

El sumō 相撲 es un deporte nacido en Japón que se encuentra profundamente ligado a las tradiciones religiosas del sintoísmo

Cuando las fronteras de tu cuerpo se fijan en más de 175 centímetros de estatura y entre los 140 y 200 kilos de peso, la vida puede ser un tanto dificultosa. Incluso miserable.

Habitar un cuerpo obeso es, por lo general, casi un estigma. Un delito. Un defecto imperdonable y criticable que la televisión, la moda y la publicidad no te dejarán olvidar, y que la sociedad en su conjunto te refregará en el rostro hasta hacerte sentir culpable.

Sin embargo y en muy pocas ocasiones o quizás en la única que existe sobre la faz de este planeta, rebosar gordura puede convertirte en parte de una élite, darte estatus de estrella, hacer de ti un personaje famoso y darte a ganar mucho dinero y reconocimien-



08 KYODAI MAGAZINE MAR



PELEADORES DE PESO

ELÁSTICOS A PESAR DE SU PESO

Lo primero que se debe desmitificar sobre un luchador de sumo es todo lo concerniente a su obesidad, porque si bien son grandes y gordos, los sumōtori 相撲取りson mucho más ágiles que una persona promedio según reveló un estudio realizado por la Tokyo Metropolitan University. Adicionalmente, un luchador de sumō tiene sólo un 10% de grasa en el cuerpo (el resto es masa muscular) y una elasticidad que le permite abrir las piernas hasta en un ángulo de 180 grados.

Ello sin embargo, no impide que estas moles se enfrenten a los problemas propios que se derivan de su gran corpulencia, sobre todo porque viven en un mundo, el japonés, diseñado a la medida de personas mucho más pequeñas y delgadas que ellos, donde los espacios son reducidos y estrechos y lo compacto reina en todos los niveles de lo cotidiano.

Cuando un luchador recorre el país por ejemplo, prefiere movilizarse en tren bala (shinkansen) y siempre en la categoría Green Card (de lujo), donde los asientos son bastante espaciosos; todos ellos tienen prohibido manejar un auto porque no hay máquina en el mercado que pueda acomodarlos detrás del volante de forma segura; mientras que en los hoteles que se alojan solo pueden tomar una ducha, porque generalmente la tina es demasiado pequeña para su volumen.

Otro problema que se le presenta a la mayoría de los sumōtori como a cualquier otra persona obesa, es al momento de utilizar la taza del baño. Afortunadamente, en Japón es bastante común encontrar tazas de baño inteligente que asean al usuario de forma automática, lanzando chorros de agua temperada y ráfagas de aire tibio para secarlo.

La esperanza de vida de un sumotori es menor en unos 20 años a la de un japonés promedio, pero esto no sólo tiene que ver con su peso sino con el ritmo de entrenamientos que llevan, los cuales son tan arduos y agotadores que ya han producido varias muertes, entre ellas la del gran campeón Ryukozan en 1990.

REPRESENTANTES DEL ESPÍRITU NIPÓN

Otra cosa que se debe aclarar respecto al sumō, es que se trata de una forma de vida con estrictas reglas de conducta. Para los japoneses, más que un atleta un sumotori es el portador de antiguas tradiciones íntimamente ligadas al shintoismo, la religión nativa de Japón.

Tanto en la vida diaria como en el transcurso de los 15 días que dura cada uno de los seis torneos que se realizan al año, se espera que los luchadores sean humildes y de pocas palabras, estoicos y que representen los valores que según la sociedad local mejor describen a este país: dignidad, honor, fuerza y disciplina.

Por ello, un sumotori nunca celebrará una victoria ni lamentará una derrota, y en el mismo instante en que haya vencido a su oponente dejará de ejercer cualquier tipo de fuerza en su

Esta conducta y lo que representan culturalmente hablando, les ha granjeado el respeto y el cariño incondicional de los japoneses. En diversas ciudades del país se les puede ver caminando por las calles de la ciudad, perfectamente peinados con decorativos moños y vestidos con sobrios kimonos que en invierno o verano acompañan con zancos de madera (geta), ya que seria casi imposible encontrar calzado occidental a su medida.

Para convertirse en luchador (rikishi), el postulante, sea japonés o extranjero debe tener buena salud, menos de 23 años, una estatura mínima de 175 cm. y un peso de por lo menos 75 kilos. El resto lo harán la dieta y el entrenamiento.

Los luchadores de sumo, más de 900 en la actualidad, pertenecen a una de las 55 heya (una mezcla de gimnasio, escuela y vivienda comunal) que se ubican principalmente en Tokio. Allí comen, entrenan, duermen y realizan las labores propias de cualquier hogar, siendo los principiantes los que se encargan de servir a los luchadores de mayor categoría.

No son pocos los aprendices que son ex delincuentes juveniles o muchachos de familias humildes que viven en provincias alejadas, y llegan a las heya con apenas 14 ó 15 años de edad luego de que algún "ojeador" les haya visto condiciones. Los padres dan el consentimiento y desde ese momento el muchacho queda en manos del oyakata (master y administrador de la heya) y de su esposa, la única mujer autorizada para ingresar a la heya.

El castigo y la humillación son partes intrínsecas de la formación de un aprendiz, al que le tomará por lo menos cinco años llegar a las categorías superiores (sekitori o profesional), momento en el que comenzará a recibir un salario.

NO HAY LÍMITES

En el sumō no hay límite de peso ni categoría, se enfrentan todos contra todos y la experiencia demuestra que si bien la corpulencia del luchador influye mucho en el resultado, no siempre gana el más grande ya que el sumō es considerado por los propios luchadores como una práctica mental más que

De los 900 luchadores rankeados que existen en este momento, solo 40 pertenecen a la categoría Makuuchi que es la superior y se divide en cinco sub-categorías (yokozuna, -el rango más alto-, ozeki, sekiwake, komusubi y maegeshira); y 860 a la Juryo, que es la más baja.

Económicamente hablando, los luchadores de la categoría iurvo recibe aproximadamente un millón doscientos mil venes mensuales, mientras que un makuuchi se embolsa más de un millón quinientos mil yenes cada 30 días. Los sumotori que todavía no se profesionalizan, reciben una propina mensual equivalente a unos ochenta mil yenes. Obviamente, sólo aquellos que están dentro del ranking tienen la posibilidad de casarse e irse a vivir fuera de la heya, siempre que cuenten con la autorización del oyakata.



COMIDA Y ENTRENAMIENTO

Diariamente un sumotori puede consumir hasta 20 mil calorías (de seis a ocho veces lo que consume un japonés adulto). El promedio sin embargo, es de 9,000 calorías al día las cuales ingieren en dos grandes comidas cuya base es el chanko nabe, arroz (más de medio kilo en cada comida), cerveza y sake.

El chanko nabe, que se puede comer en diversos restaurantes del país, es una nutritiva y balanceada sopa que contiene de todo: pollo, salsa de soya, pescado, hongos, cebolla, zanahoria y col entre otros vegetales.

Luego de terminar con la primera sesión de keiko (entrenamiento que realiza en ayunas) y de almorzar, el sumotori toma una prolongada y obligatoria siesta para facilitar que el cuerpo convierta las calorías en grasa. Es decir, para facilitar que engorde. En la tarde y dependiendo de la heya, se realizará un entrenamiento mucho más suave.

Inmediatamente después de terminar la segunda comida, la cual se sirve a las siete de la noche, los luchadores tienen tiempo libre hasta las 22.30, cuando deben estar en los dormitorios comunales en el caso de los principiantes, y en sus habitaciones particulares, en el caso de los más antiguos.

El día de un sumotori comienza a las cinco de la mañana, cuando salta de la cama al dovo (arena de entrenamiento). Los luchadores profesionales duermen un poco más y se incorporan a las prácticas alrededor de las ocho de la mañana. A eso de las 11.30 se duchan y luego los peinan con sus característicos moños.

Durante los días de torneo la rutina cambia de forma drástica: se entrena menos, se come menos, se duerme más v se dedican largas horas a prepararse mentalmente para los combates.

DESPUÉS DEL SUMO

A pesar del glamour y la fama que puede llegar a rodear la vida de un sumotori de la máxima categoría, lo cierto es que la mayoría de los luchadores nunca alcanzan a colocarse en el nivel profesional y por ende, pasan toda su carrera en la heya.

Sin embargo, tanto los profesionales como los que no llegan a serlo se retiran antes de cumplir los 30 o 35 años, aquejados de dolencias hepáticas o forzados por las lesiones y fracturas causadas en hombros, codos y rodillas debido a los rigores de la lucha, el entrenamiento y su propio peso.

En la ceremonia de retiro llamada danpatsushiki, el sumōtori no solo pierde su nombre de luchador sino el moño que tanto cuidó durante su carrera. El dinero que recibe como jubilación se calcula en base a las victorias obtenidas. Luego vienen los intentos para adelgazar y tratar de abrirse paso en otra carrera.

Algunos se convierten en cocineros si aprendieron bien a preparar el chanko nabe, o en instructores o cazatalentos de sumo para diferentes heya. Otros, los menos, hacen carrera como comentaristas deportivos que en cada narración o entrevista, rememoran la gloria de la victoria o la frustración de la derrota.

GANADORES DEL SORTEO:

15/01/2018 -Participaron todas las remesas realizadas del 15/11/2017 al

El sorteo se realizó el

10/01/2018 -El periodo de validez de los premios es de un año (15/01/2019).





OCHOA OBA DE RUEDA BEATRIZ YSABEL









Entrada para audífonos

cargar la batería del celular

FIKIH NURDIANTO



PARLANTE PORTÁTIL SONY (BLUETOOTH, TER RESISTENT) LE QUANG DAT



Lentes para celular: Fisheye, macro x10 gran angular

Selfie Stick con iluminación integrada (3 intensidades)

Cargador de batería portátil, ultra rápido de 10,000 mAh ick (portable charger) ión **Philips**







