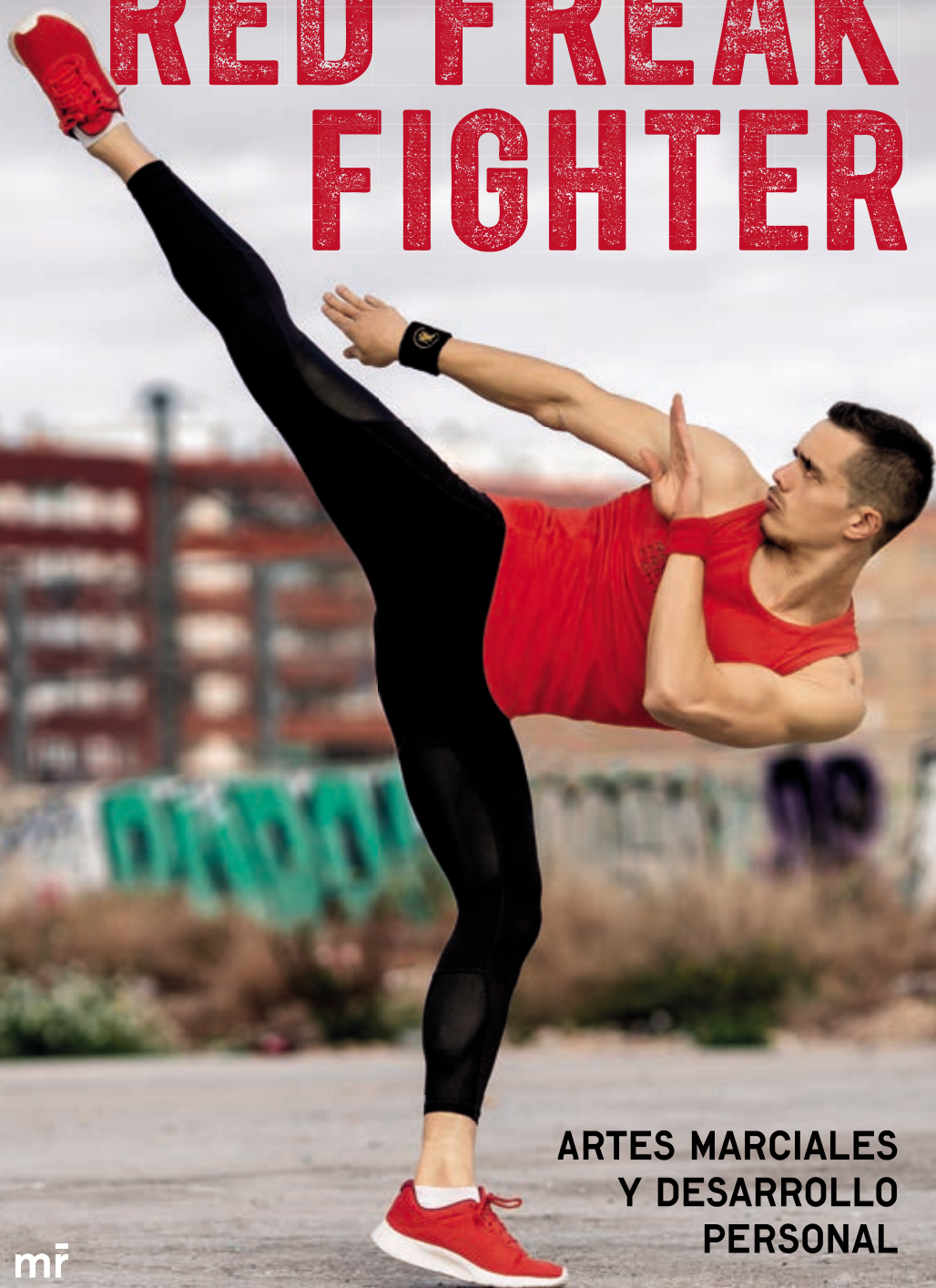


ALBERTO BARBERÁ

RED FREAK FIGHTER



**ARTES MARCIALES
Y DESARROLLO
PERSONAL**

m̄r

ALBERTO BARBERÁ

RED FREAK FIGHTER

Artes marciales y desarrollo personal

m̄

© Alberto Barberá, 2019
© Editorial Planeta, S. A., 2019
Martínez Roca es un sello de Editorial Planeta, S. A.
Avda. Diagonal, 662-664
08034 Barcelona
www.planetadelibros.com
www.espasa.es

Preimpresión: Safekat, S. L.

Diseño de cubierta: Planeta Arte & Diseño
Fotografía de cubierta: © Sergey Korol

Edición y fijación del texto: Salvador Pulido

ISBN: 978-84-270-4606-1
Depósito legal: B. 12.136-2019

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 (arts. 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.

Impreso en España / *Printed in Spain*
Impresión: Huertas, S. A.

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

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN: RED FREAK FIGHTER	11
I. BIENVENIDO A LA JUNGLA	16
II. ORIENTE COMO REFERENCIA	33
III. DANDO LA CARA	48
IV. UNA INFANCIA COMO OTRA CUALQUIERA... ¿O NO?	62
V. UN CHAVAL DE VALENCIA	77
VI. COSAS DE ADOLESCENTES	96
VII. LA HORA DE COMBATIR	109
VIII. ENTRENANDO EL CUERPO (Y LA MENTE)	127
IX. CON LOS PIES EN LA TIERRA	142
X. EL CINE COMO META	156
XI. SER <i>YOUTUBER</i>	173
XII. LAS ARTES MARCIALES Y YO	189
XIII. AVENTURAS EN EL EXTRANJERO	208
XIV. MIRANDO HACIA EL FUTURO	225
EPÍLOGO	239
BREVE GLOSARIO DE ARTES MARCIALES	243

I

BIENVENIDO A LA JUNGLA

LA PRIMERA VEZ

Empezar algo es simplemente acudir al punto de partida, al lugar donde todo arranca. Cualquier recuerdo de mi infancia podría servir para dar pistoletazo de salida a esta historia. Cuando busco entre mis recuerdos uno de los primeros que me viene a la cabeza es verme caminar hacia las clases de inglés junto a mi amigo Mario, que era uno de esos chavales que no paran de hablar, el típico «echao pa'lante». Sus padres tenían un bar al lado del portal donde yo vivía y justo delante había un paso de peatones que separaba una acera de la otra. En aquellos tiempos él era igual de alto que yo, aunque ahora es más bajito, y no era el típico chico de los que se solían meter en problemas. En cualquier caso, no era una persona débil ni cobarde. Estábamos en el mismo curso, aunque no íbamos a la misma clase, yo era del A y él del B.

Pensando en Mario me viene el recuerdo de un día volviendo con él de clase, un día normal y corriente, una de esas jornadas de rutina infantil que se conservan en nuestra memoria como un bloque compacto. Sin embargo, el rumbo de los acontecimientos convirtió lo normal en extraordinario... De repente, aparecieron unos tíos que centraron su atención en nosotros. Y eso se nota. En ese instante sabes que acaban de marcarte con la mirada y te han identificado como presa. Me di cuenta de que eran cuatro malotes bien coordinados. Venían dos por delante y dos por detrás y pensé «Se nos echan encima. O se paran ellos, o nos paramos nosotros, o nos vamos a chocar». Nos estaban intimidando para calcular nuestra reacción, pero no lle-

garon a chocar contra nosotros. Dos se pusieron a nuestra derecha y los otros dos a la izquierda, rodeándonos, como si fuera una maniobra envolvente.

«¡Eh! ¿Tenéis cinco talegos?», nos dijeron mientras cruzábamos el paso de peatones. Este tipo de situación hace que todo se acelere. Normalmente uno se da cuenta de que está cruzando una calle, y es sensible a muchas cosas, a si el ruido del tráfico se acerca o se aleja, a si la señal del semáforo está cambiando de color, o a si hay más gente a tu alrededor haciendo lo mismo que tú. Pero desde que los vimos, nos vieron, nos rodearon y cruzamos la calle, el tiempo se había esfumado. Todo había ocurrido muy rápido. O mejor dicho, todo ocurrió a la velocidad del peligro. Así que, cuando ya estábamos en la acera contraria, yo me paré. Mario no. Siguió caminando a un ritmo acelerado y no me dijo ni adiós. Los malos se quedaron conmigo y dejaron marchar a Mario. Reconozco que estaba cagado de miedo, pero pensé «Mario está, como mínimo, tan cagado como yo».

En una situación como la que acabo de describir —y seguro que a ti también te ha pasado alguna vez— se despierta algo tan primitivo que la gente que la comparte, aunque no se diga nada, sabe que está en un aprieto del que hay que salir. Son ese tipo de situaciones que disparan la adrenalina y en las que, como nadie las tiene previstas, es difícil saber cómo va a reaccionar el cuerpo. Ser atracado, como era nuestro caso, te pone ante una situación de estrés máximo, las glándulas suprarrenales (que como su propio nombre indican, están encima de los riñones) segregan adrenalina y se desencadenan una serie de reacciones muy interesantes en el cuerpo. Lo más habitual es que las pupilas se dilaten para que entre más luz. Por otro lado, el corazón bombea más rápido para que llegue más sangre a los músculos y así colocarlos en una situación óptima por si hay que correr, pelear o lo que sea necesario. Otra reacción inmediata es que las manos sudan, como todo el cuerpo. Nuestra memoria animal sabe que si estamos resbaladizos es más difícil que nos atrape ningún depredador.

El cuerpo es alucinante a la hora de reaccionar ante el peligro. De cualquier forma, para la mayoría de la gente es imprevisible la reacción ante una amenaza por mucho que se empeñen en explicar lo de «si a mí me pasara esto yo reaccionaría así». Para unos el impulso será de huida, otros se bloquearán y otros pueden romper a llorar. O incluso mearse encima, que puede ser otra reacción automática y prevista por nuestros «mecanismos de defensa» físicos para aligerar el peso corporal y ponernos en mejor disposición para salir corriendo. No siempre cagarse o mearse encima equivale a ser un cobarde de prime-

ra división ni un maldito traidor. Yo no pensé que Mario lo fuera aquella vez, pero más adelante sí que tuve la oportunidad de pensarlo y de reflexionar sobre ello.

Lo único que tengo bastante claro es que cuando Mario se marchó yo me quedé y planté cara al que parecía el jefe de la banda. «¿Quieres un tazó?», le dije. El tipo tenía unas manos mucho más grandes que las mías y estaban muy sucias. Todos eran mayores que nosotros. Mario y yo tendríamos once años y ellos unos dieciséis o incluso más. En cualquier caso, éramos unos mocosos a su lado y teníamos todas las de perder.

Lo que dije fue lo del «tazó», pero lo que estaba pensando eran cosas bien distintas. Recuerdo perfectamente cómo empezó a comportarse mi cabeza en aquella situación. Me invadió un pensamiento muy fuerte que se negaba a darles las llaves de casa, aunque creo que realmente nunca me las llegaron a pedir. Mi cabeza empezó a proteger todo lo que este choque podía poner en peligro. Como no tenía dinero empecé a escanear mentalmente todo lo que llevaba encima para saber dónde estaba realmente el riesgo. Al estar justo al lado de mi casa, identifiqué que podían estar interesados en las llaves, porque no llevaba nada más que pudiera tener valor para ellos. También tenía claro que no quería que abrieran la mochila donde llevaba los libros, porque en los bolsillos llevaba el llavero y al descubrirlo podrían obligarme a decirles dónde vivía.

Aún recuerdo cómo terminó aquella situación, cómo el jefecillo agarró el tazó de mi mano y lo echó contra el suelo violentamente diciendo: «¿Y esto qué es? ¿Una broma?». Recogí mi tazó, hice acopio de toda mi fuerza mental para que no se diesen cuenta de que estaba muerto de miedo y me fui a casa. O más bien debería decir que aquellos macarras me dejaron marchar sin más al ver que no tenía nada de valor que ofrecerles.

Cuando todo pasó y por fin llegué al portal de mi casa tenía una taquicardia brutal. Todo había terminado, pero mi cabeza seguía pensando que estaba en peligro. Tenía el pulso tan acelerado que mi coordinación motora estaba desbaratada. O por decirlo más clarito: no tenía coordinación. No era capaz ni de meter la llave en la cerradura y estaba tan nervioso que pensé que no iba a decir nada a mi madre. De hecho, a fecha de hoy no recuerdo si lo hice o no...

Cuando ya estás fuera de peligro las reacciones que ha desatado el cuerpo para protegerte vuelven a sus niveles normales, por eso mucha gente se marea y se desmaya. El corazón ha hecho tal sobreesfuerzo que, al relajarse, al bajar tan de golpe la presión arterial, puedes marearte y caerte.

DEPREDADORES

No debería parecerse raro que los niños estén acostumbrados a las peleas. Últimamente, cuando se habla de la infancia parece que todo es color de rosa, pero sabemos que pelearse con la gente del colegio, los vecinos, los primos y la gente de tu calle también forma parte de la infancia. Así que, yo creo que podemos asegurar sin escandalizarnos que los niños están acostumbrados a insultar, forcejear y engancharse con otros niños. Simplemente es algo normal. Lo que pasa es que en este tipo de dinámicas siempre reina un cierto equilibrio. Es decir, te peleas con gente de tu clase, de tu quinta, de tu edad. De hecho, forma parte del desarrollo personal de cualquier niño. Es el juego más importante y creo que es un aprendizaje de vida fundamental.

Sin embargo, cuando te enfrentas a alguien mayor que tú se rompe ese «contrato» no escrito y el equilibrio desaparece. No es lo mismo enfadarse con tu compañero de clase por quién ha llegado primero en una carrera, que encontrarte rodeado por gente mayor que tú, que te sacan cinco o seis años, y quieren que les des tu dinero. En ese momento te has convertido en «presa» de un «depredador» y es muy difícil enfrentarse a ello.

En cierto modo, es un privilegio haber tenido que verme en esa situación en repetidas ocasiones. Quizás he sido más afortunado de lo que se pueda pensar por haber vivido tan joven estas experiencias tan complicadas y, por eso, quiero compartir contigo alguna de ellas.

El periodo comprendido entre la niñez tardía y la adolescencia, entre los diez y los veinte años, es importantísimo para el futuro. El cerebro no está desarrollado del todo y se crean conexiones neuronales de un modo más rápido que cuando se tiene más edad. Es decir, todo aquello que nos llega, todo lo que absorbemos y aprendemos en ese tiempo, será determinante para la vida que emprenderemos más tarde como adultos.

En mi caso, haberme podido enfrentar a estos «depredadores» ha sido una gran ventaja porque ya sé lo que se siente cuando el cuerpo está en peligro, y estar en peligro no es lo mismo que pelearte con alguien cuando te enfadas. Cuando te suceda sabrás que el cuerpo reacciona de forma distinta, pero reconocerlo con la mente lo más fría posible te será de gran ayuda. Tu cabeza tiene que vencer una pequeña barrera, la de reconocer que el oponente es un depredador, e inmediatamente después tienes que tomar conciencia de que no es tan depredador como parece. Lo que, básicamente, viene a significar que

puedes plantarle cara. Más adelante hablaremos de cómo afrontar estas situaciones.

Creer en sociedad es aprender normas, usos y costumbres. En definitiva, crecer es un periodo de adaptación a un sistema social y a un tipo de cultura. Toda cultura cultiva a sus miembros y les enseña lo que está bien y lo que no. Todos sabemos que las cosas tienen un precio y la inmensa mayoría de veces hay que pagar por ellas. Nosotros tenemos claro que pagar es dar dinero a cambio de algo, y que el dinero se consigue según otras normas sociales que implican trabajo y esfuerzo. Aprendemos que hay que ir al colegio, que la violencia no es el camino para resolver conflictos, que tienes que tener respeto por tus mayores...

Durante muchos años somos «socializados», pero llega el día, un día cualquiera, en que te cruzas con alguien que quebranta todo lo que te han enseñado. Alguien viene y, aprovechando su superioridad física y sacándote cinco o seis años de edad, quiere quedarse con tu dinero y abusar de ti a través de la intimidación y la violencia. Son depredadores. Y, entonces, ese día piensas «¡A la mierda la socialización!». ¿Me equivoco o a ti también te suena de algo lo que estoy contando?

El proceso de socialización llega a hacerte pensar que si tú respetas las normas del juego nunca te puede pasar nada malo. Incluso, en tu inocencia, piensas que todas las personas son igual de buenas, o por lo menos todas se han sumado al mismo contrato social que nos regula por igual. De repente, te das cuenta de que no es así y piensas que has estado equivocado. Y te encuentras con gente que está dispuesta a hacerte daño por quitarte lo que es tuyo. Gente más fuerte que tú, que no está en igualdad de condiciones contigo. En la historia que os acabo de contar esos cuatro macarras se presentaron ante mí como diciendo «Somos cuatro, somos mayores que tú, y no vamos a dudar en hacerte daño, mucho daño si hace falta, porque estamos totalmente desequilibrados en este enfrentamiento y no queremos pelear contigo, ¡queremos comerte!». Obviamente, cuando pasa esto, las personas que son más inocentes sufren las consecuencias. Esta es una de las causas por las que los soldados desarrollan el conocido estrés post-traumático.

Los soldados en el campo de batalla pueden llegar a contemplar en primera persona verdaderas atrocidades. Incluso, en el peor de los casos, también pueden llegar a hacerlas. No es extraño que estas personas se encuentran ante situaciones y cosas que no sospechaban que el ser humano fuese capaz de hacer, y que por supuesto, dejan impor-

tantes consecuencias en sus vidas. La primera y más importante es que se diluye la frontera entre el bien y el mal. Dicho de otra manera, deja de estar clara la idea de qué es el bien y qué es el mal. Un soldado en plena acción militar llega a contemplar situaciones que nunca hubiera podido entender como algo bueno para el ser humano. Sin embargo, en el momento que las ejecuta o las ve ejecutar, están resultando beneficiosas para su bando, su país o su misión, sea esta cual sea. Es posible que cuando el soldado valore la dimensión de su trabajo sea consciente de que las experiencias vividas en el campo de batalla seguramente transgreden todos los valores en los que se ha formado a nivel humanitario. Llegado el momento de la terapia, lo más importante para estas personas es conseguir redefinir el significado de lo que está bien y lo que está mal, de lo que él sería capaz de hacer y lo que no.

Hay gente que no es capaz de darse cuenta de las monstruosidades que son capaces de hacer como seres humanos. Este tipo de gente suele ser la más peligrosa, ni siquiera saben lo que están sintiendo cuando se presenta la ocasión de ser cruel, por ejemplo. ¿Y sabéis qué es lo más gracioso de todo? Que en la mayoría de casos justifican su atrocidad con moralidad, como diciendo «Voy a torturarte hasta que no puedas más, pero lo hago en el nombre del bien, descuida». Es muy importante —esencial, diría yo— conocerse a uno mismo. Tienes que saber hasta dónde puedes llegar y ser consciente del daño que puedes hacer.

Por otro lado, la inocencia que uno tiene no debe contemplarse en sí misma como un valor positivo. Esa inocencia te puede convertir en una persona extremadamente cruel sin darte apenas cuenta y, además, al darse ciertas situaciones, también puede convertirte en una presa muy fácil. Hay mucha gente muy ignorante. Y es la más peligrosa...

Pero volvamos a la historia que estaba contando, la de los tipos que me pidieron cinco talegos.

HÉROES

Al día siguiente, cuando llegué al colegio, me llevé una sorpresa enorme. Aunque no estábamos en la misma clase, Mario contó lo sucedido el día anterior. Los compañeros estaban fascinados y llenos de curiosidad, así que muchos se acercaron para pedir detalles y también para felicitarme por la hazaña. «¡Qué valiente eres!» «¿Cómo te atreviste a vacilarle con lo del tazó?».

Después de haber pasado un miedo atroz, de la noche a la mañana experimenté lo que es sentirse como un héroe en el colegio y, la verdad, lo viví como una experiencia muy grata. Mario había corrido la voz de lo que sucedió diciendo cosas muy buenas sobre mí y mi valor. De alguna forma creo que él sabía que había hecho algo mal, porque había salido corriendo y me había dejado solo. De forma innata, él intuía que su comportamiento era decepcionante no solo como amigo, también como persona, y estaba intentando compensarlo proyectándome como un héroe. Lo que me hace reflexionar sobre la naturaleza heroica...

¿Quién sabe si el nacimiento de muchos héroes no es producto de un acto especialmente valeroso sino del contraste que se produce ante la cobardía de los demás? Quizás hayan sido sus sentimientos de culpa los que les han hecho contar la historia encumbrando a quienes se han visto en el momento adecuado, sin ser especialmente valientes, afrontando con un mínimo de valor una situación complicada, aunque por dentro estuvieran atemorizados.

Sí, amigos, como dice el gran Jordan Peterson, el diablo está en los detalles. A mí también me encantaban las historias de los valientes que hacían justicia ante los desaprensivos que se lanzaban contra nosotros. Me acuerdo que uno de los que una vez nos atracó solía parar en unos recreativos que estaban cerca del colegio. El padre de uno de mis amigos fue a buscarlo, se enfrentó a él y le metió un cabezazo. Fue una historia muy comentada en el colegio. Nos entusiasmaba. Éramos niños y podíamos sobredimensionarlo todo, es verdad. Pero a mí me sigue emocionando mucho recordar esta manera de enfrentarnos al peligro y a esos primeros contactos con la realidad de la vida, al margen de toda esa idealización del mundo que nos suelen contar.

Los «tazos» y mi primera experiencia de sensación de peligro ante un depredador estarán siempre vinculados. Aunque después vinieran muchas más...

LAS SERPIENTES

Recuerdo que un domingo estábamos mis amigos del colegio y yo sentados en un banco de la calle, pasando el día como tantos otros chavales que salen a la calle a jugar y a estar con sus amigos. De repente, aparecieron tres «personajes» a los que se les veían las intenciones de lejos. Los niños son muy listos, pero los adolescentes son extremadamente inteligentes, se huelen el peligro a distancia, más de lo que la

gente se cree. Cuando llegaron donde nosotros estábamos le quitaron el móvil a mi amigo y lo estamparon contra el suelo. Era el teléfono más famoso de la época, el irrompible Nokia 3310, y —como era de esperar— no tenía ni un arañazo, así que lo recogieron y entre risas se lo devolvieron. Se trataba simplemente de pavonear su poder y su crueldad delante de unos críos que no estaban en condiciones de competir con ellos.

Cuando a los once años ya has vivido una experiencia similar, aprendes muy rápido a detectar a las «serpientes» (todos sabemos que el depredador por antonomasia a lo largo de la historia ha sido la serpiente, su imagen provoca un rechazo visceral de forma irracional). Saber detectarlas es un mecanismo de supervivencia extremadamente útil. Así que, más te vale aprenderlo cuanto antes.

Lo que estoy intentando contarte es que con diez u once años no hay un entrenamiento técnico o profesional que valga contra un chaval de dieciocho o más. Aunque hayas aprendido a defenderte y atacar desde que eres un bebé, hay límites que ni siquiera las artes marciales te pueden ayudar a traspasar. Si te sacan cuatro cabezas, te sacan cuatro cabezas. Cuando se es tan jovencito lo único que puedes hacer ante estas situaciones es utilizar la inteligencia, porque con la fuerza física tienes todas las de perder.

Una de las estrategias inteligentes más valiosa es la de no enseñar tu miedo. Si me piden dinero y les ofrezco un «tazo» la cosa empieza a compensarse mediante la inteligencia, pero desde luego no es una ciencia exacta. Hay que estar alerta ante más cosas como, por ejemplo, saber detectar el peligro a tiempo. En su momento empecé a desarrollar una intuición especial para detectar a la gente que tenía intención de hacerme daño en situaciones como las que te estoy contando.

ESTRATEGIAS DE LAS SERPIENTES

Cuando crecimos un poco y ya no teníamos diez años, sino quince o dieciséis, era muy típico que los malos no vinieran intimidando de golpe porque ya no éramos tan niños y antes solían tantear el terreno. Cuanto mayor te hacías era más corriente que no te entraran directamente. Primero se acercaban e intentaban establecer una conversación en plan «social», hablando en un tono normal, aunque no era muy normal que un desconocido empiece a socializar contigo como si te conociera, la verdad.

Desde su estrategia, hay muchas formas de entablar contacto. Te piden un cigarro, un euro, que les dejes la Gameboy o te hablan del

tiempo, pero ese primer contacto es puro tanteo. Lo que pretenden con esta conversación previa es saber de qué pasta estás hecho, si tienes miedo o no. Raramente te dirán directamente «dame todo lo que lleves». Ni que decir tiene que estas situaciones conectan con nuestra parte más primitiva y hacen saltar por los aires todo lo que nos han enseñado sobre «comportarnos con los demás», se trata de un cara a cara previo en el que si transmites la más mínima señal de miedo, de nerviosismo, de poder ser una presa... ¡¡¡PUM!!! El otro se convierte en tu depredador. Lo digo sin duda alguna. Si titubeas acabas de ceder el poder al otro. Principalmente esta es una de las razones más importantes por las que hay que mantener la calma.

LA SELVA

¿Recuerdas cuál era la norma número uno cuando te encuentras con un animal salvaje en la selva? Efectivamente: NO CORRER. Si te encuentras un león y echas a correr, el animal entenderá tu lenguaje corporal como un signo de debilidad. De cualquier forma, el león no conoce tu cara, no sabe dónde vives, y no puede leer si tienes miedo o no, a no ser que le des las razones que necesita. Pero un chaval de barrio sí que sabe muchas cosas tuyas cuando se pone frente a ti y te escucha respirar. Si un extraño se dirige a ti y tartamudeas, tiembblas, parpadeas, gesticulas de determinada manera, se te seca la boca, mueves mucho los brazos, no le miras a la cara y solo miras a alrededor, sabe positivamente que tienes miedo. Es igual que correr frente a una fiera, le estás dando permiso a que vaya tras de ti.

Obviamente, hay veces en las que no te quedará otra que salir por patas para evitar un atraco o una situación de peligro, aun así te recomiendo que no conviertas el salir echando leches a la primera de cambio en tu estrategia principal.

BOLSILLOS OCULTOS

Otro día iba al cine y también me atracaron. Esta vez eran dos tipos de veintitantos. Cuando los vi venir me organicé para meterme la cartera en el calcetín sin que se dieran cuenta y no pudieron robarme nada. Durante aquella época, quizás hasta que cumplí los dieciocho, cuando iba a comprarme una chaqueta siempre buscaba que tuviera bolsillos ocultos, o al menos difíciles de encontrar. Me acuerdo de una

chaqueta que me gustaba mucho a la que le hice un agujero con un punzón para que lo que metiera dentro se quedara entre el forro y la chaqueta, que no se notara nada si tocaban desde fuera, porque el cacheo era habitual.

La mayor parte de las veces usaban su superioridad física para cachearnos mientras nos intimidaban. Lo que más les interesaba era desplumarnos del dinero y de los móviles, que eran los principales botines. Yo llegué a guardarme las cosas con mucha agilidad en los calcetines e incluso en los calzoncillos. También recuerdo meterme las manos en los bolsillos del pantalón, coger las cosas que tenía dentro y sacar la tela como si el bolsillo estuviera vacío, porque todo lo había guardado en el puño, y lo volvía a meter otra vez, protegiendo mis cosas. Estaba desarrollando la misma habilidad que los magos cuando hacen sus trucos. Nada por aquí y nada por allá.

OTRAS ASTUCIAS

La historia que voy a contarte ahora me pasó cuando cursaba 3.º de ESO. Los cambios físicos son muy importantes a determinadas edades. Yo prestaba mucha atención a los de mis amigos porque tardé más que ellos en desarrollarme, lo que supuso tener una imagen de presa infantil incluso cuando ya era todo un adolescente. En mi caso, no me afeité hasta los veinte años y con veintidós seguía teniendo cara de pipiolo, sin barba, y con unas facciones que no resultaban agresivas. Tampoco tenía los brazos del tamaño de dos árboles, así que, a lo mejor, al mirarme la gente, sobre todo los depredadores, no tenían ni idea de la pasta de que estaba hecho. El hecho de desarrollarme más tarde que los demás me obligó a buscar estrategias de supervivencia distintas. Una de ellas fue algo que no recomiendo, poco eficaz y que a largo plazo puede tener consecuencias terribles: potenciar mi vulnerabilidad.

Carlos, el que fue mi mejor amigo hasta que entré en el instituto, era vecino y vivía en el piso de abajo de mi edificio. Puede que yo fuera más «popular» que él en el colegio, pero había muchas otras cosas que apreciaba de él, nos complementábamos muy bien y, como estábamos muy unidos, hacíamos un gran equipo. Pero en el instituto la cosa cambió, él tuvo un desarrollo físico más rápido que yo y empezamos a distanciarnos.

Un día, Carlos y yo íbamos a clase, como todas las tardes, así que serían sobre las 16:00 horas. Se nos acercó un tipejo con ganas de jo-

der y se ensañó conmigo, quizás porque Carlos parecía mayor o tenía menos miedo que yo y se expresó con más confianza. El fulano que nos abordó me quitó las llaves y empezó a jugar con ellas. Ya sabía que no teníamos dinero ni nada de valor que ofrecerles, solo éramos dos estudiantes que íbamos a clase. Así que, como no nos podía robar, decidió simplemente jodernos un rato. En aquel momento temí perder las llaves y quedarme sin la posibilidad de volver a entrar a casa, y eso hubiera supuesto dar explicaciones sobre cómo un chorizo me había quitado las llaves y me había sometido...

Se mezclan muchas sensaciones cuando uno es víctima de un depredador, porque, en definitiva, es un juego de humillación importante. En aquella ocasión intenté poner en juego lo que teníamos en común, la humanidad, y quise darle lástima para que me las devolviera. Apelé sin pudor a su compasión, explicándole que mis padres me acababan de dar llaves de casa como premio a mi responsabilidad y se iban a sentir muy mal si las perdía. Todos los seres humanos podemos sentir pena en algún momento por otra persona, incluso aquel tiparraco. Fue una decisión arriesgada porque inspirar lástima podía servir a este tipo de gente para reforzar su papel de agresor, cuanto más pequeño te presentes ante ellos, más grandes se sentirán. Sin embargo, la estrategia funcionó y me devolvió las llaves, no sin antes humillarme verbalmente de distintas maneras. Me acuerdo pensar el asco que me daba tocar las llaves que había tenido aquel cerdo en sus manos. Tanto a Carlos como a mí nos pilló desprevenidos, así que no tuve tiempo de plantear ningún tipo de plan, solo rogar por lo que era mío, y aspirar a su misericordia. Fue patético y tremendamente deshonesto para mí.

CONOCER AL ENEMIGO

Otra de las estrategias pasaba por conocer al enemigo. Por ejemplo, algunos de los que venían buscando lío eran especialmente supersticiosos. En cierta ocasión, yendo a clase de taekwondo, después del instituto, me entraron dos de ellos. Yo llevaba un muñeco de un delfín con unos ojos muy «creepy», que dicen los americanos, y les dije que estaba maldito. Por la razón que fuera, ya sea porque se creyeron la historia, ya por si las moscas, se marcharon. En otra ocasión, en 4.º de ESO, un compañero al que querían quitar un gorro de lana les dijo con una convicción apabullante «si quieres te lo doy, pero tiene piojos». El otro ni lo tocó.

En otra de esas emboscadas cotidianas, no tuve tiempo ni de esconder el móvil en el calcetín ni en ningún otro sitio, así que no tuve otra que inventar una historia convincente. «Mi hermano acaba de salir de la cárcel y va a ir a por ti como nos hagas algo», le dije. Conforme se lo dije, le cambió la cara y se puso blanco. «¡No, hombre, no! Yo no quiero mal rollo, yo no quiero robarte», decía mientras parpadeaba y se ponía cada vez más nervioso. Esta vez me di cuenta de que yo también podía producir miedo en mi agresor. Las señales son las mismas, somos todos humanos, estemos en el lado en el que estemos. En cuanto transmitió un mínimo de inseguridad aproveché la ocasión para seguir por ese camino y hacerle que pensara que mi hermano mayor iría a por él y le iba a degollar si hacía falta. Hermano que, por cierto, no tengo... tengo un hermano, pero es menor que yo, en aquella época tendría unos doce años.

Estas eran algunas de las salidas que teníamos. Con quince años no se tienen otras herramientas para plantar cara físicamente a ese tipo de gente. De hecho, recuerdo que en 1.º de Bachillerato, con dieciséis años o así, apareció un compañero que volvió lleno de moratones porque se pegó con alguien mayor intentando defenderse. Este tipo de cosas son también las que hacen que tomes conciencia de que empiezas a ser un hombre y ya no eres un niño. Hacerse un hombre implica experiencia, pero también desarrollo físico. De hecho, a medida que mi imagen empezaba a proyectar al hombre que llevaba dentro, dejé de ser el blanco de tantos atracadores de medio pelo, tipos que solían ser de mi edad o como mucho rondarían los veinticinco, pero que tenían una superioridad física de la que se aprovechaban.

A los quince años uno ya no es tan niño y empieza a tomar sus propias decisiones. La primera que yo tomé fue sobre mi propio desarrollo físico, decidí cambiar de gimnasio para practicar un entrenamiento mucho más duro del que había estado recibiendo hasta entonces en taekwondo. Quería endurecerme y lo estaba consiguiendo poco a poco. Fui por decirlo de alguna manera, «afilando mi katana».

LA PRIMERA NAVAJA

Voy a contarte ahora la que considero una experiencia complicada, lo que podríamos llamar una pelea «bestia» de verdad. Suelo referirme a ella como «La historia de la moto», pero también podría llamarse «Mi primera navaja».

Mientras vivía con mi familia en Valencia, era habitual que pasáramos los fines de semana y periodos de vacaciones en el pueblo de mis abuelos, a pocos kilómetros de la capital. Allí solía ir con mis amigos a una discoteca pequeña que estaba en el pueblo de al lado, recuerdo que se llamaba Jaleo y no dejaba de ser un lugar donde reunirse con los colegas a pasar la noche del sábado. Un plan como el de tantos chavales de la zona. Lo único que se salía de la norma es que yo tenía que volver solo a casa, porque mi madre era muy estricta con los horarios y nunca me dejaba volver después de las cuatro. El problema era que el resto de mi pandilla solía quedarse hasta más tarde... Mi madre quizás no se dio cuenta de que era más peligroso volver temprano que llegar más tarde y acompañado por los demás.

Yo tendría dieciséis o diecisiete años, así que volver a las cuatro de la madrugada no me parecía nada mal, pero estábamos en un pueblo que estaba a dos kilómetros y medio de casa y siempre tenía que hacer el camino de regreso solo y a pie porque no tenía coche ni moto. Así que esta historia comienza una noche que volvía a casa con mi ropa de domingo y atravesando el polígono que rodeaba a la discoteca.

Como seres humanos tenemos la cualidad de la intuición, algo que suele suponer una buena ventaja ante situaciones que pueden funcionar en nuestra contra. Cuando hablamos de una situación de «supervivencia», en la que hay depredadores cerca, hay que hacerle caso a la intuición porque rara vez se equivoca. Cuando estás en peligro hay que confiar en los instintos, escucharlos al menos. Otra cosa bien distinta es dejarse llevar por ellos.

Al salir de la discoteca vi a dos tipos que me seguían. Pero en realidad no me seguían. Es decir, tenía la intuición de que me seguían. De repente desaparecieron de mi vista y pensé que me había fallado la intuición. Apenas dos minutos después —o quizás antes— escuché el sonido de una moto que se aproximaba. Se me disparó el estado de alerta. Los malotes del pueblo siempre suelen ir en moto y van envueltos en un montón de «estímulos» que se dirigen directamente a los sentidos. Verlos en posición sobre la moto, escuchar cómo petan el motor para hacerse notar y, sobre todo, impregnar el aire con ese olor tan característico a gasolina quemada, forma parte de su puesta en escena. Este conjunto de cualidades del matón-motero-de-pueblo ha sido un resorte durante mucho tiempo para ponerme en guardia ante lo peor. Ese sonido y ese olor me activaban. Y esa noche tuve claro que iba a pasar algo, y me dije «Más vale que mires a todos los lados, Alberto».

De repente, se posicionaron enfrente de mí. No me acuerdo en absoluto de lo que me dijeron aunque, desde luego, se pusieron a in-

creparme. El que iba de paquete en la parte de atrás empezó a darme voces, pero no recuerdo que me hablaran de pasta ni de los temas que os he contado que solían utilizar esta gente en los tanteos. Creo que me pidió directamente el móvil.

Yo acababa de mandar un SMS (aún no había WhatsApp) a un colega para ver si se volvía conmigo y no me había contestado, quizás fue por eso que vieron que tenía un móvil. Cuando me insistieron en que les diera el teléfono yo les dije que no, pero tenía mucho miedo. El miedo es natural, sobre todo cuando no te sientes con la fuerza de Conan el bárbaro. A pesar de ello y de saberme en inferioridad de condiciones, tenía decidido lanzarme sobre ellos a las bravas. Algo dentro de mí me decía que no saliera corriendo.

La tensión aumentaba por momentos y la estaba experimentando a tope. Yo no dejaba de andar, pero ellos volvían a aparecer frente a mí subidos en su moto y reclamando mi móvil. Yo les decía directamente que no. Uno de ellos tenía todo el rato la mano derecha en el bolsillo y cuando la sacó fue para enseñar un cuchillo, no muy grande, una navajilla de toda la vida. No era un machete ni nada extremadamente peligroso, pero el cuerpo reaccionó y pensé «Ahora sí que hay que correr». Hasta la fecha me habían atracado mil veces, pero nunca me habían quitado nada, no quería que esta fuera la primera vez, y menos aún estando yo entrenando como estaba entrenando. Había cambiado de gimnasio para poder enfrentarme a situaciones difíciles y me sentía en la obligación de no defraudarme a mí mismo. Aun así, tocaba correr, y eso hice.

Salté una valla y me colé en una obra. No me había dado tiempo a superar más de 150 metros, pero es que aquellos tíos me estaban siguiendo en una moto, mientras me gritaban y me amenazaban. Llegué a pensar que ellos solitos iban a conseguir que viniera la policía. Delante de mis ojos, entre las herramientas que habían dejado los que trabajaran en aquella obra, apareció un pico y de nuevo, algo dentro de mí me dijo que si lo cogía me dejarían en paz.

Ellos habían adoptado el papel de depredadores, atracadores, atacantes, como quieras llamarlo, pero yo no asumí el de víctima. Desde el momento en el que les dije que no iba a entregarles mi móvil ellos se jodieron porque no detectaron debilidad. No iban a dejar de intentarlo, pero estoy convencido de que ellos también tenían miedo, por eso sacaron una navaja, porque eran un par de cobardes. Si alguien te quiere atracar y utiliza una navaja es porque es un cobarde que no confía en sus propias capacidades y necesita un objeto para intimidar. Este tipo de personaje siente que su propia presencia es insuficiente

para apabullar a alguien. Y yo sabía que estos dos eran de ese tipo de especie.

Cogí el pico bien fuerte entre mis manos y fui de cara hacia ellos. Un pico —o picola, como lo llamamos en Valencia— es mucho más peligroso que una navaja si se sabe manejar bien. «¡Venid!» les dije sin achantarme lo más mínimo. Mi cerebro iba a tres mil por hora, así que no podía reparar en muchos detalles. No dudé en acercarme a ellos corriendo y tirándome literalmente contra la valla que había saltado minutos antes, como si estuviera poseído por un demonio. La golpeé y me puse a hacer el animal blandiendo el pico, aparentando estar fuera de mí. Cuando me vieron, cogieron la moto y se fueron rápidamente.

Ellos se marcharon y yo me quedé dentro de la obra con el pico en la mano y en estado de furia. Digamos que conocí la predisposición para ir a la guerra, me sentía capaz de luchar en cualquier batalla. Lo más curioso es que si alguien podía ser sorprendido en ese momento «con las manos en la masa», ese era yo, que estaba cometiendo un acto ilegal dentro de una propiedad privada delimitada por una verja. Las obras no son de dominio público precisamente. Así que en cuanto pude desprenderme del estado catártico en el que había entrado me armé de autodeterminación y emprendí el camino a casa.

Esta anécdota se la conté a mis amigos del instituto, pero no a los del pueblo ni a los del gimnasio. Yo no pensé que hubiera actuado de manera extremadamente cobarde, pero a mis amigos del pueblo siempre les decía que sabía artes marciales y me habían visto pegarme con gente. El hecho de que se pudiera entender que había huido sin utilizar mis destrezas podía hacer daño a mi reputación (y mi autoestima) de alguna manera. El caso es que ahora que estoy recordando esta anécdota pienso que ¡GUAU!, aquella noche tuve un par de huevos y fui un idiota al no haber contado nada en el pueblo. Definitivamente, el paso del tiempo te hace ver las cosas con perspectiva y entender todo de manera distinta. No puedo evitar sonreír cuando me acuerdo de otro amigo mío del instituto, Javi, al que sí le conté la batalla y bromeaba conmigo llamándome «picoletto».

EL ÚLTIMO ATRACO

Después de la experiencia con los motoristas yo me sentía diferente. La última vez que creo recordar que me atracaron fue a los dieciocho, ya había terminado mis días de estudiante en el instituto y había em-

pezado la carrera de Ingeniería Industrial. El día en que ocurrió lo que te voy a contar yo había salido a comprarme la revista *Dojo*, iba con mi mochila, directamente de la universidad al kiosco de mi barrio. Aquel día no iba en bicicleta, aunque solía hacerlo habitualmente. Como en el kiosco no tenían la revista, fui andando hasta otro que estaba por la zona de mi antiguo instituto. Allí, en la zona del parque, vi a un «depredador» que ya conocía de antes. Y él me vio a mí. Se trataba del indeseable que protagonizaba la anécdota que te he contado antes, el que se puso a jugar con mis llaves, para demostrar su superioridad. Habían pasado cuatro años, pero yo recordaba perfectamente a este cabroncete. Se me quedó mirando y, aunque parecía no tener claro de qué nos conocíamos, debió pensar que yo ya había sido su víctima en algún momento y que me moría de ganas de serlo otra vez. Desgraciadamente para él, yo ya no era el chaval de 14 años que suplicaba que no le robaran las llaves...

Supongo que mi aspecto seguía siendo aniñado, de hecho, seguía siendo lampiño porque la barba —¡Me cago en la leche!— nunca me ha crecido como yo hubiera querido. Para que te hagas una idea, en aquella época lo máximo que podía conseguir lucir era un bigote que me aproximaba peligrosamente al perfil de Cantinflas... El caso es que cuando me vine a dar cuenta ya tenía encima de mí a aquel tipejo y me estaba entrando con la típica frase de «Amigo, ¿no te acuerdas de mí? ¿Tienes un euro?». Su actitud estaba cargada de recochineo. Le noté ánimo de picar y, por supuesto, de intimidar, por lo que me fui cabreando por momentos.

De pronto se me puso delante, como para cortarme el paso, y le dije «¡Quítate! ¡Vete!». Tenía control sobre lo que le estaba proyectando y mi mirada no pretendía ser de rabia total, más bien quería que entendiera que me daban igual sus problemas, que lo despreciaba sin más. Quise decirle con la mirada algo así como «Déjame en paz, no me molestes, me aburres». Lo que ocurrió es que mi mirada estaba focalizada en una cosa, pero mis palabras emergieron con otro tono. Creo que podía interpretarse como una manera de hablar menos agresiva que la propia mirada y sin verdadera confianza en mí mismo. Él no se lo pensó dos veces y sacó el cortaúñas. «¿Quieres que te dé un poco de esto?», me dijo mientras subía el tono de chulo que yo ya le conocía de antes. La verdad es que al ver el cortaúñas pensé que aquel pobre desgraciado no había encontrado algo mejor y me hizo hasta gracia.

Ante semejante situación intenté actuar sin que se me nublara el raciocinio. Tenía claro que aquel tío era más grande que yo, pero no

más fuerte, así que no iba a quitarme nada. Entendí que quería entretenerse sádicamente mediante la intimidación. Simplemente quería acobardar a alguien que pasaba por allí, para seguir marcando el territorio y ejerciendo su papel psicopático, por decirlo de alguna manera.

Yo me quité la mochila rápidamente y él debió pensar que lo hice para darle algo que tuviera dentro, pero no era mi intención. Lo que le di fue un golpe con ella mientras, al mismo tiempo, le cogía la mano que sujetaba el cortaúñas. Casi al mismo tiempo le metí un puñetazo directo en la cara. Aún recuerdo sentir cómo mis nudillos se estampaban en su pómulo. El soltó el cuchillo automáticamente, de hecho, no intentó atacarme con él.

Recuerdo pensar que, pese a que había soltado el cuchillo, de ninguna manera tenía que dejarle libre la mano del «arma» porque entonces sí podría tener un disgusto. La posición en que lo tenía me permitía darle en la cara una y otra vez, y eso hice. Había gente alrededor que se quedaba mirando, pero nadie hacía nada. Yo no tengo ni idea de quién miraba o dejaba de mirar, pero desde luego no estábamos en un lugar desierto. Estábamos en un parque urbano y éramos dos chavales a puñetazo limpio. En cualquier caso, como digo, nadie abrió la boca.

Después de tirar el cuchillo intentó golpearme con la otra mano, pero yo le estaba metiendo unos golpes de tal manera que cayó al suelo, se incorporó y, al levantarse, se fue corriendo. Esta vez le tocaba escapar a él. Cuando terminó la pelea me di cuenta de que al conseguir que su cuchillo cayera al suelo, a pesar de que era una mierda de cuchillo, tenía que haber establecido una maniobra que me hubiera permitido recuperarlo. En este tipo de enfrentamiento hay que evitar que el enemigo recupere su arma, porque puede volver a atacarte. Fue un error que tenía que ver con la falta de experiencia y el exceso de nervios. Cuando vi que se marchaba recogí mi mochila y me fui corriendo a casa.

Creo que finalmente aquella tarde no conseguí comprarme la *Dojo*. Lo que sí recuerdo sin ningún tipo de duda es que esta fue la última vez que intentaron atacarme.