

Adharanand Finn

CORRER CON LOS KENIATAS

Una búsqueda épica y personal para descubrir los extraordinarios secretos
de los mejores corredores del mundo.



CORRER CON LOS KENIATAS

Adharanand Finn

Traducción de Enrique de Hériz

Título original: *Running with the Kenyans*

Traducción: Enrique de Hériz

1.ª edición: febrero 2013

© Adharanand Finn, 2012

© Ediciones B, S. A., 2012

Consell de Cent, 425-427 - 08009 Barcelona (España)

www.edicionesb.com

Depósito legal: B. 4974.2013

ISBN DIGITAL: 978-84-9019-187-3

Todos los derechos reservados. Bajo las sanciones establecidas en el ordenamiento jurídico, queda rigurosamente prohibida, sin autorización escrita de los titulares del *copyright*, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo públicos.

A mis colegas Marietta, Lila, Uma y Ossian

Si lo divino anda en tu busca..., se trata de una fuerza bastante poderosa.
Prem Rawat

Contenido

[Portadilla](#)

[Créditos](#)

[Dedicatoria](#)

[Cita](#)

[Prólogo](#)

[1](#)

[2](#)

[3](#)

[4](#)

[5](#)

[6](#)

[7](#)

[8](#)

[9](#)

[10](#)

[11](#)

[12](#)

[13](#)

[14](#)

[15](#)

[16](#)

[17](#)

[18](#)

[19](#)

[20](#)

[21](#)

[22](#)

[23](#)

[24](#)

[35](#)

[Epílogo](#)

[Agradecimientos](#)

Prólogo

Primero oigo el despertador de otra persona. Lo estaba esperando en mi duermevela. Un sueño impaciente y superficial bajo la manta fina que lleva el nombre del hotel estampado en tinta verde: BOMEN. Hay algo de visibilidad en la habitación gracias a la luz del pasillo. Paredes desnudas. Con esta luz parecen de un rosa oscuro, pero de día adquieren un tono melocotón tan brillante que intoxica. Por encima de mi cabeza, una bombilla de bajo consumo pende del cable.

Suena un teléfono. En la otra cama, a escasos palmos de la mía, Godfrey contesta de inmediato, como si lo tuviera entre las manos en espera de esa llamada. Habla en kalenjin con un tono calmo y despierto y luego cuelga.

—Chris —dice en la oscuridad. Sabe que estoy despierto—. Ya sabes cómo es Chris. Quiere bajar a desayunar.

Mi despertador se arranca con un zumbido en la mesita de noche. Alargo un brazo y lo apago. Las cuatro de la mañana. Hora de levantarse.

Todo el hotel es un repiqueteo de ollas y sartenes y gente que habla. Algunos huéspedes estarán dando vueltas en la cama, pensando qué ocurre mientras comprueban la hora en el reloj. Echo a andar por el pasillo. En un extremo se agitan las hojas de las palmeras. En el rellano de la escalera me topo con Beatrice, parada entre las sombras, indecisa. Sonríe y sus dientes blancos destacan entre la piel negra.

—Vamos —le digo.

No contesta, pero me sigue escaleras abajo. En el comedor, los camareros están listos. Los han hecho saltar de la cama en plena noche y vestirse de camareros. No parecen contentos.

—¿Té, café? —pregunta el jefe de camareros, al tiempo que se nos acerca con una bandeja llena de tazas y teteras.

Los dos meneamos la cabeza. Me siento a la mesa. Beatrice también, de cara a mí. Fuera, en la calle, reina el silencio. Miro a Beatrice.

—¿Lista? —le pregunto.

Sonríe.

—Lo conseguiré —responde. Y asiente.

Japhet y Shadrack entran en la sala. Dos hombres jóvenes de veintipocos. Ninguno de los dos ha estado nunca tan lejos de casa. Japhet no hace más que exhibir su gran sonrisa dentada y nerviosa, mientras que Shadrack parece que acabe de ver, en todo momento, algo a la vez chocante e increíble, con los ojos clavados, casi salidos en la cara. El jefe de camareros ha llegado a su mesa con la bandeja.

—¿Té, café?

—Chai —contesta Shadrack, en voz tan baja que se ve obligado a repetirlo dos veces para que el camarero le entienda.

Japhet se limita a asentir. El camarero, encantado, sirve el té.

—¿Estáis listos? —pregunto.

Sadrack me mira con cara de confusión, como si le acabara de preguntar si se ha enamorado alguna vez.

—Estamos listos, sí —contesta Japhet con una sonrisa.

El camarero, ya embalado, nos trae a todos una bandeja de fruta. Shadrack, nervioso, toquetea su sandía con el tenedor y luego se la ofrece a Beatrice.

Después el camarero nos trae fuentes llenas de pan y huevos fritos. «Haced lo que queráis —nos dijo Godfrey anoche—, menos comer huevos para desayunar.» Miro a los demás.

—¿Os gusta comer huevos antes de las carreras? —les pregunto, pero ya se están dando el atracón. Decido no armarla, pero dejo el mío sin comer. Basta con dos rebanadas de pan con mantequilla. Me las como deprisa y regreso a mi habitación, en el piso de arriba.

Había planeado volver a dormir después del desayuno, pero estoy demasiado despierto, de modo que preparo mis bolsas y me quedo sentado en la cama. Parece que el pie está bien. Me lo froto para asegurarme, presionando con el pulgar en la planta, donde estaba la lesión. Saco un bote de Menthol Plus, una pomada que conseguí en la farmacia de Iten. Me froto el pie con ella, luego me pongo los calcetines y me vuelvo a quedar sentado en la cama. Respiraciones lentas y profundas. Al cabo de una hora llega el momento de irse.

El alba esparce una leve luz por el aparcamiento mientras permanecemos en torno al minibús, en espera de Godfrey. Lo he dejado en la habitación, peinándose. Aunque lleva el pelo rapado al uno, cada mañana dedica cinco minutos a peinarse. Los demás esperan en silencio, pacientes. Al fin aparece.

—Perdón, chicos —dice mientras abre de un tirón las puertas correderas del minibús.

Los más jóvenes del equipo, Japhet, Shadrack y Beatrice, suben a la parte trasera. Chris, Paul y Philip, corredores veteranos, se sientan en la fila intermedia. Como único *mzungu*, hombre blanco, se me concede el asiento delantero al lado de Godfrey, nuestro entrenador y conductor.

Avanzamos entre los baches del camino de salida para tomar luego la calle de tierra y al fin la carretera principal, asfaltada. La gente ya está despierta y camina de un sitio a otro azuzando sus cabras o cargados con grandes sacos cruzados sobre los hombros. Aunque ya van sobrecargados, los *matatus*, pequeños minibuses privados, se paran junto al bordillo para que se apretuje aún más gente en su interior. Ya está avanzando el día.

En nuestra furgoneta nadie habla. Godfrey toquetea la radio, aunque ya sabe que no funciona. Conduce por la carretera recta que discurre junto a la sabana, que se extiende, vasta y vacía, a un lado. Por el otro se ven barracas improvisadas, pequeños campos de maíz, tenderetes pintados con colores brillantes que anuncian compañías telefónicas.

Al cabo de unos veinte minutos llegamos a la puerta principal de entrada a Lewa, una reserva de vida salvaje de veintidós mil hectáreas, a unos doscientos setenta y cinco kilómetros de Nairobi. Poco a poco va entrando una larga cola de todoterrenos. Hay gente caminando por la cuneta. Nos sumamos a la cola de tráfico. Ahora la sabana se extiende a ambos lados y lo llena todo. Es el clásico paisaje africano. Llanuras secas de hierba, moteadas por acacias puntiaguadas.

Atrás, se ponen todos nerviosos de repente y señalan algo por la ventana.

—¿Qué pasa? —pregunto.

—Mira —dice Godfrey.

Señala a un lado, donde se ve un elefante plantado, quieto como una estatua, a escasos metros de distancia.

—¿Es de verdad? —pregunta Philip, al tiempo que asoma la cabeza por encima de mi hombro para ver mejor.

Avanzamos sorteando baches, entre las nubes de polvo que levantan los demás coches. El elefante ha espabilado los ánimos dentro de la furgoneta.

Godfrey empieza su discurso preparatorio.

—Vale, chicos. Ya estamos aquí. Sé que en este coche hay un ganador. Os habéis entrenado y ha llegado la hora de correr. Recordad que esto es un maratón. No empecéis demasiado rápido. Pero tenéis que permanecer en contacto con los que vayan delante. Sabéis que podéis hacerlo.

Godfrey detiene la furgoneta. Aunque apenas pasan de las seis de la mañana, hay cientos de personas apostadas detrás de una cuerda, empujadas por los guardias de seguridad. Corredores con pantalón corto y camisetas sin mangas, con los dorsales sujetos en el pecho, van circulando por la pista hacia la salida. Casi sin tiempo de darme cuenta, veo que todos han salido de la camioneta y han desaparecido.

—Han ido directos a la salida —me dice Godfrey—. Ve tú también, nos veremos allí.

Como empieza a hacer calor, me quito el chándal y lo dejo tirado en el minibús. Debajo llevo la camiseta amarilla. Mi número, el veintidós, va sujeto con imperdibles por delante. En la espalda, las palabras: «Iten Town Harriers.»

En la salida suena ya el zumbido de más de mil corredores. Entre la melé, distingo un grupo de camisetas amarillas, el resto del equipo. Están con mi esposa, Marietta, y Ossian, mi hijo de dos años. Mis hijas están por ahí, mirándolo desde los lados. Marietta me espera para sacar una foto de grupo.

Nos arrimamos todos. Godfrey no quiere salir en la foto, pero tiramos de él. Sin él no lo hubiéramos podido hacer. Se queda detrás, con la cara perdida bajo la penumbra del sombrero.

—Vale, gracias —dice Marietta, liberándonos de la pose—. Buena suerte.

Y tras eso, nos situamos. Nos damos la mano entre todos, pero ya no queda nada por decir. Ha llegado la hora. Meses de entrenamiento seguidos. Las salvajes llanuras de África ante nosotros. Esperando. Quietos. Nos sobrevuelan los helicópteros. El hombre del micrófono no lo dice, pero estamos esperando que unos leones se aparten del camino. Los helicópteros vuelan bajo por encima de ellos con la intención de obligarlos a moverse. Parece mucho tiempo para estar ahí parados. Estiro los brazos. Veintiséis millas. Cuarenta y dos kilómetros. Pero solo son números. Paso a paso. Inspiración a inspiración. La hierba puntiaguda desprende el calor de la mañana. Y entonces empezamos a contar. Cinco. Siento que al respirar me lleno de vida. Cuatro. La gente mira el cronómetro y se agazapa. Tres. Dos. Ya está. Uno. En marcha.

1

In my mind I am a Kenyan.

Eslogan de Nike

en los años ochenta

Corremos por la hierba alta y ondulada, disparados hacia la primera curva. Voy en cabeza, empujado por la estampida de piernas que me rodea y la rápida respiración de mis compañeros de colegio. Pasamos por debajo de las porterías de fútbol y damos la vuelta al llegar al muro de piedras que se levanta al otro lado del campo. La cosa se tranquiliza. Miro a mi alrededor. Llevo un niño pegado detrás de mí, pero los otros se han distanciado. Por delante alcanzo a ver el flameo de la cinta que señala el próximo giro. Sigo corriendo con el aire frío en los pulmones, los altos álamos tiemblan por encima de mi cabeza.

Abandonamos el patio del colegio y seguimos por un camino de grava que normalmente tenemos prohibido. El crujido de mis pisadas, ningún otro sonido. Un anciano que camina empujando una bicicleta se echa a un lado cuando paso. Sigo la cinta, de regreso cuesta abajo hasta los campos de juego para llegar a la meta. Acabo antes que nadie y me quedo esperando en pleno frío mientras los demás van llegando y se desploman, uno tras otro, al cruzar la línea. Los veo tumbados boca arriba, de rodillas, con las caras enrojecidas. Siento una euforia extraña. Es la primera clase de Educación Física en el colegio nuevo y nos han mandado a todos a correr campo a través. Nunca había intentado correr más de la longitud de un campo de fútbol y me sorprende que me haya resultado tan fácil.

«A él no le cuesta respirar», dice el profesor, usándome como ejemplo para los demás. Me dice que encaje las manos bajo las axilas para mantenerlas calientes mientras siguen llegando los demás niños.

Algunos años después, a los doce, el día del deporte batí el récord del colegio en los 800 metros, pese a que un grupo de niños intentó retenerme a empujones en la salida para ayudar a ganar a su amigo. Cinco minutos después corrí los 1.500 y también gané. Mi padre, al darse cuenta de que había un talento potencial, sugirió que me apuntase al club local de atletismo y buscó el número en el listín telefónico. Oí que hablaba con alguien por teléfono y averiguaba cómo llegar hasta allí. A partir de entonces, quedó trazado el rumbo: iba a ser un corredor.

Todo empieza una noche, de modo no muy propicio, al cabo de varias semanas. Me pongo los pantalones cortos y el chándal y cruzo el puente que separa nuestro barrio, en las afueras de la ciudad de Northampton, del centro comercial más cercano. El barrio está semidesierto, salvo por los compradores rezagados que salen del gigantesco supermercado de la cadena Tesco. Me dirijo a la escalera mecánica que lleva al aparcamiento y luego cruzo la calle hasta la pista de atletismo sin marcas donde se reúne el club de atletismo Northampton Phoenix. Es una noche fría y todos los corredores se apretujan en un pequeño portal, en un extremo de una gigantesca pared de ladrillo rojo. Dentro, las paredes del pasillo están pintadas de rojo sangre y recubiertas de pintadas procaes. Al fondo del mismo pasillo quedan los vestuarios, donde resuenan, por encima del burbujeo de las duchas, las risas estentóreas de los hombres. Digo mi nombre a una señora sentada ante una mesa pequeña.

En vez de mandarme directamente a la pista, como imaginaba, me llevan de vuelta por la carretera con un grupo de chicos de edades similares a la mía hasta la zona de entrega de mercancías del área comercial, un trozo de pista asfaltada con hangares de carga cerrados a un lado. Hay mucho lubricante vertido por el suelo. Un hombre con mallas y cortavientos amarillo nos hace cruzar la calle corriendo de un lado a otro, tocando cada vez el bordillo. Entre un sprint y el siguiente, nos manda hacer ejercicios como flexiones o sentadillas. Mientras me tiendo en el asfalto frío y duro, dispuesto a hacer unas sentadillas, empiezo a pensar que me he equivocado de sitio. Esto no es correr. Yo había imaginado grupos de ágiles atletas que corrían a toda velocidad por una pista. Seguro que mi padre se ha equivocado de club al llamar.

Tan convencido estoy de que esto no es el club de atletismo que me paso un año sin volver. Cuando al fin lo hago, me preguntan si prefiero entrenar en «el túnel», y doy por hecho que se refieren a la zona de carga del centro comercial, o salir a echar una carrera larga. Escojo la carrera larga y me mandan con un grupo de unas cuarenta personas. Esto ya tiene mejor pinta. Al echar a correr por los caminos de gravilla que serpentean entre los bloques de viviendas protegidas del este de Northampton, experimento por primera vez la sensación de correr en medio de un grupo. El cómodo fluir de las piernas al moverse por abajo, los árboles, las casas, los lagos que pasan flotando, la gente que se echa a un lado para dejarnos pasar. Aunque la mayoría de los demás corredores son mayores y bromean todo el rato, mientras me voy deslizando en silencio tengo una vaga sensación de pertenencia.

Paso los seis años siguientes, más o menos, como miembro devoto del club, corriendo carreras de pista o de cross al menos dos veces por semana. Paso la mayor parte de mis años de formación pisoteando caminos por ahí. Incluso cuando me dejo crecer el pelo y empiezo a tocar la guitarra en un grupo, sigo entrenando. Los demás corredores me ponen el mote de Bono. Una noche, hacia los dieciséis años, paso junto a una panda de amigos del colegio que regresan del pub. Estamos en la última milla de una larga carrera y vamos a todo ritmo. Mis amigos del colegio se me quedan mirando boquiabiertos al verme pasar a la carga y uno de ellos, incrédulo, grita: «¡Qué haces!», mientras yo desaparezco a lo lejos.

Tomo conciencia de la existencia de los corredores keniatas por primera vez mediada la década de 1980, en la misma época en que me apunto al club de atletismo. Parece que emergen de repente grandes cantidades de ellos en un mundo del atletismo dominado, según mi perspectiva, por el británico Steve Cram y el marroquí Said Aouita. Siento mucha admiración por esos dos grandes rivales, Cram con su estilo majestuoso de zancada alta y Aouita, más bajo, con sus muecas y ese movimiento de hombros, tan brillante en todas las distancias que van de los cortos y rápidos ochocientos metros hasta los diez mil.

Sin embargo, al llegar los Juegos Olímpicos de Seúl, hay keniatas por todas partes y ganan todas las medallas de oro en carreras de hombre de media y larga distancia, menos una. Lo que más me impresiona es su manera de correr. Según la sabiduría convencional, el método más eficiente, en particular para las distancias largas, consiste en correr a paso regular, y así se corre la mayoría de las carreras. En cambio los keniatas adoptan un enfoque más atrevido. Avanzan siempre a oleadas para luego frenar de repente o esprintar disparados a una velocidad de locura. Me encanta cómo se asombran los comentaristas de

la tele, prediciendo en todo momento que algún atleta keniatas va demasiado rápido, para descubrir a continuación que todavía puede acelerar más.

Recuerdo que vi la final del Campeonato del Mundo de cinco mil metros en el salón de nuestra casa de Northampton, en un caluroso atardecer de mediados de agosto, en 1993. Mi madre no hace más que entrar y salir para sugerirme que salga a sentarme al jardín. Es una tarde encantadora. Pero estoy enganchado a la tele. Antes de la carrera, el favorito es el campeón olímpico marroquí, Khalid Skah, pero las cámaras de televisión se centran también en un joven etíope llamado Haile Gebrselassie, ganador de los 5.000 y los 10.000 metros en el mundial júnior del año anterior. Ambos atletas aparecen juntos en la línea de salida y devuelven la mirada a la cámara. Sonríen con nervios cuando se anuncian sus nombres y muy de vez en cuando agitan una mano en un saludo que no parece dirigido a nadie en particular.

La carrera arranca a un ritmo atroz, con una sucesión de atletas africanos que, uno tras otro, avanzan como centellas para situarse en las primeras posiciones. Skah, que ya se ha enfrentado a los keniatas y los ha vencido en múltiples ocasiones, controla todos los intentos y se sitúa siempre a espaldas del líder. El único corredor británico, Rob Denmark, pronto ve que le van sacando ventaja.

Cuando quedan todavía siete vueltas, el comentarista de la BBC, Brendan Foster, se agota tan solo con mirar. «Qué carrera tan perversa», dice. Justo a continuación, un joven keniatas, Ismael Kirui, ocupa la primera plaza y en menos de una vuelta abre un hueco de unos cuarenta metros con respecto a todos los demás. Es un intento suicida, según opina Foster. «Solo tiene dieciocho años y carece de verdadera experiencia internacional. Creo que se ha dejado llevar.» Yo permanezco clavado en el asiento, gritándole al televisor cuando el realizador corta para centrarse unos momentos en la jabalina. Cuando regresa a la carrera, Kirui sigue delante. Vuelta tras vuelta, Skah y un grupo de tres etíopes lo persiguen pero no consiguen acercarse. La cámara se acerca a los ojos de Kirui, su mirada fija en el frente, alocada como la de un animal perseguido mientras sigue aumentando el ritmo. «Qué carrera tan salvaje», comenta Foster.

Kirui sigue llevando ventaja cuando suena la campana que anuncia la última vuelta. Al iniciar la recta final esprinta como si se jugara la vida, pero los tres etíopes llegan ya volando y acortan la distancia. Cuando solo quedan cien metros, Kirui mira hacia atrás y ve que Gebrselassie se le echa encima. Durante un breve instante todo parece detenerse. Ha llegado el momento, el último zarpazo mortal. Asustado, frenético, Kirui vuelve a mirar al frente y exige un nuevo esfuerzo a su cuerpo exhausto, sus piernas cansadas consiguen esprintar hacia la línea de llegada. La cruza menos de medio segundo antes que Gebrselassie. Pero lo ha conseguido. Ha ganado. Destrozado y apabullado, empieza a dar la vuelta de honor con la bandera de Kenia, una vez más, ondeando en señal de triunfo.

Esa misma tarde, me acerco a la pista para una sesión de entrenamiento con mi club de atletismo. Intento avanzar como Kirui, mirando directamente al frente, corriendo tan rápido como puedo desde el principio. Es uno de los mejores entrenamientos que he hecho jamás. Por lo general, si corres demasiado rápido al principio, te preocupa cómo te vas a encontrar más adelante. Notas en tu cuerpo la anticipación del dolor que se avecina. Lo usual es que eso te haga frenar. Lo llaman «coger el ritmo». Pero esa noche no me importa. Quiero desatarme y correr libre como un keniatas.

La noche que paso corriendo a tope con los ojos como platos por la pista tras haber visto a Ismael Kirui resulta ser una de mis últimas sesiones con el club de atletismo. Al cabo de poco más de un mes meto mis pertenencias en el coche de mis padres y me voy a Liverpool para empezar en la universidad. Aunque me apunto al equipo de atletismo de la facultad, sumido en el torbellino de la vida universitaria pronto pierdo la motivación para centrarme en el entrenamiento. Como la mayoría de los estudiantes en su primera juventud, me veo suelto en un mundo en el que todo es posible. Lo de correr parece pertenecer a una vida anterior, aunque nunca lo abandono del todo.

La medida en que he aflojado en los entrenamientos se hace patente cuando llegan los campeonatos universitarios de cross, en el siguiente mes de marzo. La noche anterior a la carrera me embarco en un viaje improvisado a Gales con tres amigos y al llegar la mañana me desplomo en la furgoneta del equipo en condiciones de hacer poco más que dormir. Si consigo terminar, será un milagro.

En Durham, a unos ciento sesenta kilómetros, el día es frío y ventoso. Me ato las zapatillas y sigo la rutina familiar de calentar y estirar, pero al empezar la carrera mis piernas, hundidas en el lodo espeso, renuncian sin presentar batalla. Correteo un poco, incapaz de obligarme a ir más deprisa. Termino en el puesto 280. Ciaran Maguire, mi buen amigo y rival de los tiempos de Northampton, llega el segundo. Apenas unos pocos años antes peleábamos codo con codo a lo largo de todas las carreras de cross del condado, hasta que él me adelantaba justo antes de la meta para quedar primero. Y allí estábamos, separados por casi trescientas personas. Lo veo después de la carrera. «Solo necesitas entrenar bien durante un año», dice para consolarme. Asiento, pero en el fondo sé que no va a ser así.

A lo largo de los años, he conocido otros casos como el mío. Antiguos corredores que, de vez en cuando, todavía sacan las viejas zapatillas y se ponen a dar vueltas al parque del barrio con la vaga esperanza de recordar qué se siente. Nos inscribimos en una carrera local de 10 kilómetros, o un medio maratón, decididos a recuperar la forma. Pero siempre se interpone algo —la vida, una lesión, la falta de dedicación— y dejamos de entrenar. Sin embargo, las ascuas se niegan a morir. Nos negamos a tirar nuestras viejas y mohosas zapatillas. Sabemos que podemos necesitarlas de nuevo, que la pasión por correr regresará.

Después de tener hijos se vuelve aún más difícil encontrar tiempo para entrenar, hasta que me las arreglo para conseguir un trabajo por mi cuenta, escribiendo reportajes sobre carreras para la revista *Runner's World*. Aunque no está muy bien pagado, le resta sensación de autoindulgencia al tiempo dedicado a correr. Ya no se trata de hacer algo por mí mismo, un mero esfuerzo por revivir el fervor perdido de la infancia. Ahora es un trabajo.

Gracias a los encargos habituales de *Runner's World*, durante los años siguientes empiezo a entrenar con más frecuencia, aunque con hijos de corta edad sigue resultando difícil salir más de dos veces por semana. Cuando bajo las escaleras al salir de mi despacho me encuentro a Marietta con el pequeño Ossian colgado de su cadera mientras ella se las arregla para preparar el almuerzo y mis dos hijas, Lila y Uma, se pelean a tirones por un libro entre alaridos. El jardín está descuidado, hay que sacar la basura y suena el teléfono. No es fácil decir: «Salgo un rato a correr una tirada larga. Nos vemos dentro de una hora, más o menos.» Así que, si bien empiezo a correr carreras con frecuencia, mis tiempos apenas mejoran. Corro mi primer medio maratón a los veintinueve

años en 1 hora y 30 minutos. Siete años después he corrido otros tres, exactamente en el mismo tiempo.

No hago más que decirme que algún día entrenaré a tope y correré rápido de verdad. No estoy seguro de lo que eso significa exactamente: ¿quizás un maratón en menos de tres horas? Pero van pasando los años. Cada vez que veo por la televisión que un atleta de más de treinta ganar una carrera, me digo que aún quedan esperanzas. No es que quiera lograr un objetivo específico. Solo pretendo evitar que un día, al mirar atrás, deba lamentar no haberme concedido nunca una oportunidad decente para ver hasta dónde sería capaz de llegar.

2

Así que vendimos la casa y huimos de la penumbra del verano inglés como una bandada de golondrinas migratorias.

Gerald Durrell,

Mi familia y otros animales

Estoy sentado en el coche, mirando por la ventanilla mientras nos dirigimos a una carrera de beneficencia de 10 kilómetros en Devon, cerca de casa. Es una mañana ventosa de septiembre y no me encuentro bien. Si no estuviera escribiendo para *Runner's World*, probablemente no correría. Consigo sentirme mejor al decidir que empezaré despacio y me dedicaré a disfrutar del paisaje. El trazado serpentea por los terrenos del precioso castillo de Powderham, entre ciervos y junto al estuario del Exe. Será agradable, para variar, contemplar lo que me rodea mientras corro. Al aparcar no tengo ni idea de que va a ocurrir algo que me obligará a repensar cómo enfoco las carreras.

Al llegar a la línea de salida parece que me olvido de mi malestar y, por puro instinto, serpenteo para colocarme delante. Por muy mal que me encuentre, no me puedo permitir empezar atrás de todo, con los que solo corren para pasarlo bien. Hay al menos mil personas en la carrera, pero la mayoría han venido solo a divertirse, o a participar en la recaudación a beneficencia. Lo de correr es solo una excusa. Para muchos se trata de charlar con los amigos, hacer un picnic en la hierba y experimentar la grata sensación de aprovechar una ocasión para salir.

Sin embargo, más adelante, cuando ya hemos terminado, se me ocurre que acaso, de un modo secreto, sea todo al revés. Al terminar, todo el mundo quiere hablar de la carrera. ¿Qué tiempo has hecho? No podía seguir. He arrancado demasiado deprisa. La gente reluce al contarse lo cansada que está, con los rostros sonrojados por el esfuerzo y las agujetas en todo el cuerpo mientras se vuelven a poner el chándal. En realidad, tal vez la excusa sea todo lo demás. Si se presenta con el disfraz de una reunión benéfica, con camisetas estampadas por equipos y con picnics, la gente encuentra una buena excusa para correr. De hecho, acuden en bandadas. Son mil personas y casi todos se sienten mejor al terminar. Quizá lo de correr sea en verdad la atracción principal. Una mujer, mientras nos sentamos en la hierba al terminar la carrera, me dice que le parece que correr es como emborracharse, pero al revés. Con la bebida, primero te sientes fantástico, pero luego empiezas a estar fatal. Al correr te sientes fatal al principio, pero al terminar estás fantástico. Parece mucho mejor así.

Cuando suena el disparo de salida, nos lanzamos adelante sobre la hierba. Voy cerca de los primeros al llegar al primer giro. Una curva cerrada nos lleva hasta el camino de gravilla que sube hacia el castillo. Mientras corremos, un hombre se coloca a mi lado y me pregunta cuál es mi marca personal. «No lo sé», le contesto. Cierto que hace unos cuantos años corrí los 10 en 47 minutos, pero estoy seguro de que ahora soy más rápido.

Resuenan nuestras pisadas en la entrada abovedada del castillo y luego por un pequeño patio. Mis hijas, Lila y Uma, están allí con mi suegra, Granny Bee.

—Ahí está —les advierte, al tiempo que me señala entre un mar de camisetas de beneficencia—. ¡Vamos, Dhar! —exclama.