

Nork esan zuen  
lapurrek eta  
koldarrek baizik ez  
dutela korrika  
egiten? Atletak  
mutuak direla  
pentsatzen zuen  
batek, agian.

**SUSTRAI COLINA**  
Argazkiak: Alex Larretxi

• PERTSONAIA •  
**Martin Fiz**

# «Miseria politiko asko tapatzeko erabiltzen da kirola»

**Zenbateko garrantzia du bakoitzaren jatorri sozialak maratoia bezalako kirol sufritu batean?**

Handia. Gurasoengandik jaso ditut lana, sakrifizioa eta umiltasuna bezalako baloreak. Langile etxea zen gurea, ez aberatsa eta ez pobrea, baina gaur egungo atleta afrikarren ezaugarriak erantsi zizkidaten bertan. Zergatik dira hain onak kenyarrak edo etiopiarrek? Guk jaso genituen baina gure haurrek ez dauzkaten aipaturiko balore horiek dauzkatelako. Ez da kasualitatea iraupen luzeko kirolari gehienak jatorri xumekoak izatea. Beste gauza askoren artean jatorri horrek, halabeharrez, elikadura oinarritzakoagoa eta sanoagoa dakar. Nekez agertuko da Estatu Batuetan punta-puntako maratolari belaunaldirik, NBAk dena jaten duelako batetik, eta batez ere, dakarten herentzia genetikoak ez delako kirol aerobikoetarako egokia. Nik alde horretatik zorte itzela izan dut lasterka egiteko neurri-neurriko gene eta dohainak izan ditudalako, eta zertarako jaio nintzen topatu dudalako. Funtsean, pribilegio bikoitza da nirea, bizi-arrazoia aurkitu, eta bizi-arrazoi hortaz janzten izugarri gozatzea.

**Gurasoei ez zien graziaz egiten ordea zu ari-  
neketan ibiltzeak. Lehen lasterketetara erdi-  
gordean erdi-ihesean joaten omen zinen.**

Orain 35 urte kirolaren inguruko filosofia beste bat zen. Haurra nintzela, argala izaki, amak mizkin eta gaixo ikusten ninduen, edozein unetan zerbait gertatuko zitzaidala iruditzen. Gure amarentzat gustuz korrika egitea bizitza izorratzea zen, eta ez zen erraza izan asimilatzea. Denborarekin, eskailerak igotzen joan ahala, nire amets eta kalkuluekin segitzen nuen, baina nola arraio azaldu behar nien gurasoei nire *hobby*ari emanda bizitzeko lanpostu finko bat uztera nindoa? Ez zen samurra izan. Zuk pentsa atletismotik lau zoro baino ez direla bizi. Gertatzen dena da herri izaerako hiria dela Gasteiz, eta kaleko jendeak ezagutu eta animatzeak urguilua puztu eta aurrera segitzeko kementa ematen zidala. Horregatik, hortik bizitzeko gai izango nintzela uste gabe gailurrera heltzeko kapaz nintzela uste gabe gailur hartu nuen erabakia. Diruak ez zidan lo

askorik kentzen. Aski nituen gutizietarako duro batzuk.

**Norberekiko sinesmena eta buru-indarra dira eliteko kirolaren gakoak?**

Eliteko kirolari baten balantzak orekatua behar duela esaten da, baina nik buru-indarraren aldera desorekatuko nuke. Etsaiek baino hobeto entrenatu duzula, umiltasunez jokatzeko bestea baino hobea izan zaitezkeela, eta irabazi dezakezula sinestea dira arrakastaren giltzak. Horrek erakusten dizu lehiari aurre egiten, E eguneko O orduan sasoi betean egoten. Gure garaian apenas zegoen kirol-psikologorik eta entrenamenduetan kronometroa ahalbait arinen gelditzeak ematen zigun indarra. Orain, izugarri lantzen da buru-indarra, eta normalean, psikologo eta entrenatzaile pertsonalek esne-mamitan eramaten zaituzte lasterketa eguneraino.

**Lasterketa egunera arteko entrenamenduak oso matematikoa dirudi, baina gero...**

Kirolari batentzat bi gehi bi ez dira sekula lau izan, eta ez dira sekula lau izango. Lasterketara artekoa milimetrikoki prestatuko duzu, baina aski da bezperan gaizki lo egitea, zure inguruko bati arazo bat sortzea, edo betiko oinetakoak puskatzea, neuronak desbariatzen hasi, gauzei behar baino buelta gehiago eman, eta dena hankaz gora joateko. Egia da arlo zientifikoa geroz eta presenteago eta garatuago dagoela, baina kirolean ez dago matematikarik.

**Matematikariek ez badago, zertan datza maratolariaren talentuak?**

Asto batekin ezin da lasterketako zaldirik egin, baina talentua lan nekagaitzaren ondorio zuzena da. Mugara heldu zarela uste duzunean urrunago joateko gaitasuna eta norbere burua ezagutzea ezinbestekoak dira. Horregatik ateratzen naiz mp3-rik gabe entrenatzera. Gustatzen zait nire gorputza entzuten joatea. Horrela soilik jakin nezake pausorik pauso eta giharrez gihar nola noan, zenbat eman dezakedan, noiz geratu behar dudana. Gorputzak ezagutzen ez dizkiogun iraupen eta erresistentzia dauzka. Autoa bezala da. Erreserban sartzen

## Dopina

**“Kazetariek mentalitatez aldatu behar dute. Ezin liteke egunkariak saltzeagatik direnak eta bi esan. Dopina bera baino sarraski handiagoa egiten ari dira. Ez da normala irabazten duzunean denek pentsatzea dopatuta zaudela. Dopinaz hitz egin behar da, baina dopinaz hitz egitea tokatzen denean”.**



denean argi gorria piztu eta geratzeko esaten dizu, baina zaude seguru beste pixka bat segi dezakezula.

### Sufritzen ikasi liteke, beraz?

Egiten ari zarena gustuko duzun heinean bai. Esaterako, liburu bat idazteko ere sufritu behar duzu. Nola pasako dituzu egunero ez dakit zenbat ordu etxean sartuta idazten, ez bazaizu egiten ari zarena gustatzen? Ezinbestez elkartu behar dituzu sufrimendua eta plazera. Nik orain orotariko kirolak egiten ditut baina denek daukate sufrimenduarekin zerikusia. Juanito Oiertzabalekin Aconcaguara igo

nintzen, Fernando Escartinen erronkari erantzun eta aurrez bizikletan ibili gabea izan arren Quebrantahuesos-a korritu nuen, Saharako desertuko maratokia izan berria naiz... Sufritzea eta agonikoa den oro gustatu egiten zait, horri aurre egiteko gaitua sentitzen naizelako. Badakit helmugara iristeko ehuneko oso altu bat bermatuta daukadala.

### Espiritu hori islatzen da eguneroko bizitzan?

Jakina. Maratoi bat egiteko gai dena bizitzaren oihanean mugitzeko kapable da. Lehia eta lehiakortasuna nagusi diren gizarte batean bizi gara, eta zurrumbilo horretan ez itotzeko

arma oso garrantzitsuak ematen ditu kirolak. Zergatik uste duzu exekutiboak, medikuak, arkitektoak edo gisa guztietako profesionalak saiatzen direla kirol erronka bati aurre egiten? Barruan daramaten estres pilatua askatzeko behar gorria daukate, eta bestalde, kirol erronka horiek gainditzeak segurtasuna ematen die euren lanerako pertsona hobeak bilakatuz. Niri izugarri balio izan dit. Sufritzeko eta aurrera egiteko gaitasuna duzula jakiteak edozertarako indarra ematen dizu.

### Euskaldunagoa?

"Gurasoak Salamancako Tamames herrikoak dira, eta aitaren lanpostuaren atzetik etorri ziren Gasteizera. Ni hemen sortua naiz, hemen daramat bizitza osoa, nire burua euskalduntzat daukat, baina ez nintzateke ausartuko nire gurasoak baino euskaldunagoa naizela esatera. Kontua ez baita non sortzen zaren, non errotzen zaren baizik".

### Nortasun agiria

1963ko martxoaren 3an Gasteizen jaio zen maratoilari ospetsu hau. 1994an Europako txapelkun izan zen Helsinkin, eta handik urtebetera, urrezko domina eskuratu zuen Gotenburgoko Munduko Txapelketan. Urte hartan bertan, Espainiako Estatuko atleta onena izendatu zuten, baina handik bi urterako munduko txapelketan azpi-txapelkun geratu zen. 2001ean erretiratu zen goi mailako lehiaketetatik, garaipen andana eta 2 ordu 8 minutu eta 5 segundoko marka utzita.



**Zuk esan duzu: jende asko hasten da egun batetik bestera kirola egiten, eta batzuek sekulako astakeriak egiten dituzte.**

Umetan edo gaztetan egindakoa memoriaren txipean grabatuta geratzen zaigu, eta behin bizitza orekatuta, asko dira berriz kirola egiten hasten direnak. Gustukoa dute, on egiten die, eta izerditzea plazer une bihurtzen dute. Baina astakeria asko ikusten dira, eta istripuak ez gutxi. Jendeak dena dakiela eta 20 urteko sasoi duela uste du eta... Profesionalen esku jartzea ezinbestekoa da. Kanpotik begiratuta ematen du denak gaudela sano, baina barrutik aztertuta sekulako sorpresak agertzen dira. Nik ez daukat dudarik, jendeak kirola egin behar du, baina bakoitzari dagokion neurrian, eta buru apur batekin.

**Heldu asko hasten den arren korrika, gutxiengoa dira atletismoan izena ematen duten haurrak.**

Kuriosoa da, atletismoa Olinpiar Jokoetako kirol nagusia da, baina gero... Dena diruak mugitzen du, alegia futbolak eta saskibaloiak, eta oso zaila da gaztetxoak atletismora erakartzeko. Seme-alabak gehiegi estutzen ditugula uste dut. Ikasketak egitea nahi dugu, bost hizkuntza jakitea, familia eta lagunekin denbora pasatzea, eta gainera kirola egitea. Jakina gaztetxoek kirola egin nahi dutela, baina inolako presio eta ardurarik gabe, emaitzen exijentzia barik. Bizimoduak erosotasunera darama. Teknologia harremanak egiteko modua hankaz gora jarri du, eta jendeak nahiago du pantaila aurrean egon kalera irten baino. Niri izugarri gustatzen zitzaidan lasterketetara autobusean kantatzen eta neskekin ligatzen joatea, baina egungo gaztetxo askori aspergarria zaie. Bizimodu aldaketak kalte handia egiten die kirol minoritarioei.

**Eta interes politikoei kalte egiten diote kirolari?**

Atleta izugarri presionatzen duten heinean bai. Irten aurretik zure dominarekin kontatzen dutenean denetik pasatzen zaizu burutik. Atlantako Olinpiar Jokoetan laugarren helmugaratu nintzenean zintzilikatu behar nindutela ikusten nuen batzuen begiradan, eta urteak kosta zitzaidan frustrazio hura egun sentitzen dudana poz bihurtzen. Miseria politiko asko tapatzeko erabiltzen da kirola. Iazko uztailan, Espainiako futbol selekzioak Eurokopa irabazi zuenean, nor akordatzaren krisiarekin?

**Interesez ari gareno, eliteko kirolari guztiei legez, zuri ere sarri nahastuko zitzaizkizun kirol-interes eta interes ekonomikoak.**

Goi-maila zapaldu orduko, entrenatzailea, fisioa eta medikua baino lehen, managerra agertzen da zure bizitzan. Eliteko atletaren

## AZKEN HITZA

### Burutazioak

“Korrika ari naizela denetik pasatzen zait burutik. Eguneroko txikikeriak, asmoak, ametsak... Munduko txapeldun izan nintzen egunean ez nintzen konturatu ere egin, eta ezin izan nuen uneaz gozatu. Handik hiru egunera, Gasteizen bakarrik entrenatzen ari nintzela, jabetu nintzen lorpenaz, eta nire buruari behin eta berriz esaten nion: ‘Munduko txapelduna nauk!’. Bakardade sufritu horretan ez dago zentsurarik”.

### Eliteko gutxiago

“Kiroletako oinetakoak janzteaz geroz eta errazagoa da, geroz eta gimnasio gehiago dago, eta geroz eta jende gehiago egiten du kirola. Hori bai, egunerokoaren presioa askatzea da helburu bakarra, eta ez dute presio erantsirik nahi. Aurrera begira, geroz eta eliteko kirolari gutxiago egongo da”.

### Laguna baina etsaia

“Maratoian taldekideak ere etsaiak dira. Begiratu gertatu zen 1997an Atenasko Munduko Txapelketan. Abel Antonek ez zuen errukirik izan, lasterketa osoan nire atzetik joan, eta azken 200 metroetan esprinta jotzeko. Laguna zen, baina etsaia”.

kezka bakarra ahalik eta lasterren korri egitea da, eta beste guztia managerraren esku dago. Nik esaterako, Japonen korritzen nituen maratoi gehienak tratu oso ona jasotzeaz gain, tratu oso onak egiten nituelako. Arrakastarako probabilitate eta aukera handiak izateko urtean bi maratoi nahikoa eta sobera dira, baina guk beti korritzen genituen hiru. Udaberrikoan marka egiteagatik ordaintzen ziguten, eta egurrean ibiltzen ginen denok. Udakoak, Olinpiar Jokoak edo munduko txapelketak ziren, eta hor berez ez zegoen txakur txikirik, baina goian geratuz gero bekak eta publizitate kontratuak ziurtatzen genituen. Azkenik, udazkenekoa iristen zen, eta irabazteko oso-oso aukera gutxi izan arren, negua luzea zela, eta haurrek jan behar zutela pentsatuz, itxuroso samar ibiltzen saiatzen ginen. Horregatik, ez dut, berriz afizionatu bat izan arte, Behobia-Donostian parte hartu. Beti egiten zuen nire udazkeneko maratoiarekin bat. Ni profesionala nintzen, eta egunero zortzi orduz entrenatzen nuen, kirol eta diru etekin ahal bezain handiak ateratzeko.

**Etekin horiek soilik geratzen dira lasterketak ez ezik karrera ere amaitzen denean?**

Oso gogorra da, oso-oso gogorra. Egun batetik bestera ez dizu inork bizkarrean aupadarik ematen, komunikabide eta babesleek askoz gutxiago deitzen dizute, oharkabea pasatzen zara. Karrera osoa soka gainean doan funambulistarena egiten pasatzen duzu, eta behin erorita, heldulekurik gabe amildegian behera eta behera zoazela iruditzen zaizu. Hasieran denari heltzen diozu, edozer onartzeko prest zaude, eta pixkanaka-pixkanaka oreka berri bat topatzen joaten zara. Nik zorte itzela izan dut, 2001etik hona lasterketetatik erretiratuta egon arren, kirolek bizitzeko aukera izan baitut. Konferentziak, kolaborazioak, esatari lana... Saltsan segi ahal izateak, urtetan pilatutako esperientzia transmititzeko paradaz gain, sekulako arnasa ematen dit. ■