25´ en la cuarta, 30´ en la quinta y así sucesivamente. La primera sí lo cumplo, a rajatabla, pero entre el km. 12 y el 13, cuando llevo 1h.27´, me pega el tercer aviso. Pierna agarrotada, me cojo a una valla, ahora sí voy jodido de verdad. Me acuerdo de Petrus, de un relato de no se qué IM en que no podía correr de los calambres y lo hizo todo andando. Saco las cuentas, me quedan más de siete horas para treinta kilómetros, a ver, por lento que vaya, andando termino. La única posibilidad de quedarme sin medalla es tratar de correr y terminarla de joder. Pues nada, a amarrarla. Que no se nos escape.

La verdad es que anduve muy bien, rapidillo, casi todos los kilómetros por debajo de 9´/km. Me acordé mucho de un buen amigo, un gran tipo, cientounero, legendario, duro, gran caminante, Pepe, Hiperactivo, seguro que anda por allí arriba, en el palquito, con mi padre, viéndolo todo. ¡Cómo me contaba en Ronda que lo importante es andar rápido! Le dedico un par de kilómetros a 8´30´´. Soy feliz, empiezo a disfrutar, ya en la primera vuelta, de cada encuentro y reencuentro con los pomponeros, con Mar, mi madre, los nanos, mis suegros, los del club, los de aguaverde, todos me jalean. Es como si no se lo terminasen de creer. Que sí, joder, que sí, que vamos firmes, decididos, hacia meta.

Cada vez que me cruzo con algún compañero del club los ánimos son sentidos, aunque me ven andando notan mi decisión, no dudo, voy enfilado a meta, no creo que ninguno de ellos llegase a dudar de que la cosa ya estaba clara. Los kilómetros van pasando y de los dolores ya ni me acuerdo.

Me doy un par de pequeños homenajes.

Uno en el 28. Hay allí una terraza con un puesto de helados. Cuando he pasado antes ya me he quedado con las ganas. Me voy a la camarera, "buenas, veré, pasta no llevo, pero estoy loco por un helado de esos, si Ud. Tuviese a bien, yo cuando vuelva a pasar por aquí ya le pagaré...". Consulta con su jefe y me lo pone. Soy la envidia de todos los que me cruzo. Hasta que, de repente, caigo en el cuenta de que como me pille un marshall de esos igual me descalifica por gilipollas, tendría coña, haber llegado al 28 de la maratón y que me expulsen por primo. Me escondo para comerme lo que queda, tras un muro, como cuando a los trece años fumábamos esos primeros cigarrillos tras la valla del colegio.

En el 30, más o menos, en una pradera, hay unos cuantos tipos dándole a la cerveza a base de bien, con vasos de plástico de medio litro. En la pasada anterior por allí (km. 23 o así) me animan mucho, hop, hop, hop, Pepo, Pepo, super, super, hop, hop, les digo medio en broma, medio en serio, que menos hop hop y más cerveza. Cuando vuelvo a pasar oigo a uno que dice, ahí viene el de la cerveza, me sale otro al encuentro con un vaso de medio litro, me lo ofrece como de coña, como dando por hecho que le voy a decir que no, que luego, que en meta, que al acabar. Y una leche, le trinco el vaso y de un trago, como en los viejos tiempos, se lo dejo temblando. ¡Qué gusto!

De ahí a meta como un señor, disfrutando, sintiendo cada vez más cerca el momento de dar la mano a Pepe y Macarena y compartir con ellos unos minutillos de esos eternos, los de la entrada en meta de mi primer Ironman.

Supongo que alguna vez haré alguno más rápido, somos así de burros, yo también. Supongo que el año que viene, en Zurich, igual bajo la marca dos o tres horas, supongo que forma parte de no sé qué reglas de no sé qué juego que hay que ir siempre todo lo rápido que uno puede. O no, no lo sé.

Lo que si sé es que por "bien" que me salgan otros, no disfrutaré de sus llegadas con más intensidad que el domingo pasado en Austria.

Ilusionados saludos.