



www.loqueleo.com/es

© 2019, Jorge Gamero

© De esta edición:

2019, Santillana Infantil y Juvenil, S. L.

Avenida de los Artesanos, 6. 28760 Tres Cantos (Madrid)

Teléfono: 91 744 90 60

ISBN: 978-84-9122-347-4

Depósito legal: M-2.955-2019

Printed in Spain - Impreso en España

Primera edición: abril de 2019

Directora de la colección:

Maite Malagón

Editora ejecutiva:

Yolanda Caja

Dirección de arte:

José Crespo y Rosa Marín

Proyecto gráfico:

Marisol del Burgo, Rubén Chumillas, Rosa Marín, Julia Ortega
y Álvaro Recuenco

Cualquier forma de reproducción, distribución,
comunicación pública o transformación de esta obra
solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares,
salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO
(Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org)
si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

**TOKIO EN
EL CORAZÓN**

**JORGE
GAMERO**

loqueleg

Primera fase

Adrenalina

Kilómetro 1

Cuando corro, me siento libre. Tonifico el cuerpo y lo mantengo en forma. Correr me ayuda a despejar mi mente. Mis mejores reflexiones, las respuestas espontáneas a tantas preguntas difíciles las encuentro mientras corro. O, al menos, eso me parece, porque después de cada carrera noto que mis ideas fluyen mejor.

9

Me gusta correr desde niño y en el colegio siempre destacaba. Me apuntaba a las carreras largas porque eran las más difíciles y mis opciones de victoria aumentaban, ya que a la mayoría de mis compañeros todo lo que fuera correr más de cinco kilómetros les daba mucha pereza. Gané un montón de campeonatos escolares y empecé a apuntarme a carreras organizadas por las comisiones de fiestas del barrio, por el ayuntamiento e incluso por la federación de atletismo de la comunidad. Y seguí ganando carreras y más carreras. No me da vergüenza reconocerlo, con diez años empecé a anotar en un Excel todas las pruebas que corría, las distancias, los tiempos que invertía y la posición en la que terminaba cada una de ellas.

Y un buen día, mis padres me regalaron la película *Forrest Gump*, lo que no hizo más que confirmar mi afición por correr y correr sin desmayo. Pero, bueno, de *Forrest Gump* ya hablaremos en otro momento.

Aparte de que es evidente que el deporte es bueno para el cuerpo y la mente –*mens sana in corpore sano*, nos enseñaron los profesores de Latín que decían los sabios clásicos–, y que siempre me ha ayudado a pensar, como decía antes, hay otras muchas sensaciones agradables sin más, que no tienen más repercusión que el puro placer.

10

Me gusta sentir la tensión de todos los músculos de las piernas en la zancada, en especial los gemelos, los rectos anteriores y los bíceps femorales. Es una sensación de potencia, de poder. La sensación de que soy capaz de llegar al otro lado del mundo solo con mis piernas y mi obsesión por marcarme metas. La primera vez que terminé una media maratón me sentí un héroe, y ya desde el primer momento quise probar la maratón completa, pero solo tenía quince años y me recomendaron que esperase. Me encanta sentir el cosquilleo del sudor acariciando mi columna vertebral, notar cómo las gotas resbalan poco a poco hasta llegar a la zona del sacro. Las gotas de sudor salado por las sienes y la frente, que, al principio, cuando apenas llevo media hora corriendo se detienen y se agolpan en las cejas, pero que, cuando paso de la hora, no encuentran obstáculo y resbalan por la cara hasta llegar a la boca. Entonces, con la respiración acompasada al ritmo tembloroso de los labios, salen expelidas hacia delante. Me hace sentir enérgico notar el ritmo de los latidos del

corazón en el cerebro. Y, cuando me acerco a la superación de una nueva marca, y miro mi cronómetro, acelero y me pido un poco más a mí mismo. Tengo la absoluta convicción de que lo voy a conseguir. Treinta segundos menos, un minuto menos y ese día no necesito nada más para ser feliz. Bueno, algunas veces no lo consigo. Un pequeño resfriado, un día lluvioso o con mucho viento, algo que me preocupa especialmente hacen que me quede por debajo de la marca, treinta segundos, un minuto, cinco minutos incluso y ese día estoy de mal humor.

11

Como el día en que a Ana le dijeron los médicos que tenía que dejar de correr. Voy trotando solo por el parque y la tristeza al recordarlo me aleja de la marca. Como aquellos días con lo de Ana, en que las marcas me importaron un bledo.

Kilómetro 2

12 Nunca olvidaré aquel sábado de las votaciones de los comités internacionales para decidir la sede de las olimpiadas de 2020. Yo tenía catorce años y soñaba con unas olimpiadas en mi país y, por supuesto, con participar en ellas. Las segundas, claro, porque sabía que ya hubo unas en Barcelona, en 1992, y todo el mundo nos había contado que fueron maravillosas, pero yo aún no había nacido. Y, como soñar es gratis, el sueño lo redondeaba con mi imagen entrando en el estadio en la prueba de maratón y consiguiendo una medalla, de oro, claro, que para eso era un sueño. Cruzaba la meta, levantaba los brazos, alzaba la mirada al cielo y terminaba estirándome boca arriba con la respiración acelerada, los ojos inundados de lágrimas y una sensación de éxtasis como en las películas. Enseguida se agolpaban los periodistas que lanzaban sus frases, alguien de la federación me acercaba una bandera y, al poco, volvía a levantarme, saludaba a los otros dos medallistas y daba la vuelta más bonita de mi vida al estadio olímpico.

Pero el resultado de las votaciones nos fue adverso ya en la primera ronda de votos y la sede ganadora fue

Tokio. Nos quedamos helados y en silencio al escuchar a un señor muy serio, Jacques Rogge, como si a él también le apenase aquel veredicto. Al ver las imágenes de la gente que había concentrada en la puerta de Alcalá de Madrid, que llevaba allí horas esperando y confiada en la victoria, a mi madre se le escapó alguna lágrima. Unos jóvenes empezaron a insultar al Comité Olímpico Internacional y mi padre rompió el silencio diciendo: «No, eso no, hay que saber perder, tenemos que dar otra imagen al mundo...». Y yo estaba de acuerdo con mi padre, el espíritu olímpico nos obligaba a felicitar al contrincante, pero, en realidad, por dentro me embargaban la rabia y la impotencia. Un rato después de escuchar a los locutores intentar explicar por qué Japón y no España, de ver como la gente en Madrid lloraba y volvía a sus casas con la bandera a cuestras, mi tía Paquita, como de costumbre, ponía cordura con una de sus frases socarronas y zanjaba el tema.

—¡Bueno, ya está! ¿Que hay que ir a Tokio?, pues a Tokio, cuando vean la de medallas que vamos a ganar aún se les quedará más cara de estreñidos... ¡Juanito, tú a entrenar!

Entonces mi padre cambió de canal y cada uno se fue a lo suyo. Yo me encerré en mi cuarto y me puse a navegar por internet y a buscar todo lo que había sobre Japón y Tokio, sobre su sede olímpica y sus atletas.

Los días siguientes todo eran lamentos y críticas y una guasa y una de chistes con el inglés que hablaron los políticos que te partías de la risa. Entonces yo no entendía muy bien por qué tanta saña, ahora sí que lo entiendo,

porque los políticos no saben comportarse con espíritu olímpico y siempre están con el insulto en la boca. Bueno, casi todos. Solo algunos honran con su respeto una profesión tan difícil.

14

Al final de esa semana digerimos la noticia de que no íbamos a tener olimpiadas en nuestro país y nos pusimos a aprender cosillas en japonés y a entrenar tres veces por semana juntos. Tres tiradas de carrera continua, una por día, en el estadio del club. Una de cinco kilómetros en veintidós minutos los lunes, otra de diez en cuarenta y cinco minutos los miércoles y otra de doce kilómetros en una hora los viernes. Y, durante un tiempo, no hicimos otra cosa que hablar de Tokio hasta que una tarde se sumó Esteban a los entrenamientos y empezó con su rollo de que estábamos locos. Solo faltaban siete años y con veintiún años nosotros no íbamos a estar preparados para una olimpiada, bueno, ni preparados ni no preparados, sencillamente no íbamos ni a conseguir marca para participar. La maratón era una prueba de héroes y nosotros solo éramos dos tortolitos con mallas. Además, no podíamos entrenar juntos porque Ana tenía que llevar una preparación y yo otra muy distinta si queríamos competir a ese nivel.

En realidad, Esteban tenía razón en varias cosas, los tiempos y las marcas eran muy distintos entre mujeres y hombres maratonianos, estábamos muy lejos aún de correr siquiera una media maratón y teníamos que llevar una preparación de alto nivel por separado y, a lo sumo, correr un día juntos con un ritmo asequible a los dos, que

entrarse en un mínimo común y el resto, cada uno por su cuenta con un entrenador distinto. No podíamos ir por libre y aspirar así a algo.

En lo que también tenía razón Esteban era en eso de que éramos unos tortolitos, pero ahí no podía engañarme porque siempre supe que a él también le gustaba Ana.

Kilómetro 3

16 Un día, al terminar la clase, me quedé a hablar con Alberto, nuestro profe de Educación Física, que se ponía de los nervios cuando decíamos gimnasia, como en los años de María Castaña se la llamaba en los colegios.

—Profe, quiero correr maratón, quiero prepararme para los juegos olímpicos...

Alberto empezó a partirse de la risa antes de darme su opinión.

—A los juegos olímpicos..., ya..., supongo que a los de Tokio, los del *relaxing cup of café con leche in the Plaza Mayor...*, que tienes catorce años y a los de Brasil de 2016 no llegas...

—Sí, claro, a los de 2020, entonces tendré veintiún años...

Alberto me debió ver tan seguro que cambió el gesto y empezó a hablarme en serio.

Me dijo que tenía cualidades, que si ya entonces era capaz de hacer el kilómetro en cuatro minutos y medio, podría dedicarme al fondo. Pero que había escogido la prueba más dura, que siete años por delante para algo

tan grande como unos juegos era un plazo de tiempo suficiente pero justo, como para no dormirse, que entrar en unos juegos por marca ya iba a ser superdifícil, que para ello iba a tener que ser campeón de España, por ejemplo, o tener marca del año como mínimo, estar entre los primeros a nivel europeo y mundial, la leche, Juanito...

—¿Quieres seguir a pesar de todo?

—Claro, profe, un maratoniano no se rinde, si me he quedado para explicártelo es por algo...

17

Alberto, viendo que yo no me amilanaba, aún mantuvo un tono más serio, casi de preocupación y siguió dándome su opinión.

—Pero, Juanito, yo poco te puedo ayudar, para eso tienes que entrenar como una bestia y en un centro de alto rendimiento. Lo único que puedo hacer es acompañarte a ese centro y presentarte a algún colega. Que te hagan unas pruebas y todo eso y, luego, seguir apoyándote en lo que necesites, claro. Incluso, si quieres, puedo salir a correr contigo de vez en cuando.

—¿Harías todo eso por mí? ¡¿Y te parece poco...?!

—Otra cosa, ¿tus padres lo saben? ¿Has hablado con ellos? Primero deberías hacerte un reconocimiento médico, en el centro te lo harían, claro, y ver si tus condiciones físicas son óptimas, que seguro que sí. Porque creo que los chicos de tu edad no corren maratones, o no deberían...

—No hay problema, lo que haga falta, además, ya he corrido y ganado más de veinte carreras...

—Sí, claro, pero eran croses de diez o doce kilómetros, chaval..., y tú me estás hablando de una maratón, cuarenta y dos kilómetros, ciento noventa y cinco metros...

—Pero puedo empezar por la media maratón y en poco tiempo correr la distancia larga.

—Eso es otra cosa, pero ya te lo dirán, tienes que ir paso a paso.

—¿Cuándo me acompañas entonces?

18 —Cuando quieras, pero que vengan tus padres también.

—No habrá problema, mi padre también era corredor... aficionado.

—Como tú...

—Sí, pero yo quiero llegar a ser profesional.

—Vaya, Juanito, te veo lanzado.

—Sí, profe, la verdad es que me encanta correr, y quiero romper todas las marcas.

—Bueno, ya te he dicho que hay que ir pasito a pasito. Los cuarenta y dos kilómetros aún te quedan lejos, y las dos horas y tres minutos, ni te cuento...

—¿Esa es la marca?

—¿La marca? ¡Ese es el récord de todos los tiempos, criaturita!

—Un negro, seguro...

—No hables así, Juanito, empieza por tener espíritu deportivo; un keniano, Patrick Makau, creo, lo batió en Berlín hace un par de años.

—No era para ofender, era para entendernos...

—¿Para entendernos? Hay que hablar con respeto y más en el mundo del deporte. Atleta de color, aunque es un eufemismo que no me gusta, un keniata, en definitiva, que es negro, por supuesto, y que debe ser un máquina... No he vuelto a saber nada de él.

—Bueno, profe, como tú dices, vamos pasito a pasito. ¿Cuándo me llevas al centro ese?

—Si vienes con tus padres, por mí mañana mismo puedo acompañaros, aunque mejor espera a que hable con mi amigo y te cuento.

Me había pasado la media hora del recreo hablando con Alberto, así que ya no me daba tiempo a comerme mi sándwich y mi manzana de todos los días. Pero la emoción y la euforia que sentía por dentro me taponaban el estómago. Solo me importaba competir, ponerme a prueba, correr la distancia cuanto antes para saber de dónde partía, sudar la marca. Y entrar en ese centro para atletas profesionales. Pero, de repente, pensé: «¿Me aceptarán?». No se lo había preguntado a Alberto. Para entrar en ese centro de élite habría que superar unas pruebas y, quizás, pagar mucho dinero. Estaba claro que ser atleta olímpico no iba a ser nada fácil.