# Trabajar sin respiro; Entrevista a Miguel Lozano

Autor RenÃ©
jueves, 20 de enero de 2011

NO ES DE LOS QUE SE AHOGAN en un vaso de agua. Miguel Lozano puede pasarse 6 minutos y 57 segundos sin respirar.
Tres, cuatro horas al dÃ-a con el agua al cuello. Ex consultor de empresas de Montgat (Barcelona) ahora pegado a un traje de neopreno.
De los pocos que pueden decir literalmente que trabajan sin respiro.
No hay metÃ¡foras en su currÃ-culo: es el primer espaÃ±ol que ha bajado mÃ¡s de 70 metros a pulmÃ³n en una competiciÃ³n oficial (su Ãºltimo rÃ©cord: 81). CampeÃ³n de EspaÃ±a de apnea. â€œMeditaciÃ³n acuÃ¡ticaâ€•, la llama Ã©l. Un deporte minoritario que en EspaÃ±a paradÃ³jicamente aÃºn vive del aire.
31 aÃ±os. 1,95. Alto o profundo, segÃºn se mire. Capacidad pulmonar: 9 litros (lo habitual en un hombre es 6). Aunque Ã©l dice que el tamaÃ±o no importa. No bajo el agua. â€œNo hace falta tener unos grandes pulmones para ser un gran apneÃ-staâ€•, asegura. â€œLa clave estÃ¡ en la menteâ€•.
Hace sÃ³lo cinco aÃ±os, Miguel Lozano era consultor de empresas y negocios. â€œPero supongo que la corbata me apretaba demasiadoâ€•, recuerda. â€œA veces es importante parar en seco y replantearse todo de nuevo. Hay que tratar de reeducarse cada cierto tiempoâ€•. Ã‰l se fue a reeducar a Tailandia, Malasia, Indonesia, India, Nepal, Australia. Un aÃ±o con la mochila a cuestas. Moraleja: â€œAprendÃ- a valorar mÃ¡s
mi tiempo y a enfocar mi energÃ-a en objetivos que por encima de
todo me realizaranâ€•.
HACE SÃ“LO CINCO AÃ‘OS, el ahora campeÃ³n de EspaÃ±a descubriÃ³
su deporte. EncontrÃ³ un club de apnea por casualidad. â€œEra
la mejor forma de relajarse despuÃ©s de un dÃ-a largo de trabajoâ€•.
MÃ©todo gratuito contra el estrÃ©s: antioxigenarse. â€œAguantar la respiraciÃ³n es muy placentero. En ese estado de ingravidez, te evades por completo. Tu mente viaja fuera del tiempoâ€•. Estado zen acuoso. VendrÃ-a a ser la versiÃ³n literal de la filosofÃ-a-jingle del Bruce Lee de BMW: â€œBe water, my friendâ€•. SÃ© agua, amigo mÃ-o.
Lozano se aplica el cuento chino a diario. â€œEn el mar, sÃ- â€“se rÃ-eâ€“,
para consumir lo menos posible. Debes fundirte en el medio. Ser como el agua, no luchar contra ellaâ€•.
LOZANO DEJÃ“ DE LUCHAR hace tres aÃ±os. Se fue a vivir a Egipto, la meca de la apnea. Capital submarinÃ-stica: el Blue Hole del SinaÃ-, agujero azul de 130 metros de profundidad o â€œcementerio de buceadoresâ€•, si se hace caso a su mote. El catalÃ¡n se hizo instructor. Traducido al espaÃ±ol: uno entre un millÃ³n. â€œEn EspaÃ±a posiblemente hay menos de diez instructores activosâ€•, calcula.
Su maestro: Umberto Pelizzari, amigo y discÃ-pulo de Jaques Mayol, el hombre que inspirÃ³ la zambullida existencialista de Luc Besson: El gran azul (1988). Luego llegaron las competiciones. Se estrenÃ³ en 2008. Un aÃ±o despuÃ©s, ya era campeÃ³n de EspaÃ±a (tÃ-tulo que ha revalidado este verano).
En dos aÃ±os ha batido dos rÃ©cords nacionales: 72 metros de profundidad en la modalidad de inmersiÃ³n libre (el deportista desciende y asciende sin aletas, agarrÃ¡ndose a una cuerda); 81 metros en peso constante (baja y sube con aletas o monoaletas sin tocar el cabo). 81 metros.
Lo mÃ¡s surrealista que ha encontrado Lozano a esa profundidad:
â€œNuestra basuraâ€•.
PrÃ³ximo reto:
100 metros. â€œQuiero estar preparado
para el aÃ±o que viene â€“adelantaâ€“, pero tambiÃ©n necesito ayuda de
sponsors. Es lo mÃ¡s complicado: saber que puedes conseguir una buena
marca y no tener recursosâ€•