

# Romper el récord

## EDITORIAL



Prof. Dr. Alfredo E. Buzzi

Editor Responsable

Albert Einstein es uno de los íconos de la inteligencia humana, y la suya es una prueba de la existencia de distintas clases de inteligencia. Se cuentan infinidad de historias, no todas ciertas, que demuestran su visión inteligente de las cosas.

Una tarde, dos niños estaban patinando en un lago congelado en Alemania. Uno de ellos cae, se hace una grieta en el hielo y queda parcialmente hundido en el agua helada. Su amiguito, desesperado, se quita uno de sus patines y comienza a golpear con todas sus fuerzas el hielo hasta que lo rompe y hace un agujero lo suficientemente grande como para liberar al caído. Cuando llegó la ayuda, uno de los socorristas preguntó al niño: "¿Cómo conseguiste hacer eso? ¡Es imposible que consiguieras partir el hielo, siendo tan pequeño y con tan pocas fuerzas!" La historia dice que Einstein, que (casualmente) pasaba por allí, comentó: "Yo sé cómo lo hizo". "¿Cómo?", le preguntaron. "No había nadie que le dijera que no era capaz". En otras palabras: lo hizo porque no sabía que era imposible hacerlo. La moraleja es obvia: hacer o no hacer algo sólo depende de nuestra voluntad y perseverancia, y hay pocas cosas más dañinas que asumir (o que asuman por nosotros) que no vamos a poder.

Hay una historia (esta es verídica) que demuestra muy bien esta verdad.

Durante cientos de años se sostuvo la creencia de que era imposible para un ser humano correr una milla de distancia (1,6 km) en un tiempo menor a 4 minutos. Esto se había comprobado cientos de veces en muchas competencias deportivas a lo largo de muchos años.

Un joven atleta británico llamado Roger Bannister, estudiante de medicina en la Universidad de Oxford, batió por primera vez este récord mundial el 6 de mayo de 1954, con un registro de 3 minutos, 59 segundos y 4 décimas de segundo.

Este joven atleta se preparó físicamente como cualquier otro atleta comprometido con su objetivo, pero su preparación no solo fue en lo físico, sino que también entrenó su voluntad y su mente para conseguirlo. Su nivel de entrenamiento mental fue tal que sus visualizaciones se convirtieron en referencias vívidas y en órdenes incuestionables para que su sistema nervioso y su cuerpo produjeran el resultado deseado.

Un año después, Roger Bannister se retiró del atletismo para concentrarse en su profesión, y llegaría a ser un distinguido neurólogo.

Hasta aquí esta historia (verídica) parece una más de logros deportivos que rompen récords mundiales. Pero lo más relevante

de esta historia real, es que Roger Bannister creó una referencia en la mente humana de que sí se podía lograr bajar esa marca. Sólo dos meses después, el corredor australiano John Landy le arrebató su marca, con un tiempo de 3 minutos y 58 segundos. Así, el récord de Bannister fue uno de los más efímeros en toda la historia. Pero diez meses después de que Landy rompiera el récord de Bannister otros 37 corredores ya habían vencido la marca de los 4 minutos para correr una milla. Y un año más tarde, ya eran más de 300 los corredores en todo el mundo que habían conseguido aquello que antes era "imposible" para toda la raza humana. ¿Qué pasó? ¿Cómo fue posible que en dos años más de 300 corredores hayan roto una barrera que había sido decretada infranqueable por cientos de años? La respuesta es que hubo una persona que no creyó en eso y demostró que no era cierto.

Y creo que este es un buen desafío para el 2017. Por supuesto que no se trata de romper records mundiales, sino de vencer nuestras propias limitaciones. De hacer aquello que creemos (o que nos hacen creer) que no somos capaces de hacer. Hay pocas cosas más gratificantes que conseguir lo que te dicen que no se puede conseguir.

Todos queremos un futuro mejor, pero

depende de nosotros conseguirlo. ¿Querés algo? Entonces andá y hacé que pase, porque la única cosa que cae del cielo es la lluvia.

Uno no es lo que sueña, ni lo que cree ni lo que dice. Uno es lo que hace. Y uno nunca sabe de lo que es capaz, hasta que lo intenta. Y si el "plan A" no funciona, recordá que el alfabeto tiene 24 letras más.

No nos hace falta valor para emprender ciertas cosas porque sean difíciles, sino que son difíciles porque nos falta valor para emprenderlas. Y si pensás que la aventura es peligrosa, probá con la rutina: es mortal.

¿Cuál es tu «imposible» para el 2017? ¿Qué desafío te vas a proponer? ¿Cuál es tu récord que vas a intentar vencer? ¿Estás dispuesto a entrenarte física y mentalmente para lograrlo?

Recordá la historia de Roger Bannister: una vez que rompas esa marca, una vez que tu "imposible" deje de serlo, estarás en un nuevo nivel y muchas cosas serán más fáciles, simplemente porque te demostraste que las podés hacer.

Procuremos más ser padres de nuestro futuro que hijos de nuestro pasado.

