



El rival es el mejor maestro

Cristian López
Guatemala



Quando era niño no pasó por mi mente llegar a un alto rendimiento deportivo y representar a mi país en eventos de talla mundial. El deporte abre oportunidades para la juventud. La región centroamericana tiene un alto potencial aún sin explotar. Alianzas público-privadas, la enseñanza de la educación física desde edades tempranas y el fortalecimiento de más disciplinas deportivas podrían ser claves para que Centroamérica aproveche todos los beneficios que la actividad deportiva traería a su población.

* * *

Crecí como un niño y adolescente promedio en un área rural, con pocas expectativas ante la vida. Traté de estar involucrado en el deporte desde pequeño, practicando karate, pues tenía un entrenador exigente: mi papá. En la mayoría de los entrenamientos exigía lo mejor de mí de una manera poco ortodoxa, peleando con personas más grandes (en edad, peso y experiencia).

Recuerdo el campeonato clasificatorio a los Juegos Olímpicos de Beijing, en 2008, que se realizó en la Ciudad de Guatemala, tenía 13 años, y pude ver a figuras mundiales del boxeo. En esa oportunidad clasificó el guatemalteco Eddy Valenzuela lo que representó para nuestro país una verdadera fiesta. En esa competencia pude observar a varios atletas de la selección de Guatemala a quienes admiro.

Tiempo después, en un evento en el que participaban varios atletas federados no se presentó uno de los competidores y necesitaban un relevo de último momento. Se requería un peleador y mi papá que conocía mi potencial me animó a subir al ring. Tuve un buen rendimiento y ese fue el punto de partida de mi carrera como atleta, no era tan bueno, sin embargo, estaba acostumbrado a ir al frente sin importar nada, me dejaba llevar por el momento, decidí creer en mí.

Uno de mis primeros sueños fue ser campeón nacional en mi categoría y cuando lo logré, pensé que todo sería mejor y podría representar a mi país, pero eso no era suficiente y seguí insistiendo durante dos años más.

Creo que el deporte en realidad te abre no solo las oportunidades específicas de una disciplina, sino también es un instrumento para formar tu carácter y estilo de vida. Se viven muchas sensaciones, en dos horas de entrenamiento o competencia te vuelves vulnerable, fuerte, con miedo, fracasos, dominas el miedo, te vuelve a dar miedo, hay mucho dolor, euforia, dejas de creer, tienes que cambiar de dirección, aprendes a tomar decisiones bajo una gran presión en donde dominar tu mente y cuerpo van de la mano, te dan ganas de llorar o te sientes el rey del mundo, similar a lo que vives años más tarde en una vida frente a una sociedad exigente.

El deporte te ayuda a fijar metas, a desarrollar las inteligencias múltiples y a ser disciplinado. En nuestra región son muchos los niños y jóvenes que viven en entornos violentos; con familias que subsisten de pequeños negocios informales, sin mayores aspiraciones que comercializar productos en las calles. Sin embargo, cuando desde temprana edad se practica una actividad deportiva, los niños y jóvenes tienen la oportunidad de salir de estas comunidades, de ver otras realidades, de tener aspiraciones profesionales y de estudiar. El deporte abre nuevas oportunidades de vida para la juventud.

En mi caso, mientras continuaba mi carrera como boxeador en la medida en la que iba cumpliendo mis expectativas, mis retos se volvían cada vez más exigentes. Me costó algunos años darme cuenta de los cambios que estaba experimentando porque estaba acostumbrado a vivir el día a día; pero en un momento reflexioné y era enorme la experiencia que tuve desde entrenar con las personas que admiraba, subirme en un avión con ellos y viajar a competencias en diversas partes del mundo y pelear, incluso, con uno de los mejores del mundo como sucedió en el Campeonato Mundial Juvenil realizado en Armenia.

El boxeo te enseña que nada es fácil que tienes que estar dispuesto a pagar el precio por estar arriba. En el ring solo están tú y tu rival, durante al menos de 12 minutos, cuando bajas del ring sientes que todo ocurrió muy rápido; tal como pasa en la vida. Tienes que dar lo mejor de ti o se te pasa el tiempo.

Uno de los aspectos más valiosos en este recorrido son los amigos que me ha dejado el deporte; en mi caso, las personas que más aprecio fueron mis rivales en el ring y aprendí de ellos todos los días, me mantuvieron en constante crecimiento, fueron personas que sacaron lo mejor de mí, me enseñaron a conocerme y a darme cuenta de que podía hacer mucho más de lo que yo pensaba. Cuántas veces lloré y me albergó un sentimiento de impotencia al pelear con ellos. La frustración me hizo pensar, en varias ocasiones, en dejar todo y renunciar o como dicen en el boxeo "tirar la toalla". Pero luego entendí que mis rivales me enseñaron a darme cuenta de que si quería vencerlos necesitaba más que el entrenamiento, el secreto estaba en creer en mí. Con el paso del tiempo y de una manera casi imperceptible, pasé esa línea y logré cumplir la meta de participar en competencias de alto nivel.

Estar en un podio representa un par de segundos de éxtasis, pues has pasado un largo proceso y muy pocos saben todo lo que hay detrás de esa medalla, pero eso es algo que solo entiende el atleta y su equipo. Para muchas personas solo será una medalla más, un número, pero para el atleta es una representación personal de logro, es algo que te demuestra que puedes hacerlo, que lo lograste y que cuando lo traes a memoria vuelves a vivirlo, puedes trasportarte al lugar y sentir esas sensaciones de emoción y euforia que te recuerda que puedes hacer o lograr cualquier cosa, y que el miedo o tu rival sólo es parte del proceso.

La vida es un aprendizaje constante y durante mi carrera como atleta se presentó la oportunidad de ser entrenador de boxeo en una zona de riesgo del país, con un grupo de jóvenes que tenía que ir a llamar a sus casas para luego entrenar en la calle y prepararlos para enfrentar a un rival aún más grande que un boxeador peso completo: la delincuencia, violencia, drogas y la pobreza. Todo un contexto que limita las oportunidades para jóvenes que tienen sueños y anhelos, pero que esas circunstancias se los arrebató.

Yo comencé mi preparación como entrenador cuando aún era un atleta activo, creo que eso fue fundamental para que los jóvenes a los que guiaba se identificaran conmigo, porque me veían con la habilidad de hacer lo que estaba enseñando, y eso es esencial para cualquier pedagogo en el área que sea: ser el ejemplo. No obstante, sé que el conocimiento práctico no es suficiente para guiar una buena formación, se requiere conocimientos de diferentes ciencias, como deporte, psicología, pedagogía, didáctica, matemáticas, biología, entre muchas más, pero creo que lo fundamental es el humanismo en el entrenador, quien tiene una gran oportunidad de impactar la vida de quien está en el proceso.

La región centroamericana tiene ante sí una gran oportunidad para el desarrollo del deporte y creo que las alianzas público-privadas son claves. Los gobiernos deben tomar seriamente el desarrollo de la educación física, especialmente, en las instituciones públicas porque si bien es cierto, el tema está en los currículos nacionales y en las planificaciones, los docentes del área han perdido la chispa para ejecutar su labor de una manera efectiva. Lamentablemente, en muchas escuelas de la región, la enseñanza de la educación física solo tiene un enfoque lúdico sin objetivos para el desarrollo de las habilidades de sus estudiantes en el área deportiva.

El trabajo de la educación física en las escuelas es clave para la formación de los atletas de cada país porque a temprana edad es cuando se pueden fortalecer las habilidades de todos aquellos niños que tienen potencial de convertirse en deportistas de alto nivel. Si no se aprovecha este tiempo, especialmente, en los primeros años de escolaridad, es más difícil la incorporación de estos niños en los entrenamientos de mayor nivel.

En el 2015, decidí enfocar mi trabajo en entrenamientos para jóvenes, buscando entrar a competencias nacionales, pero no tomé en cuenta varios factores en esa edad objetiva que rondaba entre los 15 a 18 años, este equipo presentaba características comunes, como agresividad, ser integrantes de pandillas, adicciones, involucramiento en hechos vandálicos, malos hábitos, entre otras cosas.

Sabía que si no demostraba mi liderazgo ante ellos podía caer en algunas manipulaciones e intimidaciones y no causar el impacto esperado. Era un gran reto, pero traté de no hacer un juicio sobre ellos en los primeros días de entrenamiento, aunque sabía cuáles eran los primeros aspectos por mejorar. Después de dos semanas, decidí comenzar a establecer reglas como la puntualidad.

Durante esas dos semanas identifiqué quiénes eran los líderes del grupo y quiénes eran los responsables, como también el más impulsivo, el negativo, entre otros. Fui abordando de mejor manera a los líderes y responsables, a conocerlos mejor; a saber, dónde vivían, sus condiciones, si estudiaban o

trabajaban; algunos me dijeron que trabajaban de ayudantes en los buses; otros, que distribuían drogas y otros que solo estudiaban, pero tenían liderazgo y ellos me tenían que apoyar a lograr buenos resultados, pues el boxeo no es un deporte individual como muchos creen, es un trabajo de muchas personas detrás de un boxeador.

Solo con interesarme un poco por ellos y sin darme cuenta ya había avanzado mucho, ahora entiendo que son pocas las personas que en sus vidas se habían acercado a preguntar en verdad por ellos. Nombramos a tres encargados que pasaran llamado a cada uno a su casa, eso porque el lugar de entrenamiento quedaba fuera de su barrio y se mantenían en constantes enfrentamientos con otros barrios. Aquí entra la estrategia desde cómo llegar al lugar de entrenamiento hasta cómo irse de regreso a su barrio.

Recuerdo que cuando llegaban a entrenar lo hacían bajo los efectos de marihuana y no te enseñan a tratar con adicciones en los cursos de entrenador, pero mi papá es alcohólico y sabía lo difícil que es una adicción para una persona.

Obviamente, la baja autoestima, el contexto en el que se desenvuelven, la desintegración familiar y la violencia afectaban en su conducta y aún no había logrado que se identificaran con el boxeo. A medida que le encontraban el sentido al deporte y a la disciplina que este requiere, se les exigía la buena presentación, iniciando por el lugar de entrenamiento pues llegaban a entrenar con pantalones bajos, camisas con diseños de marihuana, gorras y aretes. Esto fue uno de los primeros avances, todos los días se evaluaba la presentación al iniciar entrenamientos, si llevaban ropa adecuada, algunos llevaban otra ropa, y antes de entrar al salón de entrenamiento se cambiaban y se quitaban las gorras y los aretes. Es importante el respeto por el lugar de entrenamiento, allí arranca todo.

En una ocasión al comenzar el entrenamiento escuché lo que pensé eran fuegos artificiales, tradicionales durante el mes de diciembre en mi país; pero al salir a la puerta vi a varias personas ensangrentadas que salían de los callejones, se trataba de una balacera. Inmediatamente corrí y resguardé a todos los jóvenes y niños que estaban entrenando en las instalaciones; cerré la puerta y entre gritos y jalones di instrucciones de que todos se quedaran en el suelo y continuaron los disparos. De verdad estaba asustado, pero al ver la cara de los niños y jóvenes éstos se reían de lo que estaba pasando, eran indiferentes; eso en cierta manera me tranquilizó, pero luego me preocupó porque entendí que ellos veían esos hechos con normalidad.

El deporte salva vidas, te lo digo yo, Cristian, quien solo es un entrenador pero lo ha vivido en carne propia y lo he visto, de todo este equipo varios fueron campeones nacionales y gracias a ellos recibí el premio al mejor entrenador por dos años consecutivos, por la Federación Nacional de Boxeo (2015-2017); pero

los reconocimientos y las medallas al final quedan en el olvido; lo realmente importante es cuántas vidas se van transformando, no solo siendo atletas sino venciendo a sus grandes rivales, la delincuencia, las drogas, el contexto y a sí mismos, ahora me enorgullece ver a muchos de mi equipo siendo jóvenes productivos, trabajando en restaurantes, en bancos, en diferentes empresas, siendo emprendedores y con grandes sueños, eso es lo que mi región necesita, personas que buscan la excelencia, que tras de sus sueños, con valor, con amor, pero sobre todo con mucho humanismo.

Centroamérica debe apostarle al deporte para su desarrollo. La región tiene una capacidad enorme para deportes de tiempo y marcas; y de combate. Creo que por las características de su población habría grandes oportunidades para desarrollo de disciplinas como el remo, el canotaje y la marcha. Se deben crear escuelas con entrenadores locales y normativas adaptadas a las características propias de la región. Con lo anterior quiero decir que muchos de los entrenadores son extranjeros y ellos intentan imponer normas que se ajustan más a las características físicas y geográficas de sus países de origen; pero en nuestra región tenemos unas condiciones propias que deben regir el tipo de entrenamiento y sus condiciones.

Nuestra región también tiene la posibilidad de ser sede de competencias como los Juegos Centroamericanos y del Caribe o de competencias mundiales de disciplinas particulares. Especialmente, las capitales centroamericanas tienen infraestructura para poder albergar competencias deportivas en las que participen miles de atletas.

El potencial deportivo de la región centroamericana es enorme, a través de él la juventud podría salir de entornos violentos y encontrar oportunidades que les permitan mejorar su calidad y nivel de vida. En nuestras manos tenemos un gran tesoro que debemos aprovechar, es el momento de hacerlo.