

El arte de correr

Pintemos el cuadro de nuestra vida corriendo juntos.



22/08/2016 - Juan Solbes. Runners's World

Esta mañana, en lugar de ponerme a pintar un cuadro o realizar una bonita escultura, en lugar de coger mi cámara de fotos e intentar plasmar mis emociones en una bella imagen, en lugar de bailar una extraordinaria danza para expresar toda la pasión que esta vida me transmite o en lugar de componer una hermosa canción con mi guitarra, **he salido a correr** con mi amigo Miguel y me he permitido **expresar toda la emoción, la belleza, la pasión y la particular visión del mundo** que ahora mismo tengo, **en una maravillosa creación que ha durado una hora y diez minutos.**

Quizá esta actividad que he realizado esta misma mañana, con toda su belleza, solo la disfrute yo, pero he tenido la oportunidad de contemplar la gran obra de arte que ha hecho mi amigo Miguel.

Miguel es un maestro artesano del arte de correr. Con sus setenta y cuatro años sigue pintando grandes momentos de su vida y expresando su capacidad, habilidad, talento y experiencia a través de una actividad que lleva más de treinta años practicando. Si tuviera que expresar mi opinión a través de sus obras, valorando la técnica que utiliza, su oficio, destreza y resultados, me atrevería a decir, sin temor a equivocarme y con toda la subjetividad de la que soy capaz, que es el Courbet de la pintura realista en el correr, ya que realiza un arte objetivo, basado en su propia experiencia de la vida que le rodea entre los corredores populares.

Correr a su lado es sentir la pasión que pone en cada momento de su obra, es disfrutar de ver cómo utiliza su talento para crear cada día que sale a correr, la indumentaria que se pone, los accesorios que le acompañan, la distancia que va a recorrer, el circuito que va a realizar, el ritmo y el empuje que va a imprimir al inicio y al final, dónde va a descansar y reponer fuerzas, en definitiva, y al igual que el arte tuvo una expresión primigenia de tener una función ritual, mágica o religiosa, así actúa Miguel cuando se dispone a realizar una de sus grandes obras.

Mientras corríamos juntos después del amanecer, me daba cuenta de la sabiduría que encerraba dentro de sí este magnífico maestro. No ha variado su estilo de correr, únicamente se va adaptando cada día a las posibilidades que su cuerpo le permite, ajusta los recursos que maneja de una forma excepcional sin gastar más energía que la necesaria, ya que desea seguir corriendo todos los días que le quedan por vivir y además desea hacerlo en buena forma física, sin sufrir, sin alcanzar ningún límite, únicamente disfrutar de lo que más le gusta hacer que es correr, el arte de correr.

Cada mañana que salimos a rodar me espera puntualmente e incluso llega unos minutos antes para poder calentar y estar en buenas condiciones para comenzar la carrera, siempre está de buen humor porque disfruta de lo que hace, le pone tantas ganas que en ocasiones llego a sentirme culpable por no poder seguirle el ritmo de preparación y lo vive de tal manera que es como si fuera la única cosa importante que hay que hacer en la vida y cuando le miras a la cara para saber cómo va, siempre te mira y te sonríe como diciendo “no me pienso parar hasta que no llegue al final”.

Siempre he pensado que correr era el mejor deporte que yo podía realizar porque me permitía hacerlo a la hora que quisiera, sin depender de nadie, que podía correr solo sin necesitar compañía y que yo mismo me ponía mis metas y objetivos sin tener que amoldarme, siguiendo mi propio ritmo y haciendo las series o los cambios de ritmo que yo quisiera.

Sin embargo, he de reconocer, que cuando correr se convierte en un placer, cuando correr no se hace para competir, cuando correr es una pasión que se realiza por el gusto de hacerlo, cuando correr se hace para sentirte bien contigo mismo y ser mucho más sociable y comunicativo con los demás, tener a tu lado alguien que te aconseja, que te asesora, que se amolda a tus condiciones, que nunca te deja solo, que te da conversación, y te motiva a seguir corriendo, que te transmite toda la experiencia que tiene para que puedas realizar este deporte toda la vida, entonces y solo entonces, ves el lujo que supone poder tener a una persona así a tu lado acompañándote cada mañana y realizar esa gran obra de arte.

Y de esta forma, se va creando una escuela, toda una filosofía, una corriente de pensamiento alrededor de este arte, que me permite que cuando voy con alguien a correr, siga las mismas enseñanzas, que ayude al que viene a mi lado, que le transmita mis conocimientos, que nos motivemos para seguir corriendo cada día, y además, me permite darme cuenta que lo importante de correr con alguien, es estar con ese alguien, que no es dejarlo en la estacada cuando va mal, que es disfrutar de una buena conversación, compartir los problemas y las alegrías, que es cuidarlo para que cada día se encuentre mejor y pueda transmitir sus conocimientos de este arte a los que corran con él.

Si el arte, tal y como lo definía la raíz Kantiana, “encuentra gusto en la conciencia de placer (cultura de masas) “, correr es lo más parecido a esa conciencia de placer a nivel popular, tal y como lo consigue la pintura, la escultura, la fotografía, el cine, la danza o la música. Y por ello, tenemos que defender y cuidar este arte tan absolutamente saludable, beneficioso con nuestra mente y nuestro cuerpo, satisfactorio en su ejecución y comunicarlo a todos aquellos que estén interesados en acercarse para practicarlo, buscando los mejores interlocutores que ofrezcan los argumentos más atractivos que consigan cada vez tener más y más adeptos en esta actividad.

Cada fin de semana, juntos, salimos de nuestros estudios de pintor, de nuestros entrenamientos, de nuestros rodajes y creamos obras impresionantes, corremos juntos en todos los lugares del mundo, especialmente en nuestro territorio, tenemos la posibilidad tanto de participar como de disfrutar de carreras a pie, de medias distancias, de maratones, de carreras en familia, de ultra maratones. Llenamos de color las ciudades y pueblos, impregnamos la vida de la ciudad de un estilo de vida que hemos creado nosotros para poder vivir en mejores condiciones, en una sociedad de bienestar y con una calidad de vida cada día mas satisfactoria.

Además, este arte, tal y como he visto en una descripción en la Wikipedia, “es una cualidad dinámica, en constante transformación, inmersa además en los medios de comunicación de masas, en los canales de consumo, con un aspecto muchas veces efímero, de percepción instantánea, presente con igual validez en la idea y en el objeto, en su génesis conceptual y en su realización material”. Es agradable darse cuenta que todas las definiciones de arte, encuadran perfectamente con aquello que hacemos nosotros, los artistas corredores.

Es por todo ello, que me gustaría, desde este espacio que la revista Runner´s me permite utilizar, animar a todos los artistas corredores a valorar nuestro arte, un arte que nos permite correr al encuentro de las cosas que realmente nos importan en la vida, que nos permite poner acción a nuestros pensamientos y tomar las riendas de nuestras vidas, que nos permite expresar nuestras emociones y nuestras opiniones a través del correr y que nosotros, que hemos descubierto esta escuela de vida, tenemos que transmitirla a todos los que podamos, a nuestros amigos, compañeros de trabajo, parejas, hijos, y todos aquellos que nos rodean, que realmente es una experiencia que no podemos pasar.

Y, siempre que podamos, corramos en compañía, cuando nos crucemos por los caminos que frecuentamos y nos veamos solos, invitémonos unos a otros a correr un rato juntos. No importa si son 2 km o doscientos metros, pero podemos correr juntos y compartir cosas fantásticas que nos suceden en la vida, podemos enseñarnos tantas cosas y en definitiva, podemos hacer grande esta escuela que es correr.

Quizá, si no existiera mi amigo Miguel en mi vida, si no hubiera estado a mi lado durante kilómetros y kilómetros, hoy no estaría corriendo habitualmente y si lo hiciese, quizá no tendría la misma filosofía que él me ha transmitido. Esa del amor por el arte de correr, de la pasión que hay que poner en las cosas que se hacen en la vida, de la belleza que genera ese ímpetu en cada uno de nosotros y especialmente de otro aspecto fundamental hoy para mí, que es la importancia de que las personas mayores practiquen este deporte, que las personas mayores encuentren en este arte una forma de vivir y una ilusión por alcanzar una plenitud en sus vidas, una manera de enseñar toda su experiencia.

En ocasiones, apartamos a las personas mayores de nuestras vidas y los arrinconamos porque parece que ya han hecho todo lo que tenían que hacer en este mundo. Creo que puede ser un lujo para nosotros, para nuestros hijos, poder favorecer que nuestros mayores corran a nuestro lado y nos impregnen de toda su sabiduría y experiencia en una vida que ellos ya han vivido y experimentado y de esta forma enriquecernos y hacer que ellos se sientan mucho más felices, útiles y vivos.

Esta mañana he salido a correr con mi amigo Miguel, que tiene setenta y cuatro años y me ha emocionado ver que le pone tanta pasión al arte de correr, que estoy dispuesto a enseñar este arte a todos los que cada vez corran a mi lado.

Gracias Miguel, de verdad siento que esta vida es algo más que competir para ser el mejor en todo, como algunos nos quieren hacer creer, contigo me doy cuenta que la felicidad, en ocasiones, está en las cosas sencillas, en compartir una buena carrera juntos, una buena conversación o un gran silencio, o en poder pintar el cuadro de nuestras vidas mientras corremos juntos otra vez por la ciudad.

(Publicado originalmente en el número de junio de 2011)