

el aula  
**e-nos**

# El karate le ha enseñado a ser paciente

Valeria Pedicini - Sep 05, 2020

*Curso Comenzar a contar(Nos)*

*Erick Lezama*

# El karate le ha enseñado a ser paciente



**El venezolano Antonio Díaz, dos veces campeón mundial de karate, había soñado desde niño con participar en unos Juegos Olímpicos. Parecía algo imposible de lograr porque el suyo no era considerado un deporte olímpico, hasta que fue admitido para la cita de Tokio 2020. Él, a sus 40 años, estaría ahí, pero se atravesó la pandemia de covid-19.**



**Una voz en lo alto dice su nombre y resuena en cada rincón del estadio. Cerca de 15 mil personas aplauden, gritan, algunos ondean la bandera tricolor, los fotógrafos presionan una y otra vez el obturador de sus cámaras para inmortalizar el momento.**

Todas las miradas apuntan al venezolano Antonio Díaz. Él, descalzo y con su reluciente *karategui*, camina con paso decidido al centro del Nippon Budokan de Japón, en Tokio. El karateca conoce el emblemático lugar, considerado el corazón mundial de las artes marciales, porque ha estado ahí otras veces. Pero esta oportunidad es especial e irrepetible: es su primera vez en unos Juegos Olímpicos.

Antonio se detiene sobre el tatami, frente a los miembros del jurado, y saluda haciendo una reverencia. La concentración del atleta enmudece a la multitud. Respira profundo. Aguarda unos segundos y con el sonido del *kiai* inicia su presentación olímpica. Mueve el cuerpo y cuida que los ángulos y las trayectorias sean correctos. En su modalidad, *kata*, la magia está escondida en los detalles. Es un combate sin adversario donde lo importante es la técnica precisa.

¿Piensa en llevarse una medalla a casa? ¿Ganar plata, bronce, oro? Antonio quiere, sobre todo, disfrutar este instante, recordarlo por siempre: será su último *kata*.

Nada de esto es real.

Todo transcurre, una y otra vez, en su imaginación.

De pronto sale del ensimismamiento y se esfuma la escena de los Juegos Olímpicos que ha recreado muchas veces en su mente durante los últimos meses. **No está en Tokio. Está en su casa, en Venezuela, con su hijo y su esposa, mientras en el mundo avanza la pandemia de covid-19**

Antonio veía las noticias todos los días. Estaba muy pendiente de los anuncios del Comité Olímpico Internacional (COI) y de lo que decían

los periodistas de la fuente olímpica. Era mediados de marzo de 2020 y ya la pandemia de covid-19 tenía al mundo confinado. Conciertos, festivales, convenciones, torneos, reuniones, congresos se habían cancelado o pospuesto. Antonio necesitaba saber qué pasaría con los Juegos Olímpicos de Tokio que iniciarían en julio.

Eran muchas las hipótesis que circulaban: unos decían que el evento sería reprogramado, nadie sabía para cuándo; otros, que se haría en la fecha prevista, pero sin público. Y otros recordaban que las olimpiadas debían tener cuatro años de diferencia entre una edición y otra, según las reglas de la Carta Olímpica, así que, si la competición de Tokio no se llevaba a cabo en 2020, se suspendería por completo, sin reprogramación: los siguientes Juegos Olímpicos serían los de París 2024.

Ese era el miedo más grande de Antonio.

**En sus planes no había espacio para cancelaciones, ni tiempo para esperar cuatro o quién sabe cuántos años más.**

Era la edición de Tokio o ninguna otra.

El ahora o nunca.

Antonio había estado toda la vida detrás de ese momento. Siguió de cerca los múltiples intentos de la Federación Mundial de Karate para que la disciplina fuese admitida como deporte olímpico y, cuando anunciaron que debutaría en la cita de Tokio, replanteó su retiro como atleta solo para, a sus 40 años, estar ahí.

Era una búsqueda que llevaba años. El karate estuvo muy cerca de conseguirlo en dos oportunidades: para los Juegos Olímpicos de Londres, en 2012, cuando al final no alcanzó los votos necesarios; y

para la edición de Río de Janeiro, en 2016, cuando quedó de 3ro en las votaciones, detrás del golf y el rugby.



¿Cómo es que ahora una pandemia le arrebataría eso por lo que tanto había luchado? “Ahora que por fin tuve oportunidad de ir a unos Juegos Olímpicos, ¿los van a suspender?”. **Antonio esperaba que el anuncio no fuese una cancelación y que el rumor de una reprogramación para el próximo año fuese la decisión final del COI y del gobierno japonés.**

A Antonio Díaz siempre le encantaron los Juegos Olímpicos. De niño, era una tradición que la familia se reuniera a verlos. A él se le iluminaban los ojos frente al televisor viendo las competencias. Y comenzó a soñar con estar ahí.

A los 6 años, entró a un *dojo* para iniciarse en el karate, la disciplina que también practicaban sus padres. Era, para él, una actividad recreativa. La meta, quizá, era graduarse de cinturón negro en su clase.

Antonio nunca fue el niño estrella del gimnasio. No era el más coordinado, ni el más ágil, ni el más atlético. No le iba bien, no tenía buenos resultados sobre el tatami, pero no dejaba de asistir a sus clases. **Era constante y disciplinado porque el karate le apasionaba y lo impulsaba a ser cada vez mejor.**

Fue a los 13 años, después de su primera competencia importante, cuando comenzó a tomárselo en serio: la selección nacional venezolana lo escogió para que le hiciera la suplencia a un atleta en un Campeonato Panamericano Juvenil. Logró la medalla de oro y así comenzó a querer llegar más lejos. “Yo quiero ser campeón del mundo”, se dijo entonces. El Campeonato Mundial de Karate, que se lleva a cabo cada dos años, era lo máximo a lo que podían aspirar los karatecas, pues no tenían espacio en los Juegos Olímpicos.

El karate, para él, seguía siendo una actividad paralela. Siempre pensó que necesitaba una carrera y fue por eso que estudió comunicación social en la Universidad Católica Andrés Bello. Dividió su jornada entre las aulas y el tatami. Corría de un lugar a otro para llegar a tiempo a sus responsabilidades. **Su propia regla era no pensar en el karate cuando estaba en la universidad y viceversa. Y le funcionó.**

En esa época su carrera como deportista comenzó a despegar. En 2002, en Madrid, a los 22 años, obtuvo su primera medalla mundial: fue de bronce. Como también lo fueron las preseas que alcanzó en los campeonatos mundiales de 2004 y 2006. Al año siguiente, comenzó a entrenar con un maestro de karate en Japón y vio los frutos de su esfuerzo en 2008, cuando ganó la medalla de plata.

Entonces comenzó a pensar en el oro.

**Y dos años después, en el mundial celebrado en Belgrado, lo hizo realidad: se convirtió en campeón del mundo.**

Y no le bastó: en 2012 repitió medalla de oro. Imparable, Antonio quería lograr el 3er título para obtener el récord de tres mundiales ganados consecutivamente por un atleta. Con esa idea, viajó a Alemania, en 2014. El cambio de clima en Europa no le sentó bien y le ocasionó una gripe que le bajó las defensas. Además, le tocaron rivales fuertes. Terminó perdiendo en 4tos de final con un alemán: se llevó una medalla de bronce.

Antonio, el atleta que antes había logrado un Récord Guinness por ser el karateca con más medallas en los campeonatos mundiales, sintió que, a sus 34 años, salía del tatami por la puerta de atrás. “Ya es suficiente”, se dijo. Su maestro, entonces, le recomendó que se dedicara a enseñar a otros. Y él aceptó. Para prepararse como instructor, viajaría a Japón.

Pero los planes cambiaron de pronto cuando su maestro falleció. Era 2015. Antonio se sintió un poco perdido, sin saber muy bien qué hacer. Lo pensó y decidió darse una última oportunidad en el próximo Campeonato Mundial de Karate en 2016. **Quería demostrar de qué estaba hecho. Quitarse el sinsabor que le había dejado su última actuación en ese evento.**

Después, ahora sí, se retiraría.

Ese sería su punto y final como atleta.

En la cita, celebrada en Austria, Antonio perdió en la semifinal con el representante de Japón; pero aquel fue un campeonato reñido en el que lo dio todo y del que salió satisfecho.

Antonio siempre veía a compañeros de otros deportes compitiendo en los Juegos Olímpicos y, a veces, le daba un poco de rabia el hecho de que él solo podía aspirar al campeonato mundial. Ir a unas olimpiadas era su deseo desde niño, desde antes de tomarse el deporte en serio.

Fue por eso que una noticia hizo que la chispa de su sueño volviera a crepitar: el día antes de la inauguración de los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, en julio de 2016, anunciaron que el karate estaría dentro del programa para la cita de Tokio 2020. “No llego a tiempo, para 2020 no voy a estar ahí”, se dijo al principio, firme en su decisión de retirarse.

Pero comenzó a hacerse preguntas. A dudar. “Ver los juegos en 2020 por televisión sabiendo que yo pude haber estado ahí y preguntarme *qué hubiese pasado si lo hubiese intentado...*”. Cuando a su mente llegó esa pregunta, se respondió que no quería quedarse con la duda. Le contó a su esposa y a sus padres y ellos lo apoyaron. Tenía entonces 36 años; en 2020 tendría 40. **Antonio sabía que no iba a ser fácil, que no estaba en su mejor momento como atleta, pero quería intentarlo. Y sentía que podía clasificar.**

Una vez más, dilató su retiro.

Esa sería, ahora así, su despedida.

Una despedida por la puerta grande.

Entusiasmado, comenzó su camino para la clasificación. Un camino que fue muy duro. De caídas, golpes y bajas. Antonio no veía reflejado en los resultados el esfuerzo que le ponía. Dejó de estar en el podio. A veces quedaba de 5to, 8vo o 7mo. Se sentía devastado. Comenzó a dudar de sí mismo. Se preguntaba si no estaba a la altura del reto.





**En algún momento, sin embargo, se planteó ver el cuadro más grande. “El objetivo no es ganar cada campeonato —se dijo— sino clasificar a Tokio 2020”.** Ahí todo cambió. Entendió que esta vez se trataba de una carrera de resistencia. No se llevaba medallas, pero sus actuaciones eran consistentes. Su propósito era clasificar directamente en la primera etapa con los puntos acumulados en el ranking, obtenidos de las actuaciones en los eventos de la Liga Mundial de Karate desde septiembre de 2018 hasta abril de 2020, además de los campeonatos continentales y mundiales.

Y lo logró: clasificó.

En febrero de 2020 estaba listo para participar en los Juegos Olímpicos.

Antonio tenía otros compromisos que atender. Viajó a España para un campamento de entrenamiento en Tenerife y después de eso, volaría a Marruecos para participar en un último torneo antes de la cita olímpica.

Eso no ocurrió: el evento en Marruecos se suspendió por la pandemia de covid-19.

Cambió el destino de su vuelo para regresar a Venezuela cuanto antes.

Llegó a tiempo a casa. Aterrizó en Venezuela la noche del 11 de marzo de 2020, dos días antes de que fueran anunciados los dos primeros casos de covid-19 en el país. Ese mismo fin de semana ordenaron el cierre de las fronteras y el espacio aéreo venezolano. Tenía dos meses sin estar con sus padres, su esposa y su bebé de poco más de un año.

**Tarde o temprano se decidiría qué pasaría con los Juegos Olímpicos de Tokio 2020. La incertidumbre y la ansiedad aumentaban cada día que pasaba sin tener noticias.** Pensaba que cuatro años más era mucho tiempo por una carrera que ya se había alargado demasiado. Y pensaba que, en todo caso, el karate no estaba confirmado para la edición de 2024.

Por eso, Antonio revisaba con afán los portales de noticias y las redes sociales. Su miedo se fue disipando cuando empezó a tomar fuerza el rumor de que los Juegos Olímpicos serían reprogramados. Al estar en la comisión de atletas de la Federación Mundial de Karate, tenía acceso a información de primera mano.

El 24 de marzo, los organizadores de las Olimpiadas de Tokio acordaron posponer la edición 2020 para el 23 de julio de 2021.

Antonio respiró aliviado cuando supo la noticia: su sueño olímpico seguía vivo y él con las mismas ganas de hacerlo realidad. Solo tendría que esperar un año más. Lo vio como un tiempo para respirar, para tomarse las cosas con calma y aprovechar para llegar a Tokio mejor preparado.

Acostumbrado a entrenamientos en gimnasios o espacios adecuados para rutinas de ejercicio, el confinamiento representaba un nuevo desafío. Inició una rutina para mantenerse en forma y trabajar en aspectos que requieren más empeño. Con el ritmo que llevaba, le costaba dedicarles tiempo a los ejercicios de fuerza para desarrollar masa muscular. Pero ahora si algo tiene es tiempo.

**Comenzó a frecuentar la casa de sus padres para entrenar en un pequeño *dojo* que tiene allí, de la época en que vivía con ellos.** Pero con el aumento de los casos de covid-19 dejó de ir. Entonces agarró unas piezas del tatami y las puso en el piso de la sala de su apartamento y se ejercita allí. O a veces atraviesa la ciudad hasta su *dojo*, que abrió hace dos años para formar a nuevas generaciones de karatecas y ahora está cerrado por la cuarentena. Ahí tiene más espacio para su rutina.

Con la suspensión de los juegos, fue inevitable que desconcentrara el ritmo. La desmotivación a veces le juega en contra: el encierro, las limitaciones para entrenar, la incertidumbre, la ansiedad... saber que no habrá más eventos deportivos en 2020, que no hay un compromiso cercano, también influye. Es un juego mental que le resulta difícil de llevar.

**Hay días en los que pararse de la cama es su primera victoria, días en los que solo le provoca quedarse allí.** Pero en esos momentos prefiere enfocarse en el “aquí y el ahora”. Piensa en las clases *online* que comenzó a dictar —antes no le agradaba la idea, pero con la pandemia se animó a impartirlas pese a la precaria

conexión a Internet. Piensa en que no está solo, que es maravilloso disfrutar este tiempo junto a su esposa, su pequeño hijo —a quien considera su maestro y su inspiración— y su mascota. Piensa en que el karate, a lo largo de 20 años, lo ha enseñado a ser paciente. **Piensa en todo eso y entonces cierra los ojos y se imagina en el estadio Nippon Budokan.**

**Ese sueño permanece intacto y quiere hacerlo realidad.**

DESARROLLADO POR:

la  
vida  
de  
**nos**

**El Aula e-nos**

[www.lavidadenos.com](http://www.lavidadenos.com)

[lavidadenos@gmail.com](mailto:lavidadenos@gmail.com)

@lavidadenos

*Este documento tiene fines formativos. No puede ser reproducido ni distribuido, total o parcialmente, ni con fines comerciales, sin el consentimiento de su propietario.*