

JOSÉ ANTONIO MARINA



es@lavanguardia.es

crear

ENTRENARSE

Por alguna razón que desconocemos –o que yo al menos desconozco– hay imágenes que la memoria guarda celosa y perseverantemente. Estos días he recuperado una de ellas, sin poder explicarme por qué se ha conservado. Me veo niño, leyendo en un jardín un libro ilustrado sobre las Olimpiadas. Sin duda, debió de parecerme maravilloso, pero de él sólo recuerdo una frase rotunda: “El ser humano nunca podrá correr los cien metros en menos de diez segundos”. Ese era nuestro límite de velocidad. Durante muchos años fue verdad. Hasta 1972 no se consiguió traspasar esa barrera.

Hace unos días, el jamaicano Usain Bolt los ha corrido en 9'69", una marca que ha dejado estupefacto al mundo entero. ¿Qué ha sucedido? ¿Por qué aquellas predicciones han resultado fallidas? ¿Ha cambiado la fisiología del ser humano? No. No han ocurrido cambios genéticos, ni casuales ni diseñados. Lo que ha habido es un modo más sabio de utilizar las posibilidades humanas. Lo que ha cambiado es la forma de entrenarse. Y esto es un asunto que merece una profunda reflexión filosófica, educativa y social.

Recupero ahora otra imagen de otras Olimpiadas. Durante las celebradas en México (1968), los que presenciábamos las pruebas de salto de altura no dábamos crédito a nuestros ojos. Un atleta, llamado Dick Fosbury, había hecho una cosa rarísima, casi extravagante. En vez de hacer el rodillo ventral sobre el listón, había saltado de espaldas. Lo nunca visto. La inteligencia de este atleta había

cambiado el modo de utilizar sus capacidades físicas. De nuevo, el entrenamiento. Ahora todos los saltadores utilizan su estilo.

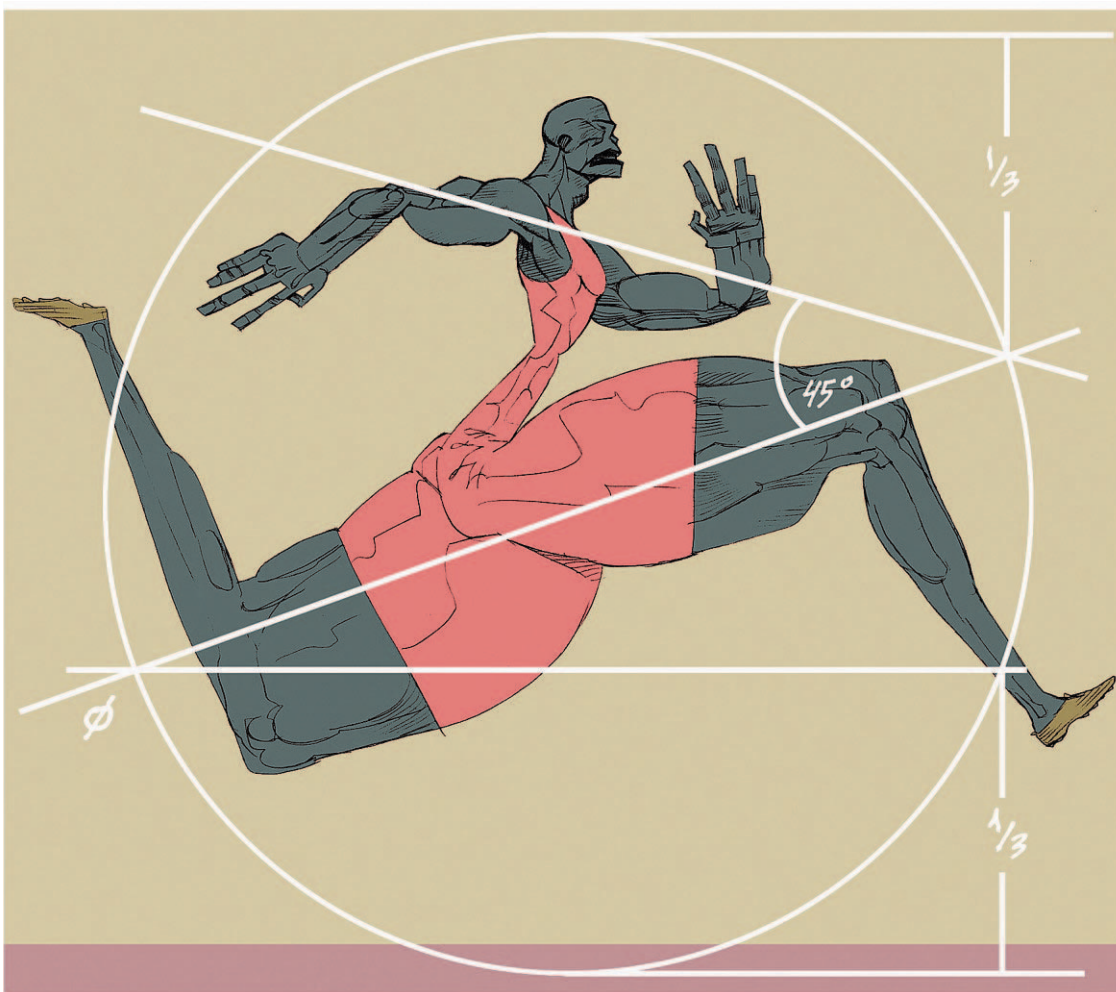
Entrenarse es una de las exclusivas humanas. Los animales se ejercitan, que es otra cosa. Entrenarse consiste en fijarse una meta y trabajar con los recursos que se tienen para conseguir alcanzarla, lo que acaba cambiando esos recursos. Es una ampliación de posibilidades. Y por eso me parece maravilloso, y necesario en cualquier actividad. Paul Valéry, uno de los grandes poetas franceses del siglo pasado, pensaba escribir un libro exponiendo su filosofía. Se iba a llamar *Gladiator*, y en el mantenía que toda ciencia, arte o técnica

CONSISTE EN FIJARSE UNA META Y TRABAJAR CON LOS RECURSOS QUE SE TIENEN PARA CONSEGUIR ALCANZARLA

debía aprender de la gimnasia. Estoy de acuerdo. Creo que los grandes entrenadores son las personas que saben más de pedagogía práctica, por eso deberíamos aprovechar su experiencia en las escuelas. Conocen lo que hay que hacer, pero saben que quienes tienen que hacerlo son sus atletas. Corre de su cargo fijarles las metas, guiar su

progreso, y animarles a esforzarse. Desde hace mucho tiempo recomiendo a mis colegas –maestros y profesores– que se consideren entrenadores en su disciplina. Entrenadores en matemáticas, lengua, inglés o ética. Esto cambiaría el sentido de la enseñanza. Lo importante no es que el profesor demuestre sus conocimientos, sino que el alumno desarrolle sus capacidades o cree capacidades nuevas. No me cabe duda: el entrenamiento –físico, intelectual, moral– es lo que nos ha separado de nuestros primos animales.

Me encantaría que en las próximas Olimpiadas alguien nos contara la gran aventura humana del deporte, no sólo su espectáculo. Ese progreso continuado, costoso y liberador, que se consigue sometiendo la realidad a un proyecto ideal, constituye nuestra gran historia, de la que el deporte, que ha dejado de ser modelo en tantas cosas, podía convertirse en símbolo. El entrenamiento previo es el verdadero milagro de las Olimpiadas. ■



Raúl