



## LIBRO DEL MES: JULIO 2010

- *AJRAM, Josef: ¿Dónde está mi límite?*  
*Barcelona: Plataforma Editorial, 2010. 122 p.*

Traemos este mes una propuesta de lectura breve, quizá un tanto arriesgada para quienes sólo profesan una desmedida afición por el correr (el *running*, que dirían los modernos). Una propuesta difícil ya que no sabríamos cómo definir con exactitud a su autor: corredor, triatleta, ultramaratoniano,..., o alguien que raya la locura en cada nueva aventura que emprende.

Josef Ajram nos cuenta en este libro algunos aspectos de su vida, tanto personal como profesional, que le han hecho devenir en uno de los más conocidos ultrafondistas de España y del mundo. Todo un ejemplo de superación y, por qué no decirlo, de *savoir faire* a la hora de publicitar y vender su idea del deporte y del sufrimiento. Es todo un ejemplo de marketing deportivo.

Precisamente de eso, del sufrimiento y sus límites, surge la idea de este libro en el que Ajram nos traza un bosquejo de su vida, de su perfil profesional como *trader* en Bolsa y de lo que se aprende en ese mundo de locuras financieras, que hábilmente utiliza para dar más sentido a la épica de sus hazañas deportivas.

El libro empieza con la narración en primera persona de la que seguramente será una de las pruebas deportivas más exigentes: el ultramaratón de Hawai. Para el que lo desconozca, se trata de una prueba de 2 días en que hay que superar 10 km. de natación por el Océano Pacífico, 481 km. de bicicleta y 84 km. de carrera a pie. Y sigue con los maratones, los Ironman y el Marathon des Sables (o de las Arenas), carrera de la cual nos dice que es una de las que más le hizo sufrir.

Quizá ninguno de nosotros nos hayamos planteado jamás llegar a esos límites de sufrimiento, pero en el libro nos queda claro que cada cual ha de marcarse unos límites personales, un ir poco a poco superándose y exigiendo más al cuerpo, que por suerte es una máquina poderosa que podemos ir moldeando con los entrenamientos y el poder de la mente.

Nos dice Ajram en la página 100: *“Me daría por satisfecho si logro que las personas que lo lean sean conscientes de que, para conseguir algo, tienes que luchar por ello, que no hay nada que te llegue gratuitamente y sin que des algo a cambio.”* Esa es su filosofía, la del mal estudiante que un día se da cuenta de que si invierte tiempo y esfuerzo para conseguir algo, acaba lográndolo y así pasa de ser un joven bróker que se va de fiesta cada día, a un excelente fondista, capaz de asumir retos que pocos seres humanos serían capaces tan siquiera plantearse.

Pero hay algo más humano en el libro. Josef Ajram nos cuenta sus fracasos, tanto personales como deportivos. Detrás de ese superhombre se encuentran derrotas tan grandes como perder 110.000 € en unas horas o correr la maratón de un Ironman en 6 horas tras llegar fresco hasta el kilómetro 20 y hundirse en los 22 finales. De todo se aprende y nosotros deberíamos saber que no siempre se llega a los objetivos marcados previamente, que el cuerpo tiene días malos y que no por eso debemos tirar todo por la borda.

Finalizo con una magnífica reflexión que nos hace en la página 93:

*“En cualquier caso, lo importante es tener mucho respeto a la vida. Tienes que ser muy consciente de que, en cualquiera de estas locuras deportivas, el hecho de terminar ya es un hito.”*

Es decir, podremos terminar mejor o peor una carrera, más satisfechos o menos, pero en el hecho de acabar lo que se empieza es donde reside para el autor la clave del deporte y de la vida en general. Lo dicho, una lectura amena que nos proporcionará algunas sonrisas y nos hará reflexionar acerca de lo que hacemos cada día, ya sea mientras nos vestimos para ir al trabajo, ya sea cuando nos ajustamos los cordones de las zapatillas para empezar un entrenamiento.