

# Cómo

# ser imparabile,

# o actuar

# como si lo fueras.

↑ Los Angeles  
Reno →



SAFETY  
BELT LAW  
ENFORCED

## BURNINGMANQUEST

una prueba de  
autosuficiencia extrema

 BRIDGES  
FOR MUSIC.ORG



# BURNING MAN QUEST

ISRA GARCÍA

*Esta historia va sobre impacto positivo, autosuficiencia, rendimiento máximo, iniciativa y autodeterminación. Es una historia que relata, paso a paso, mi última aventura extrema. Creo que el epicentro de todo es llegar a inculcar*

***una actitud imparable.***

# Índice

Qué hubo de nuevo en Burning Man Quest – modo autosuficiencia.....	6
¿Por qué decidí hacer esto?.....	7
Los objetivos.....	7
Restricciones adicionales que añadí al modo autosuficiencia.....	7
<b>LAS CLAVES PARA IR MÁS ALLÁ DE TUS PROPIOS LÍMITES.....</b>	<b>8</b>
<b>1. Pregúntate: ¿vives plenamente?.....</b>	<b>9</b>
<b>2. Siéntete imparable.....</b>	<b>10</b>
<b>3. Lucha “tu” batalla sin final.....</b>	<b>11</b>
<b>4. Hazlo tú mismo/a.....</b>	<b>12</b>
<b>5. Viaja con el recurso definitivo.....</b>	<b>13</b>
<b>6. La sabiduría de las restricciones.....</b>	<b>13</b>
<b>7. Generosidad.....</b>	<b>14</b>
• ¿Qué pasaría si cambiáramos las cosas?.....	15
• Estrategia, practicar la generosidad desmedida.....	15
<b>8. Eres algo más, seguro.....</b>	<b>16</b>
<b>9. La conexión con las personas.....</b>	<b>16</b>
<b>10. Baila con lo impredecible.....</b>	<b>17</b>
<b>11. Busca sobrepasarte.....</b>	<b>19</b>
<b>12. Ve de menos a más.....</b>	<b>20</b>
<b>13. Seguir a pesar de las adversidades.....</b>	<b>21</b>
<b>14. Mentalidad imparable.....</b>	<b>22</b>
<b>15. Impulsa a ti y a los que te necesitan.....</b>	<b>24</b>
<b>16. No hay más elección que hacerlo.....</b>	<b>26</b>
<b>17. Tienes que hacer que suceda, en serio.....</b>	<b>27</b>
<b>18. Pon la determinación por delante.....</b>	<b>27</b>
• La importancia de la determinación.....	29

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

Este año, después de la [carrera solidaria que realicé](#) de Ciudad del Cabo al desierto de Tankwa Karoo (333 kilómetros en ayuno repartidos en bicicleta de carretera y de montaña), luego del éxito tanto a nivel benéfico, sobrepasamos el 100% de la recaudación. Estuve al máximo a nivel rendimiento y en plena forma física, mental, emocional y espiritual al acabar. Cuando pasó todo eso, y como sabía que iba a asistir a Burning Man este mismo año, decidí preparar, junto a [Bridges for Music](#) y [Valentino](#), un nuevo desafío social. Pensamos en realizar todos juntos la distancia que separaba el Lago Tahoe de la ciudad Black Rock, como unos 270 kilómetros. La idea era hacer una convocatoria y embarcarnos en un reto benéfico en grupo. Por motivos de timing, planificación y recursos la iniciativa falló y se suspendió.

En cambio, mi espíritu y mi mente ya habían empezado a visualizar y construir. Y sé por experiencia que, una vez esto había empezado, iba a ir adelante contra todo pronóstico, sin que nada me detuviera. Quería, como cada día, ir un paso más allá, hacer algo que no hubiera hecho antes y, si pudiera ser, algo 10 veces más grande que yo.

Después del primer [Burning Man Quest en 2014](#) (desde San Francisco a Burning Man, 53 horas sin dormir en bici, nadando y corriendo), tenía que inventar algo que me desafiara. En un principio pensé en recorrer la distancia que separa Los Ángeles de Black Rock City en bicicleta, con Valentino. Cuando faltaba un mes Valentino no pudo sumarse, entonces me lancé a hacerlo por mi cuenta. Lo que quiere decir; sin un equipo de seguimiento, sin recursos externos, sin ayudas o apoyo de ninguna clase. Valiéndome de lo que yo pudiera llevar conmigo mismo, eso y nada más. Bueno, y todas las provisiones (comida, bebida, ropa...) que llevaron entre Elena, Juan y Andrew a Burning Man. Aunque eso ya es otra historia.

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.



Visualizado, pensado (lo justo), dicho y hecho. El domingo 19 de agosto a las 13h salía desde Hollywood para cubrir los 910 kilómetros que separaban una ciudad de otra. Sabía que iba a ser una aventura extrema, pero no tan desafiante, retadora, impredecible y sobrecogedora. Una gran oportunidad para poner a prueba mi mentalidad. Además de una actitud imparable y todo lo que he trabajado en lograr el más alto rendimiento posible. El objetivo no era sino encontrar nuevos inputs (**hacks**) que me ayudarán a mejorar y crecer exponencialmente. Todo al mismo tiempo que recaudaba fondos para la **causa social** que defendía en esta ocasión, educación en los barrios marginales de Langa.

Para mí fue un **desafío**, porque es algo que me supera, algo que no he hecho antes, y algo que implica una buena posibilidad de no conseguirlo.

Fue una experiencia que contribuía a lo **social** y este es principal fin. Crear visibilidad y consciencia sobre el trabajo que mi amigo Valentino y Bridges for Music están haciendo, así como también recaudar fondos para matricular a 10 jóvenes en la futura **Bridges for Music Academy**.

Se trató, sin duda, de un nuevo **experimento** porque probé algo nuevo, analizando y sacando conclusiones y aprendizajes de todo el proceso.

Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.



## Qué hubo de nuevo en Burning Man Quest – modo autosuficiencia

Fue un desafío social de alto rendimiento que consistió en recorrer la distancia que separa Los Ángeles de Burning Man (Black Rock City – Nevada) 904 kilómetros exactos. Casi 47 horas de recorrido en bicicleta de carretera, y en modo autosuficiencia. Es decir, me enfrenté a este reto solo, sin equipo, sin ayuda externa y sin apoyo adicional más. Sólo conté con lo que llevé conmigo y lo que conseguí en el camino por mí mismo; comida, alojamiento, ropa.



## ¿Por qué decidí hacer esto?

Como decía unas líneas más arriba, para crear notoriedad sobre [BFM](#) y recaudar fondos para sponsorizar a 3 jóvenes de Langa que participarán en el primer curso de la primera escuela de emprendedurismo y artes en los barrios marginales de Langa. Un proyecto sin ánimo de lucro desarrollado por la ONG Bridges for Music.

## Los objetivos

Dos claros objetivos fueron:

1. Recaudar \$6.000 (de los cuales ya alcanzamos alrededor de 4000\$) los cuales irán íntegros para las matrículas anuales, en Bridges for Music Academy, de tres jóvenes de los barrios marginales de Langa. Las donaciones siguen abiertas y, si no lo has hecho, [aún puedes contribuir aquí](#).
2. Completar el desafío en el tiempo estimado (7/8 días) con las condiciones pactadas (el modo autosuficiencia).

## Restricciones adicionales que añadí al modo autosuficiencia

- Una comida al día – presupuesto máximo 15 dólares.
- 4 horas máximo para trabajar y desarrollar tu labor profesional.
- Sólo comida macrobiótica y orgánica, 100%.
- 8 horas de sueño cada día.
- Prohibido usar GPS.
- El alojamiento no fue superior a 30 dólares la noche.



## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

- Cero azúcares.
- Un día de ayuno completo.
- Otro en silencio absoluto.
- Un día diciendo “no” a todo.
- Un día diciendo “sí” a todos.

Cada día se estableció una restricción diferente.

## Las claves para ir más allá de tus propios límites



Este desafío creado para poder ayudar a 3 jóvenes a tener la educación que no podrían llegar a permitirse, me hizo reflexionar sobre comprender qué hay más allá de todo lo que he conseguido en mi vida. Cómo estar en constante auto-superación, trascendencia, aprendizaje, crecimiento y mejora. Mi bendita obsesión. Aquí te cuento, paso a paso, mi aventura y además comparto contigo 18 claves para aprender cómo ir más allá. Todo lo que recibí en este aprendizaje y reflexioné durante este desafío:



## 1. Pregúntate: ¿vives plenamente?

Si quieres aprender cómo ir más allá y trascender, necesitas saber por qué lo harás. ¿Qué es lo que te hace vibrar como nunca antes lo has hecho? Y ahora ¿qué es lo que en lo más profundo te agita y te hace vibrar hasta tal punto que entras en un estado de "**flow**" absoluto? Me pregunto si eres capaz de señalar tres eventos o historias de tu niñez donde sintieras que no eras lo suficientemente bueno/a.

Si ahora mismo nadie estuviera mirándote. ¿Tendría sentido el trabajo que estás haciendo? Si nadie viera tus fotos en Instagram ¿tendría sentido subirlas? Si nadie te animara o estuviera pendiente de ti, ¿seguirías adelante con tu proyecto, aventura o desafío? ¿Por qué? ¿A quién intentas probar tu valía? ¿Por qué? ¿Quién es la persona a quién más amas? ¿Por qué?

¿Cómo sería hacer algo contigo si no hubiera nada que alcanzar?

Repiensa. Redibújate. **Cuestiónate**. Crea una mejor versión de ti, esa que llevas dentro. Estamos esperándote.



## 2. Siéntete imparabile

Cómo llegar más allá es algo reservado para la gente que se **siente imparabile**, no para la que cree que es imparabile. Ser imparabile es quizá algo muy complejo, que casi nunca se da y en la mayoría de las ocasiones no sirve de nada ¿Por qué? Porque ser imparabile depende de la percepción de otras personas, en el 95% de los casos. Y eso será inalcanzable, a menos de que no seas una estrella del pop molona, un deportista idolatrado, un motivador con millones de suscriptores o un autor legendario. En cambio, sentirte imparabile es otra cosa completamente distinta, sentirte imparabile tiene que ver con tu propia realidad, con tu percepción propia.

Tienes que ver con todo lo que haces y puedes llegar a hacer para sentirte imparabile. Parte de unos principios que vas desarrollando e implantando, unos valores que te ayudan a vivir bajo tus propios términos. Esto, poco a poco, mejorado, puede llevar a sentirte imparabile. Aquí tienes un listado con todos los principios que me ayudan a mí. ¿Tienes ya los tuyos?

Deja de intentar ser imparabile y empieza a trabajar por sentirte imparabile. Es parte de la razón por la cual estás leyendo esto.



Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

### 3. Lucha “tu” batalla sin final

Cómo ir más allá requiere saber no solo el por qué, sino encontrar para qué... ¿Cuál es tu batalla?

La batalla verdadera, creo, es contra nosotros mismos:

- Luchas contra el sabor amargo de no ser suficiente.
- Luchas contra tu ego.
- Luchas contra la reafirmación, contra el permiso, contra probar que eres válido.
- Luchas contra el miedo de ser rechazado.
- Luchas contra el terror de parecer invisible.
- Luchas contra la necesidad oculta de amar y ser amado.
- Luchas contra el sentimiento de ser un impostor.

¿Cómo manejarías tu batalla si tuvieras la autonomía o seguridad de que nada podría salir mal?



Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

## 4. Hazlo tú mismo/a

¿Quieres ir más allá? [Explorar márgenes](#) requiere lo que mucha gente no se atreve a emplear. Saber cómo ir más allá es algo personal.

Es fácil sobresalir cuando tienes una plataforma ya preparada para lanzarte, no lo es tanto cuando no la tienes y tienes que construirla tú mismo. Si estás recibiendo este chispazo, es posible que estés construyendo esa lanzadera, acabes de empezar, estés a punto de acabar, o que todavía ni siquiera hayas comenzado porque no sabes cómo o desde donde empezar. Lo que está claro es que si estás leyendo esto es que nadie ha construido esa plataforma por ti, igual que me sucedió a mí. No es nada alarmante. Todo lo contrario, cuando eres consciente de que nadie lo hará por ti, de que no tuviste ese impulso extra, o que no puedes contar con mentor o maestro de renombre o gran impacto, solo te queda una cosa. Hacerlo tú mismo. Construirlo tú mismo. Idearlo tú mismo. Desarrollarlo tú mismo. Lanzarlo tú mismo. Probarlo tú mismo.

Nunca tuve esa opción, como tú, pero tuve determinación, fuerza de voluntad, perspicacia y atrevimiento. Mira, justamente como tú. Así es cómo trascenderás.



## 5. Viaja con el recurso definitivo



Nunca sabemos en realidad qué vamos a encontrar por el camino, en qué situación nos encontraremos, qué nos hará falta o qué necesitaremos. Contamos con el recurso definitivo: nosotros mismos

Sea lo que sea, ya hemos estado ahí. Sea lo que sea, lo superaremos. Y si no fuera así, era porque así debía ser. Venga lo que venga, nos adaptaremos. Saltaremos. Sobresaldremos. Nos sobrepondremos. Esa es la naturaleza humana.

## 6. La sabiduría de las restricciones

El potencial humano es ilimitado, el ser humano, trabajado de forma holística, puede convertirse en una fuente de recursos inagotable, puede resolver cualquier problema en cualquier contexto. Una forma de lograrlo es vivir con las restricciones, si vives limitándote a ti mismo de manera continua, si estrechas el área de movimiento, si reduces tus opciones, si acortas tus alternativas, si te expones al riesgo, si te lanzas a la oportunidad que desconoces, crecerás, mejorarás, destacarás, subirás de nivel. Esto sucede porque en realidad, lo que estás haciendo es hacer más y mejor con menos, entonces, cuando no haya restricciones, arrasarás.

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

¿La explicación? Cuando quites las restricciones harás más con más. Solo fíjate en los deportistas que entrenan con carga fija. Los artistas que salen de su especialidad para tocar otros instrumentos. Todos ellos mejoran exponencialmente.

No concibo la vida sin restricciones auto-impuestas, en mi trabajo, en los desafíos, en los viajes, en mi vida. De todo tipo. ¿Cómo hacerlo? A través de experimentos, esa es la clave para bailar en el pico del **máximo rendimiento**. Son una forma de vivir en los márgenes: desde 21 días en silencio o 20 días de ayuno a 120 días sin redes sociales o 10 días diciendo “no” y otros 10 “sí” a todo.

Ama la adversidad. Ama las restricciones. Aprende a vivir entre las dos y encontrarás algo fascinante desconocido para la inmensa mayoría.

El límite, la adversidad, el temor, la duda, lo absurdo y la incertidumbre son nuestros mejores maestros. En mi caso, viajo con estos viejos sabios a todas partes.

Que el viaje continúe. Que las restricciones se conviertan en algo habitual.

## 7. Generosidad

Mientras estaba en el centro de Los Ángeles y me encontraba en un Whole Foods, miré a mi alrededor. Caminamos por la vida tomando, **consumiendo**, queriendo, deseando. Cuando podríamos caminar por la vida dando, ofreciendo, regalando, compartiendo. Hace unos años que me di cuenta de esto, hace unos años que decidí dar tanto o más como tomara. A día de hoy la balanza sigue estando desequilibrada, sigo tomando más que dando, porque a más doy más parece que tomo. Estoy viviendo el sueño de mi vida, viajar, trabajar y vivir por el mundo, pero se está viendo superado por la epifanía de alcanzar, cada día, literalmente, cada día, la mejor versión de mí mismo, para darla, compartirla y, en cada vez más ocasiones, hasta regalarla a los demás. Me refiero a practicar la generosidad desmedida.

### - ¿Qué pasaría si cambiáramos las cosas?

Somos infinitos. Con potencial ilimitado. Con una grandeza imparables. No, no estoy motivado, solo estoy llamando las cosas por su nombre. Pero... ¿qué pasaría si cada uno de nosotros estuviéramos motivados por la curiosidad? ¿Por la aventura? ¿Por el riesgo? ¿Por el desconcierto? ¿Por la complejidad? ¿Por los problemas? ¿Por las injusticias? ¿Por la pobreza? ¿Y por practicar la generosidad sin medida? Si fuese así, creo que, quizá, podríamos ver la posibilidad y grandeza en lugar de miedo y mediocridad. ¿Qué pasaría si cada uno de nosotros donara una o dos semanas de su año para crear un proyecto significativo con personas que lo necesitan de veras?

### - Estrategia: practicar la generosidad desmedida

Estoy comprobando esto de primera mano, con las [33 acciones sociales](#), los [34 impactos educativos](#), el [Programa de Excelencia para desempleados](#). Con [Burning Man Quest 2014](#) o [Ride to Afrika Burn](#). Incluso hoy mismo, que empiezo el desafío social más potente al que me he enfrentado jamás, Burning Man Quest (modo autosuficiencia). Cuando la gente hace algo por amor a la causa, primero hay una pausa tímida, luego una reacción en cadena. Cuando un insensato e insolente como tú (o yo) empieza a conseguir cosas impensables, el mundo se detiene y te presta atención. Entonces, la postura cambia, la mentalidad también. Las personas se dan cuenta de que hay otro tipo de motivación, una que genera un resultado que de verdad significa algo. Es practicar la generosidad desmedida.

Estamos ante la elección de nuestras vidas, la de cambiar el transcurso de las cosas. Espero y deseo que ojalá te des cuenta de todo lo que puedes mejorar. Tu elección no solo determinará lo que pase mañana, sino cómo se harán las cosas pasado. Esto cambiará la historia, la de otros y la tuya. La que hay fuera y la que ocurre dentro de tu mente.

Hoy es el día de que algo suceda. La magia de la vida que nos ha tocado vivir es que la motivación depende de nosotros. Y si queremos, po-

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

demos cambiar la historia triste de mucha gente, incluida la nuestra, obvio.

Si decides hacerlo, el resto del mundo podría imitarte.

Obtenemos más de aquello a lo que respondemos.

### 8. Eres algo más, seguro

Admítelo, tú y yo no somos como ellos. Ni nos acercamos. Te vistes como uno de ellos, frecuentas las mismas fiestas, ves las mismas series, comes la misma comida, lees los mismos libros, sigues a las mismas personas. Sin embargo, cuanto más intentas encajar, más te das cuenta de que no eres como el resto, eres un **inconformista**, un dibujante de mapas. Empiezas a darte cuenta cómo las personas “normales” van a su trabajo y hacen lo más que hace tres años, todos vamos en auto-piloto. Estamos desconectados.

Por cada cliché eventual como “Que tengas un buen día” o “¿Cómo estás?”, “¿Qué tal ha ido el día?” Por dentro ardes queriendo decir cosas que de verdad importen como hacer las preguntas que realmente te gustaría preguntar... ¿“Qué te preocupa?”, “¿Cómo has pensado en cambiar aquello que sabes que puedes y necesitas cambiar?” o “Cuéntame algo vulnerable”. Lo que falta es esa conexión con las personas.

### 9. La conexión con las personas

Sé honesto, te gustaría hablar con esa mujer / hombre del ascensor, o llamar a la puerta de esa persona que te llama la atención, o parar a alguien desconocido en medio de la calle para preguntarle algo. Espera, ¿qué pasaría si esa persona del ascensor, o a la que llamas a la puerta o la que encuentras en la calle (o la que te miró fijamente) piensan lo mismo que tú? ¿Quién sabe qué podrías aprender de conversar con un desconocido? ¿Y de **entrevistar a tus abuelos**, padres o tíos. Recuerda, la conexión con las personas.



## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

Todos llevamos y somos una pieza de un gran puzzle. Nadie aparece en la vida por mera coincidencia, por eso estás tú aquí, y por eso estoy yo aquí. Confía en tu instinto.

Haz lo más inesperado. Conecta con el mundo.

El Viaje continúa. El desafío continúa. Y el impacto positivo también.

## 10. Baila con lo impredecible



La aventura es impredecible, eso es lo primero que me ha venido a la mente. Cuando estaba en el segundo día de Burning Man Quest, en Ridgecrest, no sabía muy bien si debía pasar por allí, porque no está en la ruta, pero si estaba allí era porque tenía que pasar por allí. Creo que lo que viví en ese momento fue un fiel reflejo de lo que es la vida. Una sucesión de circunstancias inesperadas que debes aprender a abrazar con ecuanimidad.

Voy a resumir algunos de los hitos que tuve que enfrentar en este desafío, que creo pueden servir para ilustrar lo que trato de argumentar más arriba:

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

- Perder la cartera con tarjetas y e identificadores, y encontrarla. La dejé en un restaurante la noche anterior, y cuando volví al día siguiente para comprobar si estaba, allí estaba. Norte América, en su gran medida, es muy honesta, ya lo he comprobado un buen puñado de veces.

- Salir bastante tarde, sobre las 14h, debido a mis responsabilidades profesionales. He reduciendo en un 70% el tiempo y trabajo que necesito hacer, pero ese 30% restante, es trabajo importante.

- Superar un dolor de estómago en la bicicleta. La causa: comida más agresiva que no estoy acostumbrado a comer; pizza.

- Obstinarme con subir unos contenidos (vídeos) que de ninguna manera subían, y acabar perdiendo tiempo y con no muy buenas sensaciones por saber que algo externo me había dominado.

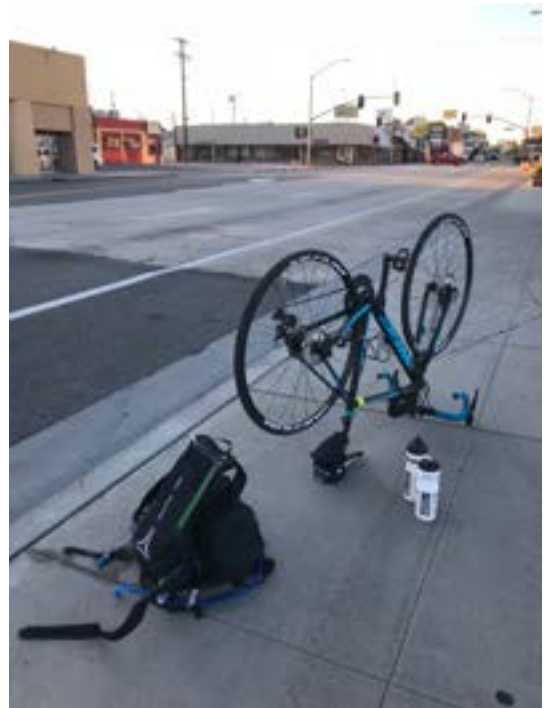
- Rajar las dos cubiertas y pinchar tres cámaras justo antes de llegar a Mojave. No sé muy bien cómo fue.

- Encontrar la tienda de bicicletas a más de 80 kilómetros. La más cercana sin tener que retroceder.

- Buscar rutas alternativas sin GPS que me ayudaran a no perderme del objetivo. Y estar cerca siempre de la 14 highway donde no se puede viajar con bicicleta, y el navegador de Google te lleva por esa ruta (aunque selecciones la opción "bicicleta")

- Hacer auto-stop por 20 min mientras caminaba con la bicicleta. Hasta que funcionó.

- Viajar a California City a ver si encontraba recambios y mecánicos. Primero en ACE Hardware donde acabé peor que entré y lue-



## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

go en Autozone, donde no pudieron ayudarme tampoco.

- Llamar a un taxi, pagar 140 USD y viajar a Ridgecrest a ese taller de bicicletas que mencionaba arriba. Buscar un motel y pasar la noche aquí.

La aventura es impredecible, no hay duda.

## 11. Busca sobrepasarte

Así es como me sentí al terminar el día 3 de [Burning Man Quest](#): abrumado y sobrepasado. Siento que por la acumulación de tantas emociones, preocupación, desconcierto o descontrol. Existen un sinnúmero de posibilidades que se pueden dar lugar al enfrentar una aventura como esta. Tanto lo positivo como lo negativo. Aunque todo lo esperábamos, porque planificamos de forma optimista. Además casi nunca se da el [escenario ideal que habíamos recreado en nuestra mente](#).

Hay que ser ecuánime hacia las expectativas. Me sentí abrumado y sobrepasado por momentos. Fue por la cantidad de aprendizajes que tuve que digerir en tan poco tiempo.

Durante el día 3, sin ir más lejos, rodé como 123 kilómetros, desde Ridgecrest a Lone Pine. No conocía ninguna de estas ciudades ni sabía que iba a llegar a ninguna de ellas, ni cómo iba a llegar, pero lo hice. Entre medio, pensé en que no podría continuar debido a las fuertes ventoleras que azotaban la carretera 395US, que se sitúa justo en medio del Valle de las Muerte y Yosemite. Además, oscurecía y, aunque iba provisto con luces y había un muy buen arcén, no quería jugármela. Hice auto-stop de nuevo por 30 minutos y nadie paró. No tuve otra que elegirme a mí mismo y seguir.

Pasé por el pueblo en el que pensé que iba a descansar (Orlancha) y no había nada. Llegué al siguiente, Cartago; una ciudad fantasma. A todo esto, empecé a rodar más rápido para llegar antes. Era uno de esos momentos donde hubiera parado, porque no me sentía nada seguro, pero seguí hasta el final. Contra mi propio instinto, contra mi mente que todavía

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

era más salvaje intentando sabotearme.

Finalmente llegué a las 21:15h a Lone Pine y aquí había hasta un McDonalds (no cené aquí, por supuesto), y encontré por Booking el Motel Timberline. Llegué, tomé ducha de contrastes frío/calor, bebí mi proteína alcalina vegana, hice 20 minutos de Yin Yoga y fui a cenar. Mi mente y mis emociones estaban colapsadas. No fue hasta que me senté a meditar que descubrí el por qué...

Me sentía abrumado y sobrepasado porque en esa ocasión había ido más allá de mi propia seguridad física. Había ignorado a la amígdala y también a mi propio instinto. No sé qué es aquello que me hizo seguir, pero seguí y nunca había sentido una sensación igual.

## 12. Ve de menos a más

Alcanzados los 460kms ya me encontraba mejor. Eso, a pesar de las dificultades, los imprevistos, el cansancio y la carga muscular. En la [prueba Titan Desert 2016 descubrí](#) algo, de forma inconsciente adoptaba la estrategia consistente en ir de menos a más. De menos a más en muchas cosas, trabajo, fiesta, actividades en mi tiempo libre, pero sobre todo en los desafíos, aventuras y experimentos. Al darme cuenta empecé a prestar atención, lo que me ayudó a mejorar la estrategia y el proceso.

Ya al cuarto día del desafío, me topé con un día suave, 100 kilómetros, rodando a buen ritmo, 33km/h de media, fui de menos a más como decía mi amigo [Ibon Zugasti](#). El paisaje era una gozada; la cordillera de Sierra Mountains es interminable. Viento a favor, todo a favor, excepto los tres pinchazos que tuve. A pesar de todo, la fortuna decidió sonreírme, porque el pulirlo fue tan solo a 6 kilómetros de Bishop. Pude hacer auto-stop y Justin, un ciclista que iba a Mammoth Lakes, paró y me dejó en la ciudad.

Ya en la ciudad, sin señal de Internet, entré en una tienda para pedir wifi y buscar el motel más óptimo. Entonces me recomendó un hostel muy particular, allí fui. El Hostel California Bishop. Llegué, obtuve buenas recomendaciones, conocí a Ethan (un tipo que lleva tres meses haciendo

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

alpinismo desde México a Estados Unidos). Practiqué yoga, cené y trabajé todo lo que llevaba pendiente de los dos días anteriores.

Para el día cinco en este desafío social, salí con absolutamente todo lo que tenía. Sin ases en la manga, sin plan B, sin miedo, a pecho descubierto. A contar kilómetro tras kilómetro, a saborearlo, aunque esté jodido, aunque pinche cuatro ruedas, aunque tuviera que andar 5 kms. hasta el próximo pueblo. Aunque tuviera que hacer auto-stop y no me recogiera nadie da igual, seguí. De menos a más, indudablemente.

### 13. Seguir a pesar de las adversidades

Seguí porque sé que siempre voy de menos a más, y eso, en el medio y largo plazo, me hace sentir imparable. Incluso a corto, por la confianza que te da el saber que vas a multiplicar, sea lo que sea lo que estés obteniendo.

Seguí porque ojalá alguien me hubiera enseñado a bajar los brazos y abandonar. Ojalá hubiese conocido lo que es conformarme con lo que hay. Ojalá alguien me hubiese explicado que hay un fin y un límite ¿Ojalá? Desafortunadamente o afortunadamente no pasó, porque nunca lo he permitido. Así que no tengo otra que seguir empujando en la vida. Más todavía si tengo una razón como la que tenía; poder ayudar a 3 jóvenes a tener la educación que no podrían llegar a permitirse, aún puedes [ayudarme y participar con tu donación.](#)

¿Cómo llegué a sentirme? Descontrolado, totalmente fuera de mi área de control, confort y seguridad. Desbordado, abrumado y sobrepasado por tantos imprevistos, emociones, incertidumbre. Es sensacional, pero al mismo tiempo acojonante. Te sientes desnudo, es una forma de vulnerabilidad que no había explorado hasta ahora.

Voy de menos a más, así podré ir de [más a más.](#)

## 14. Mentalidad imparable

Al final del día 5 de [Burning Man Quest](#): desde Bishop, pasando por Benton (y sus "Hot Springs" hasta llegar de forma involuntaria a Lee Vining, las cosas se pusieron más "interesantes" de lo que hubiera sido probable en un caso normal. Claro que normal nunca es normal, eso es esencial. Puedo, casi, asegurar que hubiera abandonado en el tercer día. Hubiera decidido no continuar, de no ser por mi naturaleza [incansable](#) en los momentos críticos, el trabajo en [alto rendimiento](#) que llevo hecho en estos dos últimos años y la mentalidad imparable que he ido construyendo desde que tuve consciencia de que la mejor estrategia que existe es creer en uno mismo. Principalmente por el gran trabajo que hace la mente y cómo esto afecta la parte física, emocional y un poco menos, la espiritual.

Todo aquello de lo que escribo en mi blog, viene siempre fundamentado por uno o varios hechos que lo soportan. En esta ocasión lo que trato no podría ser menos:

- Distancia: 110 kilómetros de ciclismo. Sumando un total de 590kms.
- Ascenso y subida: +3.900 metros de desnivel, para ser más ilustrativos; 4 montañas subidas, y bajadas.
- En el kilómetro 20 rompí ambas zapatillas de ciclismo (se despegaron ambas suelas). O abandonaba o seguía de alguna manera. La manera fue hacer fuerza con la zapatilla hacia abajo al pedalear, mientras la suela estaba enganchada en las calas.
- Tuve que recorrer 10 kilómetros por camino pedregoso con bicicleta de carretera (5km de ida y 5km de vuelta).



## Cómo ser imparabile, o actuar como si lo fueras.

- Todo por una equivocación del GPS y una mala gestión del que interpretaba esos mapas (yo), sin excusas.
- Por “suerte” tuve el viento en contra durante el 70% del recorrido.
- Fui socorrido al caer la noche, en medio de la nada, por un padre e hijo británicos que viajaban por California. La razón del “rescate” fue porque Google Maps volvía a llevarme por un camino sin pavimentar, cuando ya estaba casi oscureciendo. El camino de tierra significaban 15 kilómetros, el otro que se planteaba, simplemente no había camino, porque no había señal o no marcaba una opción disponible. Esperé 30 minutos hasta que pasó el primer coche, que afortunadamente paró.
- Fui conducido hacia dos rutas de Google por camino no marcado por las que era inviable acceder. Desvíó y cambio de ruta obligatorio. Allí perdí casi 2 horas.

Se necesita una mentalidad imparabile para resistir. Cómo puedes deducir, fue día grandiosamente **estoico**. Mental desde el kilómetro 5 hasta el último. Aguantando el aturdimiento mental y emocional. Empezando este día 6, el físico ya empieza a resentirse un poco, especialmente espalda alta, cuello, lumbares y glúteos.

Todo lo que podía pasar está pasando, algo de esperar. La clave está en la postura que se adopta frente a los imprevistos y adversidades. Te cogen por sorpresa porque piensas que no te tocará.

Cuando piensas que un día no puede ir peor que el otro, estás equivocándote y lo pagarás. Siempre hay una versión peor.

Sólo existe una forma de hacerlo, exponerte una y otra vez, a todo lo que nos cohibe, como sea y a por todas. De forma obsesiva. Es paradójico, pero necesitas respirar y vivir de aquello que tratas de huir.

Antes de empezar este próximo día 6, había vivido imprevistos y cosas que podrían mermar mi motivación, pero no fue así.

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

El viaje hacia Burning Man continuó y, para ese momento, restaban 360/390kms.



### 15. Impulsa a ti y a los que te necesitan

De Lee Vining a Hawthorne, saltando de estado, de California a Nevada estuve rodando fácil, viento a favor. Todo más “normal” y se agradece. Ningún pinchazo, ninguna pérdida, ningún rescate. Fue rodar y disfrutar... Eso sí, con calambres ya en el cuello y la espalda un poco machacada, pero nada que no se pudiera soportar. Mientras rodaba por llanuras desiertas de Nevada, me sentía despierto, sintiendo y meditando. Esto que te cuento ahora es lo que con más fuerza apareció en mi mente... “¿Por qué no ayudamos más en situaciones de desigualdad o desventaja, sea de la índole que sea?” Tenemos la oportunidad de impulsar a los demás.

Por cada oportunidad que tenemos a nuestro alcance, malgastamos diez, otras diez no las vemos (porque no sabemos verlas, o no queremos verlas) y finalmente, dejamos escapar la única que parece que podríamos aprovechar. Cada persona con la que me he cruzado, ya sea en España, en otros países, o en Estados Unidos, tiene más influencia y capa-



## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

idad de impacto de lo que ninguna piensa. Imagina que cada persona que conoces diera al menos un día de su año, o unas horas dedicadas al mes, para ayudar a mejorar la calidad de vida de personas que no tienen las mismas oportunidades que nosotros.

Te pido que tomes un momento en cuanto puedas y respondas para ti a estas preguntas:

- ¿Cuál es tu compromiso con el impacto positivo? (todos debemos tener uno)
- Si pudieras pedir ayuda en algo ¿Qué sería?
- ¿Qué personas en desventaja resuenan más contigo y podrías ayudar ahora mismo?
- ¿En qué crees, específicamente, que podrías ayudar a quien lo necesita?
- ¿Cuánto tiempo (horas repartidas en días) crees que podrías dedicar al mes a concederte la oportunidad de impulsar a los menos privilegiados?
- ¿Con quién más de tu alrededor podrías contar para llevar este micro-movimiento hacia delante?

Tienes la oportunidad, la responsabilidad y obligación de devolver al mundo un poco, sólo un poco, por todo lo que tomas a diario. La oportunidad de impulsar a personas que te necesitan, y con un mínimo esfuerzo, puedes cambiar a mejor.

Tenemos la oportunidad de impulsar a las personas que más lo necesitan, no sólo es una oportunidad, sino una **responsabilidad** y una obligación...

Si ya estás compartiendo tu tiempo, talento, habilidades y esfuerzo con los que te necesitan, mi más sincera enhorabuena y admiración. Si todavía no has empezado o estás dudando, ahora es el momento idóneo para empezar. Comprométete y empieza, muy poco a poco, pero empieza

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

a impulsar a los desconectados.

Ya en la recta final de este desafío, reflexiono sobre mi llamada a la acción para ti... Si estás leyendo esto, por favor dedica 5 minutos de tu tiempo y un presupuesto minúsculo, para [hacer una donación en la causa](#) que llevo defendiendo y donando [desde 2013](#), tanto tiempo, como esfuerzo, como dinero. (Las donaciones siguen abiertas).

Hazlo. Suma fuerzas, aporta, ayuda, impulsa, mejora, potencia, empodera, a los que no gozan de la misma oportunidad que tú.

### 16. No hay más elección que hacerlo

Estando en Fernley (Nevada), a las 00:40h, escribiendo sobre el día 7 del desafío social y de autosuficiencia [Burning Man Quest](#).... Me di cuenta de que este día había sido más largo que de costumbre, también más pesado, por ser más horas. Sin embargo, fue uno más completado. Hay que hacer que suceda aquello que quieres hacer, aunque sea aparentemente imposible. Hay que repetirse y convencerse a uno mismo de que puedes [hacerlo](#) suceder. Si lo consigues, conseguirás.

Resumo cómo estuvo este día, a grandes rasgos:

- 175kms – 8:30h.
- +3.500mts desnivel, 4 montañas con sus respectivos puertos.
- Viento de cara el 90% del recorrido.
- Ruta: Hawthorne – Fallon – Fernley.
- Alimentación: no comí nada sólido y aguanté genial a base de zumos naturales de verduras y frutas, agua de coco y agua alcalina. Sobre el kilómetro 100 comí una barrita energética orgánica.
- Sensaciones: fue el día más largo, pero no tuve esa sensación. Cuando rodaba no estaba pensando en nada. Estaba inmerso en el momento... Tanto, que no tenía espacio para otras cosas. Ade-

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

más, finalicé este día de la mejor forma posible: con personas. Encontrándome con dos muy buenos amigos, Juan Romera y Lyndsey Garrill. Juan me ayudó a trasladar mi equipaje de Los Ángeles a [Burning Man](#), entre otras cosas.



## 17. Tienes que hacer que suceda, en serio

Claro, tienes que querer hacerlo, luego tienes que necesitar hacerlo. Finalmente, tienes que hacer que suceda, tú mismo. Y la mejor forma de hacer que las cosas sucedan, es simple y llanamente haciendo que sucedan. Sin descanso, progresivamente, siempre a más. Un paso cada día, milímetro a milímetro.

Puedes errar, puedes no llegar hoy, puedes defraudar, puedes frustrarte, puedes caer, no pasa nada mientras no te detengas en tu camino hacia hacer que algo suceda. Porque la sensación de dar todo lo que tienes y sabes, es la única sensación / validación que debes buscar.

## 18. Pon la determinación por delante

Dime que quieres lograr, dime a qué aspiras, dime cuál es tu sueño.

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

Dímelo, y te diré que sólo necesitas una cosa para lograrlo: determinación.

Esto es lo primero que vino a mi mente cuando empecé a escribir después de estar más de una semana días desconectado en [el desierto más vivo del planeta](#). Justo después de [escribir y publicar las últimas impresiones del día 7](#) de mi último desafío social. Determinación fue lo más valioso y crítico que tuve para poder llegar al final del día 8 y acabar el desafío.



Esta imagen está justo tomada en la entrada del desierto de BRC, la ciudad desértica donde se celebra [Burning Man](#). Fue el domingo 26 de agosto a las 19:30hrs. Se podría decir que estaba a tres kilómetros de la "meta" imaginaria de la última etapa de [Burning Man Quest](#).

Ocho días después de aventura, en su más extenso sentido de la palabra, pude notar que este fue un reto de una naturaleza que nunca antes había enfrentado. Un desafío contra mí mismo, contra cualquier obstáculo y contra lo impredecible. Ya fuera interno o externo. Ya fuera a causa

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.

de la bicicleta, del equipaje, de la distancia, el tiempo, el terreno, el viento o mi estado físico, mental o emocional. Fuera lo que fuera, no había nadie más que yo, mis recursos, mi ingenio, determinación y perspicacia, para enfrentar cualquier adversidad que surgiese en el camino.

Esto es lo que viví en el último día de desafío:

- Recorrido: Fernley – Dixon – Pyramid Lake – Gerlach – Black Rock (Nevada)
- Distancia total recorrida: 174 kilómetros.
- Tiempo: 8:15h – desde las 11:45h hasta las 19:30h.

## La importancia de la determinación

¿Por qué la determinación?

Porque la necesitas cuando crees que no puedes seguir. Porque te ayudará a levantarte cuando caigas. Porque será lo único que tengas cuando no haya más opciones.

Es posible que el desenlace del día ocho hubiese sido diferente sin haber usado mi determinación. El viento soplaba tan fuerte en el tramo hacia Gerlach, que me tiró de la bicicleta tres veces seguidas. No podía apenas rodar, cuando caí por primera vez, no quería levantarme, pero no había otra opción, me levanté y seguí. Al caer por segunda vez, me desanimé y maldecí el viento, pero me levanté y continué pedaleando. Cuando volví a caer la tercera vez me herí la rodilla, bien, me levanté y seguí, pero no pude continuar mucho más. Aun así, quería seguir.

En ese momento una caravana que iba a Burning Man paró a rescatarme. Eran dos tipos de Nueva York, muy amables y comprometidos. Subí, recorrimos unos treinta kilómetros y llegamos a Gerlach. Allí nos detuvieron durante una hora. Las puertas estaban cerradas debido a que el fuerte viento había levantado una gran tormenta de arena y no era seguro para los voluntarios y asistentes. Esperamos a la luz verde de la patrulla de Nevada, había una gran cola y no se podía continuar.

## Cómo ser imparable, o actuar como si lo fueras.



Es en ese momento donde puse la determinación a trabajar de nuevo. Me dije a mí mismo, y a los ocupantes de la caravana, “no voy a entrar en Burning Man con caravana. No después de todo lo vivido y superado, no por la causa, y no por mí”. Así que me bajé, me subí a la bici y **continué** los últimos 25 kilómetros hasta llegar a la mismísima puerta. Recorrí incluso los 5 kilómetros de zona desértica con la bici de carretera.

Así fue como llegué a la entrada de Burning Man, con una actitud y mentalidad imparables. Así es como vivo cada día, siendo y actuando imparables, incluso aunque no lo sea. Incluso aunque me quede corto. No importa, siento que solo la muerte puede separarme de lo que hago, vivo y siento.

## Cómo ser imparabile, o actuar como si lo fueras.

Esta foto fue tomada por un miembro del staff de Burning Man justo a la entrada. Fueron momentos de éxtasis para mí, tan pronto como pisé el polvo cayeron las primeras lágrimas. Nunca había vivido una aventura tan aventura, solo, sin recursos, más que los míos propios. No podría describir todo lo que sentí, y siento en este momento, si tuviera que utilizar una palabra, adivina cual utilizaría..."



## Cómo ser imparabile, o actuar como si lo fueras.

*Gracias a todas las personas que me apoyaron desde al menos 40 partes diferentes del mundo. A todos los que donaron para recaudar casi \$5.000. Gracias a la generosidad de todas las personas que encontré en el camino. Estoy agradecido a todo lo que sucedió cómo sucedió, fue como debía ser. Y gracias a ti por acompañarme en esta aventura y en el viaje*

*Que el viaje continúe.*



**Vive imparabile o muere intentándolo.**



Si este pequeño escrito **ha resonado contigo**, considera contribuir a la causa que abandero, una mejor educación para los jóvenes en desventaja de Langa (Ciudad del Cabo). Si además crees que podría aportar valor a alguien de tu entorno, entonces envíale esta historia de actitud y mentalidad imparabile.

Contribuye y dona [aquí mismo](#)

