

Pandemonio



Beto Ortiz

bortiz@peru21.com

Entrenar cansa

En la ilusión de que ponerme (¿de nuevo?) a bajar de peso constituirá una eficaz estrategia de mercadeo para su novísima marca en inglés, una transnacional de la salud me invita a enrolarme gratis en su flamante iglesia de la juventud eterna. No sé a quién se le ocurrió. Tampoco qué méritos hice para obtener este castigo divino que han disfrazado de beca completa. Será que alguna jefa de imagen obstinada vio pasar mi pícnica humanidad ante sus ojos mientras hacía aburrido zapping y exclamó: «¡me pareció ver un lindo chanchito!».

Como en las viejas peluquerías, el espejo de adelante refleja obediente todo lo que ve el espejo de atrás. O lo que es lo mismo: refleja lo que hubiéramos preferido no tener que ver jamás: el tonsurado perfecto que cualquier fraile benedictino envidiaría, el infamante hueco de calvicie del porte de un posavasos en la coronilla. Y por si tamaño baldón no fuese suficiente, el espejo de atroya me devuelve una segunda visión atroz, mientras intento sin éxito correr absurdamente sobre aquella enloquecida banda sin fin: un pote inenarrable, absolutamente sobrehumano, un potazo al que ya no reconozco como mío y reniego de su amorfa redondez pues ya no es más ni será nunca el pote de antaño porque ha sufrido una macabra mutación y ha devenido en aquel tremebundo rabo de negra tamaquera que se agita y se desorganiza y se bambolea y se rebalsa y se descompagina.

Una cibernética prueba bioenergética —para cuya realización he sido diligentemente cableado de pies a cabeza como un *cyborg*— acaba de arrojar un resultado aterrador: mi matado cuerpecillo contiene treinta kilos de grasa animal, cantidad suficiente para freír los chicharrones que vende El Farolito durante toda una semana. Y si apelamos a los porcentajes, podemos decir que el 29.1% de toda esta exuberancia es grácil grasa. Y lo que es peor: tengo quince kilos de sobrepeso (¿de nuevo?). Y lo que es todavía peor: las glándulas suprarrenales, (esas que producen la única hormona a que soy adicto: la adrenalina), se me han secado, están exhaustas, fusiladas, exprimidas por mi muy periodístico estrés y ya no jalan. A menos adrenalina, menos pilas. Más sedentario ahuevamiento de poeta hippy con metabolismo lentefaja. Pero todas estas malas noticias juntas palidecen cuando se me alcanza el sobre con el veredicto final de esta computadora malditamente voyeurista que me lo ha mirado todo y me ha auscultado hasta los más recónditos intersticios de la mito-

condria. El documento encierra, en sus gráficos multicolores, una verdad brutal y aciaga. Tengo 41 años de edad cronológica pero la sostenida y eficaz devastación encontrada en mis moléculas no se condice con esa cifra arbitraria, irreal, imaginaria. Debo ser fuerte para leer lo que estoy a punto de leer: «¡Felicitaciones! ¡Su edad biológica es 46 años! ¡Ahora está usted armado con toda la información que necesita para poder optimizar su salud!» ¿Felicitaciones? Felicitaciones, *my ass*. La vida me ha pasado por encima como una estampida de bisontes. Sin ir muy lejos, Cattone —que tiene setenta y siete y parece de veinte menos— creía que yo tenía cincuenta años y no le faltaba razón. Tarnare. Estoy recontra Mata-hari. Matayoshi. Matalaché. Admitámoslo: estoy vuelto mierda.

Con esa alegría que proviene única y exclusivamente de las cinturas más breves, la nutricionista me ha prohibido, hasta nuevo aviso, las zanahorias y los plátanos. También las vainitas, la beterraga y las arvejas. Podré vivir sin ellos, normal, lo que no puedo —lo que ningún peruano puede— es concebir una existencia sin arroz. Eso, como todo el mundo sabe es, además de cruel, imposible. «Tendrás un día libre por semana» —me consuela ella— «y ese día podrás comer todo el arroz que quieras, después no». Las frutas y los carbohidratos se permiten solamente en el desayuno. El resto del día, muchos milkshakes de proteínas, muchas nueces. Como si uno fuera Chip o Dale: bellotas, a roer muchas bellotas. Lo demás es constancia, fuerza de voluntad, y, claro, *fat-burners*.

Acaso intentando levantarme con ello un poco la escasísima moral, me han asignado a quien constituye el obvio papirríqui de los personal-trainers del templo en cuestión, lo cual me obliga a fingir perfecta insensibilidad a los estímulos externos. A hacer como si la belleza no intimidara, como si no fuera, en sí misma, una agresión y una cachetada a la *gordeza*. A acatar sin discusión las instrucciones de este instructor cubano que parece escapado de una publicidad de *Cool Water Davidoff* y que, mientras uno bota los bofes crucificado entre engranajes y poleas o

coreografiando fallidas estampas de *Cirque du Soleil* sobre la puta bola del *Pilates*, se cerciora diligentemente de que el ritmo cardíaco de este venerable patriarca de la pantalla chica no exceda las ciento cuarenta pulsaciones por minuto porque más allá de ese margen lo que se pierde ya no es rachi sino masa muscular en el supuesto negado de que se posea. Pero, sobre todo, porque llegados a ese nivel de ahogo y taquicardia, probablemente, lo que nos ocurra será que se nos apagará con roche el televisor y nos despayaremos pesadamente sobre la

faja que, indiferente a nuestro peso muerto, continuará su marcha

Sin ir muy lejos, Cattone —que tiene setenta y siete y parece de veinte menos— creía que yo tenía cincuenta años y no le faltaba razón.

vertiginosa e infinita mientras ese bulto derrotado que, en el fondo, somos seguirá dando inexorablemente tumbos, girando y girando grotescamente sobre la faja como una pobre alforja abandonada.

¿Que cómo acabé embarcado en esta irracional danza de máquinas extraterrestres, bandas elásticas y pelotas gigantes? Ni yo mismo sé. No sé ni por qué, ni para qué. Ni siquiera recuerdo haberles dicho que sí cuando me llamaron a plantear el desafío. Pero como tampoco les dije que no porque me dio pena desairar un entusiasmo tan aeróbico y tan cardio, me ensarté. Y me volví a ilusionar nomás con la huevonada de ponerse guapos sin saber ni siquiera exactamente para quién. Y me metí en esta cueca del *fitness* y la longevidad cuando la sola idea de vivir mucho, me saca la piedra. Y aquí me tienen zangoloteando de nuevo los mondongos, espeperanzado en regresar algún día a mi peso ideal, como todo un afanoso gordipepo: siempre empezando una nueva dieta cada lunes, siempre tomando ocho vasos de agua al día y comiendo un diente de ajo en ayunas y masticando treinta veces cada bocado. Siempre convencido de que el nuevo gimnasio será mejor que el anterior y de que esta vez sí, hasta correr entera la maratón de Nueva York nadie nos para. Siempre espeperanzado en regresar algún día a mis cuarentiún espigados abriles. Cada vez más gordo y más aburrido y más calvo pero siempre espeperanzado, espeperanzado...

