

El combate o la vida

Como arriba es abajo, como abajo es arriba.

HERMES TRISMEGISTUS
La Tabla Esmeralda

Cuando el luchador entra en el tatami (lugar del gimnasio donde se practica) con la intención de enfrentarse a uno o varios rivales, decimos que se va a librar un combate. Todo combate está sometido a unas determinadas normas, requerirá una serie de habilidades y tendrá un determinado riesgo. Normas, habilidades y riesgo, ¿no rigen estos mismos parámetros gran parte de nuestra vida? Nos comportamos en el combate según nuestro temperamento. Nuestro carácter determinará nuestra capacidad de afrontar las adversidades de la lucha y de nuestra confianza dependerá el riesgo que voluntariamente asumamos. Nos comportamos en el combate como nos comportamos en la vida y, en un sentido más amplio, las circunstancias del combate son extrapolables a otras circunstancias de la vida. Se podría decir que la vida se compone de una serie de combates que difícilmente puedes eludir. En un combate puedes ganar, perder, salir herido (ganes o pierdas) o incluso morir. Pero no debes esforzarte demasiado en evitarlos, porque es el combate lo que te hace

sentir vivo y es tu energía al combatir la que marca tu vitalidad y tu edad. La vida no es una metáfora del combate, el combate es la vida.

Me propongo en este libro hablar del combate en el sentido más ortodoxo. Parto de la premisa de que, como he dicho antes, las vivencias del combate te enseñan a comportarte en otros muchos aspectos de la vida, pues de alguna manera, cada desafío, cada empresa que te propongas o cada dificultad con la que te encuentres, se puede tratar como un combate. Si depuras tu técnica de lucha, mejorando en el tatami, mejorarás también en otros aspectos aparentemente alejados del gimnasio. Porque endureces tu carácter, aumenta tu capacidad de encajar adversidades, aumenta tu confianza en tus propias habilidades, así como tu concentración, disminuye tu miedo al enemigo (en el sentido más amplio del término) y un largo etcétera que iremos viendo en sucesivos capítulos.

Me referiré principalmente a las artes marciales, sobre todo de Tae Kwon Do, que es la disciplina que mejor conozco, pero los principios que expongo son aplicables a casi cualquier lucha. No pretendo descubrir nada nuevo, ni describir una interpretación original, como tampoco adentrarme en filosofías zen o budista, aunque éstas influyen de manera importante en la manera de interpretar la lucha en todas las artes marciales. Sólo voy a intentar profundizar sobre el combate, de su filosofía, de cómo hacerlo desde el punto de vista del púgil que entra al *ring*. Quedará para el lector una segunda lectura dirigida a ver en esas técnicas las enseñanzas útiles para los diferentes combates de la vida.

Podemos decir que siempre hay un combate dentro del combate: es el que siempre se libra consigo mismo.

Es la parte crucial de toda lucha y es la clave porque, si te comparas con los demás, siempre encontrarás a alguien mejor y a alguien peor que tú. Por tanto, la medida de comparación no puede ser otra que tú mismo, que es a quien debes superar. El combate real es el que libras contra ti mismo, contra tus limitaciones, contra tus miedos. Y de la superación de éstos viene la verdadera victoria.

El combate debe transformar al luchador. Tras librar un combate, las dificultades superadas, los errores cometidos, las heridas que quedan, todo debe convertir al luchador en una persona más sabia, más conocedora de la lucha y de sí misma, más conocedora de la vida.