

CISCO GARCÍA

IRROMPIBLE



EL ARTE DE LEVANTARSE SIEMPRE UNA VEZ MÁS

Irrompible

El arte de levantarse siempre una vez más

CISCO GARCÍA



© Francisco García Vena, 2020

© Centro de Libros PAFP, SLU, 2020

Alienta es un sello editorial de Centro de Libros PAFP, SLU.

Grupo Planeta

Av. Diagonal, 662-664

08034 Barcelona

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-1344-038-5

Depósito legal: B. 17.738-2020

Primera edición: noviembre de 2020

Preimpresión: Realización Planeta

Impreso por: Huertas Industrias Gráficas, S. A.

Impreso en España - *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como **papel ecológico** y procede de bosques gestionados de manera **sostenible**.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Sumario

Introducción	9
«Encuentra lo que amas y deja que te mate»	13
Lesión	25
El arte de levantarse siempre una vez más	49
Aceptar y adaptarte	59
Aprender a disfrutar del camino	73
Sentimientos negativos	79
Responsabilidad	85
Dadnos muros para poder derribarlos	93
Conciencias todoterreno	109
Inconformismo	115
Saber encajar los golpes	123
Vivir sin pedir permiso	129
Esfuerzo	135
Actitud	139
Confianza	147
Apretar los dientes	159
Objetivos	169
No te compares con nadie	179
Vivir el presente	185
Aprender a controlar las emociones	193

Alegría de vivir	199
Tener criterio.....	205
Capacidad para reinventarse	209
Vivir intensamente.....	219
Saber navegar en la tempestad.....	237
Aceptarse a uno mismo	247
La tortuga coja que se empeñó en seguir viviendo ...	251

«Encuentra lo que amas y deja que te mate»

Esta frase de Charles Bukowski me viene al pelo y resume muy bien mi relación con el snowboard, todo lo que me dio y todo lo que me quitó. El snowboard ha sido una parte importantísima de mi vida, una de las cosas que más he disfrutado, que más me han hecho vibrar y, curiosamente, que más me han quitado. En una ocasión, el snowboard me llevó al quirófano con un hombro roto; en otra, me mandó en ambulancia al hospital por un fuerte golpe en el estómago contra un cajón; y por último, me destrozó la médula, y aun así daría lo que fuera por volver a hacer snowboard. Podría parecer una tendencia suicida, pero se trata de poner por delante las pasiones. Es una cuestión de elección: elijo vivir haciendo lo que me gusta, lo que me llena, lo que me hace feliz, aun a riesgo de caerme por el camino. Elijo vivir manchándome las manos, prefiero vivir y caerme a no vivir por miedo. Si volviera atrás, ésa seguiría siendo mi elección. Ahora en silla, ésa sigue siendo mi elección.

Para entender bien mi lesión y mi rápida adaptación a la silla de ruedas, debo presentar el contexto de lo que el snowboard significaba en mi vida. Era lo que más me gustaba, una actividad con la que era completamente feliz. Era una pasión, una forma de vida. Cuando llegaba el invierno, me

dormía y me despertaba pensando en trucos con la tabla de snowboard. Veía vídeos tutoriales para aprender nuevos trucos o perfeccionar los que ya hacía, y siempre quería seguir mejorando. En la montaña, cuando me ponía la música y empezaba a descender, me olvidaba de todo. No existían los problemas. Podía haber tenido una semana malísima en el trabajo, pero en cuanto me subía al coche para ir a Sierra Nevada y me ponía a hablar con mis amigos, me olvidaba de todo. Sobre la tabla me sentía vivo, no existía otra cosa que la pista, la tabla y yo, y siempre tenía nuevos retos: mejorar los trucos, saltar más, hacer un nuevo *grab*... Es una de las cosas que más me gustaban del snowboard, que siempre mejorabas, siempre tenías nuevos objetivos. Yo no puedo vivir sin objetivos. De hecho, creo que para ser feliz es muy importante tener objetivos, da igual si grandes o pequeños, siempre que sean relativamente realistas para evitar frustraciones y se disfrute consiguiéndolos, luchando por ellos.

Me gustaba tanto el snowboard que ni paraba a comer. Mis amigos solían parar, pero yo compraba algo rápido en un minimarket, y me lo comía subiendo en el telecabina. Si estaba en Austria, donde las estaciones son más grandes y la hora de comer podía pillarte en medio de la montaña, me hacía bocadillos en el desayuno, me los guardaba en el abrigo, y con eso tiraba hasta que termináramos a las cinco de la tarde. Siempre he vivido todo lo que me gustaba con mucha intensidad. Hubo una época en que me compraba geles y me los tomaba mientras subía en el telesilla o en la percha, lo que yo mismo reconozco que era un exceso. Pero es que el disfrute del snowboard era tal que no quería descansar. Ya descansaría a las cinco de la tarde cuando cerraran las pistas, nos fuéramos al piso a ducharnos y luego a tomar algo por los bares. También siempre me han gustado mucho los bares y la calle en general, tengo que admitirlo.

Algo curioso que me pasaba con el snowboard es que

mientras mejor lo hacía, peor creía que lo hacía, o mejor quería ser, según se mire. Cuando ya haces algo bien, no te conformas y quieres hacerlo mucho mejor, no te vale lo de ahora. Como cantaba Kase.O, el mejor rapero de España: «La misma ropa de ayer será el pijama de hoy». Lo que ayer era un logro, hoy ya no lo es porque quieres más. Ese inconformismo salvaje que te hace querer siempre más. Aunque también tiene cierto peligro, porque puede hacer que no disfrutes del momento, de lo conseguido, de lo que haces ahora. En mi opinión, lo ideal es encontrar un sano equilibrio entre el disfrute de lo conseguido, lo que se está haciendo en ese momento, y la ambición de siempre querer mejorar. Como todo en la vida, en el punto medio está la virtud. No es fácil encontrarlo, claro. Pocas cosas son fáciles en esta vida, por eso el carácter, el ánimo, el bienestar interior se trabajan a diario y requieren tiempo. A diario se libran pequeñas batallas que te van haciendo más fuerte. Piensa que todas las dificultades que pasas, o las malas experiencias que tengas, tienen al menos algo positivo, y es que te están volviendo más fuerte.

Hoy en día, con el tenis me pasa algo parecido a lo que me pasaba con el snowboard. Cuanto mejor lo juego, peor creo que soy, porque miro a los de arriba, quiero estar cerca, soy más consciente de mis errores, y quiero seguir mejorando. Creo que esto pasa en todas las facetas de la vida. Normalmente, el que es más sabio, más culto o más inteligente, suele ser también más prudente y más modesto. No se vanagloria. En cambio, el garrulo que hace algo de forma mediocre, en ocasiones cree que es un figura. Un mediocre subidito es algo difícil de aguantar; y, según lo veo yo, la sociedad está cada vez más llena de estos personajes, en gran parte catapultados por insulsos programas televisivos, música machacona con los mismos cuatro acordes y redes sociales cada vez más inverosímiles.

Comencé en el snowboard de forma muy gradual. Empecé haciéndolo una o dos veces al año, con tablas alquiladas que parecían tablas de planchar, y a base de porrazos, porque a los diecisiete años hay dos cosas que no tienes: conciencia y dinero, así que ni se me pasó por la cabeza recibir clases, algo que desde el principio me hubiera hecho aprender más rápido y con mejor técnica. La mezcla era una bomba: en lugar de aprender primero a frenar —al principio con talones, luego con puntas—, segundo a descender un poco y frenar, tobillos y rodillas ligeramente flexionados, culo a la misma altura de la tabla, hombros alineados..., en fin, lo normal, con la técnica correcta, mis amigos y yo nos tirábamos para abajo varios metros, y cuando cogíamos mucha velocidad, nos íbamos al suelo. Así estuve las primeras veces, y volvía a casa con todo el cuerpo dolorido. Me dolían hasta los dientes. Pero tenía diecisiete años, y a esa edad puedes con todo.

De hecho, volvíamos a Córdoba y esa noche salíamos. Aunque estuviéramos muertos por haber madrugado para coger el autobús con destino a Sierra Nevada y tuviéramos el cuerpo hecho trizas. Porque cuando eres joven parece que tienes que salir sí o sí, quieres hacer todo al mismo tiempo, sin dejarte nada, no fuese a suceder que esa noche no saliéramos y pasara algo guapo... Así de locos estábamos. No soportábamos perdernos algo divertido. Lo queríamos todo a la vez, algo que, a día de hoy, ya con experiencia, lo considero un error; hay que tomárselo con algo más de calma, pero así éramos en aquellos días. Esa inconsciencia nos llevaba a no ponernos protección solar, y en una ocasión llegué con quemaduras en la cara. Pero quemaduras serias, es probable que si las hubiera visto un dermatólogo le hubiera dado un infarto. Las quemaduras eran tales que esa noche, mientras dormía, me despertaba el líquido que me salía de las ampollas. Cuando lo pienso ahora, con el cuidado que tengo con el sol y la protección 50 que uso, me dan escalofríos.

He cometido muchos errores a lo largo de mi vida. Escribo todo esto también para que los adolescentes que lo lean aprendan, en la medida de lo posible, de mis equivocaciones. Por lo general, cada uno debe tropezar en sus piedras, debe aprender de sus errores, pero si puedes quitarte de entrada algunos por la experiencia vivida por otras personas, mejor, que ya te llegarán errores propios que te irán marcando la piel. Hay que tener mucho cuidado con el sol, y es muy buena la conciencia que hay ahora. Pero antes se hacían cosas que hoy nos parecen impensables. Por ejemplo, recuerdo cuando se podía fumar en trenes o aviones, algo que hoy nos parece, al menos a mí, que tengo auténtica fobia al tabaco, de neandertales.

Cuestión aparte son las pintas que llevábamos en la montaña. Literalmente, lo que encontráramos medianamente impermeable. De hecho, un día llegué a ir con una chaqueta Barbour, que creo que es una chaqueta que se usa para ir de caza. No he ido a cazar en mi vida, pero alguien debió de prestármela. En todos mis años en la nieve, allí nunca he visto a nadie con una Barbour. Mi imagen debía de ser muy pero que muy patética.

Así estábamos, sin medios, pero con muchas ganas. Esto es algo importante, el ir poco a poco y no tener todo de una. Durante mi vida he conocido a mucha gente que por mero capricho se compró el mejor material, y después fueron a la montaña un par de veces. Me parece mal. Hay que ganarse las cosas poco a poco, sin atajos.

Nos encantaba hacer snowboard, aunque por desgracia no podíamos ir mucho. Ojalá mis padres hubieran sido aficionados y me hubieran llevado desde pequeño. Cuando veía a niños de seis años en la nieve, siempre pensaba en la suerte que tenían. Pero bueno, así han sido las cosas. Mis padres me han dado miles de otras cosas importantísimas, mucho cariño, y nunca nos faltó nada. En concreto, mi pa-

dre ha sido siempre en especial bueno y generoso, con total desapego a las cosas materiales para él con tal de darnos a nosotros.

Con veintiún años me fui a estudiar cuarto de Derecho a Bergen (Noruega). Ese año aprendí cientos de cosas importantes que influyeron en lo que soy hoy en día. Maduré mucho, lo pasé muy bien y aprendí inglés a un nivel decente, que a lo largo de mi vida fui mejorando y me ha servido para viajar, relacionarme y trabajar. Vi otros lugares y culturas que pusieron en mí la semilla de la curiosidad por viajar, y aprendí, ahí sí, a hacer *snowboard*, que sin duda es algo que ha marcado mi vida, para bien y para mal. Porque me ha dado y me ha quitado a partes iguales.

A una hora y media de la residencia de estudiantes en la que me alojaba había muchas pequeñas estaciones de esquí, y yo iba una vez por semana. Es decir, una vez por semana no iba a clase para irme a practicar snowboard. El estudiante modelo, lo sé, pero también hay que conocer el contexto. El derecho noruego es muy diferente al español, y estando en cuarto año, sólo me convalidaban dos asignaturas. Por lo tanto, con dos asignaturas en nueve meses tenía mucho tiempo libre, y para estar en la universidad dando paseos absurdos o durmiendo en la residencia, madrugaba y me iba a hacer snowboard, que es deporte en plena naturaleza. Además, iba solo, enlazando varios autobuses, manejándome en inglés cuando aún no lo dominaba, y ello me dio recursos para ser más resolutivo, una cualidad que creo esencial en la vida. En consecuencia, creo que no hacía mal. O bueno, no mal del todo. Quien no se consuela es porque no quiere.

Le compré la tabla a un compañero francés cuyo nombre no recuerdo (suelo recordar vivencias con la gente, pero no nombres ni caras; en realidad, tengo mala memoria para todo, es uno de mis defectos), conseguí ropa impermeable, y

ya estaba listo. Allí fue cuando realmente comencé a practicar snowboard. Hasta entonces hacía el salvaje. Aprendí la postura correcta, a frenar de puntas y talones, empecé a hacer pequeños saltitos con una posición vergonzosa... Pero, sobre todo, comencé a engancharme a la montaña. En aquel tiempo ignoraba la de alegrías y penas que me daría.

Aquel año de Erasmus, en Semana Santa fui a visitar a Pepe Rebollo, uno de mis mejores amigos, a Regensburg, en el sureste de Alemania, donde él hacía su Erasmus. Fuimos unos días a Westendorf, una estación de esquí austríaca, a la que después volvería muchos otros años con mis amigos. En aquellos días descubrí el *freestyle*, hice algunos saltos pequeños y barandillas muy básicas, y seguí avanzando técnicamente. Lo pasábamos tan bien que no podíamos pensar en otra cosa. Además, con la inocencia y la curiosidad por descubrir que te dan los veintiún años. Juventud, divino tesoro, dicen. Estoy muy de acuerdo. Es verdad que he perdido la inocencia, pero sigue intacta la curiosidad por descubrir. Hay que aprovechar cada instante y vivir al máximo la niñez y la juventud, que son momentos que no vuelven. Cuando digo esto no me refiero a hacer sólo actividades que te diviertan, sino a vivir todo con intensidad, entregarte a cada cosa al máximo. Cuando estés en el colegio o en el instituto o en la universidad, pon toda tu atención, aprende todo lo que puedas, estudia concentrado... Estarás invirtiendo en ti, en tu conocimiento, en tener un futuro mejor. Y cuando viajes, cuando salgas con tus amigos, cuando vayas a pasarlo bien, también al máximo.

Mi locura con el snowboard vino en torno a los veintitrés años, cuando ya trabajaba, tenía algo de dinero y podía permitirme ir muchos fines de semana a Sierra Nevada, y en las Navidades, a Austria. Incluso con veinticuatro años, en un viaje de un mes por Argentina, de nuevo con mi gran amigo Pepe, estuvimos dos días *ripando* en la mítica Bariloche.

Gran viaje, grandísimo país, y grandísima su gente. Siempre he tenido un cariño especial a Argentina.

Creo que, en total, mis amigos y yo hemos estado once años seguidos yendo a Austria en Navidad, con excepción de un año que fuimos a Grandvalira, en Andorra. Casi siempre íbamos los mismos cinco o seis amigos, y según los años se iban apuntando más. Volábamos a Múnich, en Alemania, y allí alquilábamos una furgoneta para llegar a la estación de esquí austríaca que hubiéramos elegido ese año. Cada año solíamos alternar entre Westendorf, Ischgl, Sankt Anton o Mayrhofen. No imaginas la ilusión que tenía con ese viaje. Era la libertad. Pasar una semana juntos varios amigos íntimos, volar a otro país, la aventura de llegar en la furgoneta a algún pueblo remoto de Austria, con las carreteras normalmente nevadas. Por lo general, allí no salíamos por la noche, porque queríamos estar frescos para *ripar* al día siguiente. Recuerdo que algún fin de año sí salimos por algún pueblo alpino, pero no era común. Incluso muchos fines de año no me tomaba ni las uvas. Cena y a dormir soñando con los saltos del día siguiente. Como ves, no soy una persona de tradiciones. Me da exactamente igual tomarme las uvas. No digo que vea mal tener tradiciones, me parece bonito, pero no tengo apego por ellas. Soy una persona muy práctica, no tengo el romanticismo de las tradiciones, prefiero ir a la acción.

Lo que no solíamos perdonar era el *après-ski*, muy típico en Austria. Al terminar el día de nieve, dejábamos las tablas en la puerta de algún bar y entrábamos unas dos o tres horas a beber cerveza y Jäger, bailar y reír. Reír mucho. Para el que no lo conozca, el Jäger es una bebida con mucha graduación que te pone bastante loco. Hay que tomarla con cuidado porque se sube a la cabeza con facilidad. En el *après-ski* lo pasábamos como los indios. En algunas estaciones, esos bares estaban en plena montaña, a baja altitud, por lo que ya

entrada la noche, terminado el *après-ski*, teníamos que bajar haciendo snowboard, en algunos casos un tanto achispados, lo que no es muy recomendable. De hecho, recuerdo que un año los camareros del *après-ski* tuvieron que ayudar a algún amigo a ponerse la tabla. Aún no me explico como llegó abajo sin partirse la crisma.

Un año que en España sonaba con éxito, a todas horas, una canción brasileña llamada *Ai, se eu te pego*, muy bailon-ga y pegadiza, nos sorprendió que también sonara en el *après-ski* de Austria. Una mañana les dije a mis amigos en el telesilla: «Esta tarde me subo a cantar la canción». La cabina del DJ estaba en la segunda planta, que era circular, de manera que toda la discoteca lo veía. Tanto la planta baja como la planta alta circular. Me acerqué al DJ, y como por la música no se oía nada, le escribí en mi móvil: «You play the song *Ai, se eu te pego* and I do a performance» («Pon la canción *Ai, se eu te pego* y yo la interpreto»). Para mi sorpresa, el pinchadiscos accedió, pero de una manera diferente a como yo esperaba. Yo creía que la pondría sin avisar a nadie, yo la cantarí y bailarí arriba, y aparte de mis amigos no se daría cuenta mucha gente. Pero el tío fenómeno paró la música y anunció a todo el mundo que un español iba a cantar el próximo tema. Yo creí que me moría, pero ya no tenía escapatoria, así que tenía que ir con todo, sin vergüenza alguna. Lo que se conoce como una huida hacia delante. Ahí arriba ya no puedes dudar. ¡Y vaya si lo di todo! Canté y bailé el tema con toda la discoteca absolutamente entregada a la causa. Supongo que el grado étílico de la gente también ayudó. Al terminar, estaban como locos, y yo, en pleno éxtasis, cómo no. Al salir de la cabina se me acercó muchísima gente (todos extranjeros, porque no había ni un solo español) a preguntarme si era cantante profesional. Por supuesto, dije que sí, y no sólo eso, añadí que en España era bastante popular. ¡Ya que estábamos, para adelante con

todo! Gustó tanto que, al verme la tarde siguiente, el pinchadiscos me pidió que repitiera, y yo estaba encantado. Dos días de bolo en el *après-ski*, cero caché. Hay que decir que era un público fácil, entregado, con ganas de pasarlo bien, y en muchos casos con un buen cebollón. ¡Lo pasábamos muuuuuy bien! Con este tipo de cosas, como con otras que he vivido, miro atrás y no puedo evitar sonreír por todo lo bueno ocurrido y estar agradecido a la vida por haberme dado esos momentos.

Casi todas las noches nos íbamos muy pronto a la cama para despertarnos temprano al día siguiente e irnos a la montaña. Yo era siempre el agonías que quería poner el despertador antes para estar el máximo tiempo posible haciendo snowboard. Desayunábamos todos juntos, poníamos música, cogíamos la furgoneta e íbamos camino a la estación hablando de mil cosas, escuchando música, y yo hasta con nervios por el día de nieve que teníamos por delante.

Algo en lo que pienso mucho y que me alegra, me reconforta, es lo bien que me lo he pasado, lo que he disfrutado todo, y lo fuerte que he intentado vivir siempre. He salido mucho, he viajado mucho, me han ocurrido muchas cosas (tanto buenas como malas, eso es inevitable), y creo que he aprovechado cada día de mi vida. También trabajando, actividad en la que me entregaba al máximo. Todo eso hace que me sienta bien, siento que he aprovechado mi vida, que dentro de mis posibilidades he vivido al máximo.

Como ves, guardo grandísimos recuerdos de mis años de snowboard y, a pesar de lo ocurrido, no le guardo ningún rencor. Al contrario, lo echo muchísimo de menos. Diría que a día de hoy es lo único que me hace daño, pensar en lo feliz que era haciéndolo y en que ya no puedo hacerlo más. En un escenario de ciencia ficción donde me dijeran:

«Puedes caminar o hacer snowboard, una de las dos cosas», elijo el snowboard y después me muevo por la vida con mi silla de ruedas. Puede parecer extraño, pero es así. Las pasiones normalmente no son racionales. Benditas pasiones.