

John Kavanagh
**Vencer o
aprender**

**Conor McGregor, las MMA
y mi lucha como entrenador**

Prólogo de Conor McGregor



*A mamá y papá.
Gracias por hacerme creer en mí mismo.*

Prólogo

por **Conor McGregor**

La primera vez que vi a John Kavanagh, cuando me lo presentaron en su gimnasio hace diez años, no me impresionó mucho. Un amigo del colegio, Tom Egan, llevaba algún tiempo entrenándose en artes marciales mixtas. Yo estaba boxeando a un nivel bastante bueno, pero decidí probar con las MMA. Y Tom me había asegurado que si tenías ambiciones de llegar a algún sitio en este deporte, John era el único hombre del país con el que había que trabajar. Yo le creí.

Antes de conocer a John, me había imaginado un gurú de la lucha en jaula, grande e imponente. En realidad, parecía un tipo normal, con más pinta de profesor de escuela primaria que de maestro de lucha. Pero mi impresión inicial no tardó en cambiar. Cuando John empezó a compartir su conocimiento, se reveló como un caso único, y enseguida te dabas cuenta de lo especial que era. Se veía fácilmente por qué tenía una reputación tan grande.

Dada mi experiencia con el boxeo, yo estaba seguro de que en las MMA iba a estar como pez en el agua, y que sería campeón del mundo en poco tiempo. Pero con cada día de entrenamiento con John, a medida que me iba percatando de la profundidad de sus conocimientos, me iba dando cuenta de que tenía mucho que aprender de aquel hombre. Puede que yo ya supiera dar puñetazos antes de poner el pie en el gimnasio Straight Blast, pero en comparación con un experto de las artes marciales como él, yo era un aprendiz con mucho camino por delante. Pero sabía que estaba trabajando

con un hombre que podía guiarme en la dirección correcta. Y eso fue exactamente lo que hizo John, y diez años después sigue haciéndolo. Desde los primeros momentos creí que este hombre podía llevarme adonde yo quería ir. Supongo que se puede decir que esta fue mi primera predicción acertada.

La pasión de John por aprender y enseñar es inspiradora. Una de sus grandes virtudes como entrenador es su capacidad de hacer que cosas muy difíciles parezcan sencillas. Las descompone de una manera que yo no había visto nunca. En un gimnasio de boxeo entras, le pegas al saco, saltas a la cuerda, haces unas fintas con un *sparring* y te marchas a casa. Entras con prisa y te hacen salir con prisa. Con John la lección va despacio y se profundiza en ella hasta que queda clara y cristalina para cada individuo.

Durante más de una década nos ha entrenado con éxito a mis compañeros y a mí en el gimnasio y en el octágono, pero sus enseñanzas se extienden a todos los aspectos de nuestras vidas. Recorro a John para que me aconseje en todo, no solo en las artes marciales.

Hubo una época en mi vida en que me juntaba con gente indeseable, no hacía nada de provecho, faltaba al gimnasio y seguía un camino peligroso. John no tenía ninguna obligación de intervenir, pero se tomó la molestia de procurar que no fuera más allá del punto de no retorno. Su intervención fue un momento decisivo, no solo en mi carrera de luchador sino también en mi vida en general.

Durante años, John invirtió mucho tiempo y esfuerzo en mí, y siempre tuve la intención de devolverle el favor. Cuando empecé en el Straight Blast Gym, éramos un grupito de jóvenes luchadores que compartíamos la ambición de llegar a la cumbre. Me produce una gran satisfacción ver el reconocimiento que John ha recibido desde que llegamos allí. Me llena de motivación para seguir esforzándome.

¿Qué habría sido de mi vida si John Kavanagh no hubiera entrado en ella? Por supuesto, es imposible responder ahora a esa pregunta. Lo único que sé es que doy gracias por no haber tenido que averiguarlo.

1

Me gano la vida enseñando a la gente a pelear. Así que tal vez les sorprenda saber que hasta que tenía veintitantos años me aterraban las peleas. Detestaba las discusiones, los gritos, la violencia... prácticamente cualquier forma de conflicto. Por supuesto, eso no es raro, pero a decir verdad yo era un poco cobardica... o, como solían decirme algunos niños del colegio, un nenaza.

Me crie en la Nutgrove Avenue de Rathfarnham, un suburbio al sur de Dublín. Mi hermana Ann ya llevaba en el mundo dos años y medio cuando llegué yo, el 18 de enero de 1977. Mi hermano James llegó mucho más tarde.

Vivíamos en un callejón sin salida y casi todos los demás niños del bloque eran chicas, de modo que me pasaba mucho tiempo solo. Había otro chico, pero era mucho mayor que yo, y casi nunca me dejaba jugar con él. Mientras Ann andaba por ahí con las demás chicas, yo hacía buenas migas con los diferentes bichos raros locales. Desde muy pequeño me gustó Spider-Man, y me interesaban mucho las arañas de verdad. (Me siguen interesando: tengo una tarántula junto a la mesa de mi despacho. Tranquilos, no ronda a su aire por el gimnasio ni nada de eso; la tengo en un terrario). Uno de mis entretenimientos favoritos era dar de comer a las arañas. Buscaba hormigas y las echaba en las telarañas para observar cómo se las comían. Aquello me encantaba.

Cuando intentaba ir con Ann y sus amigas, me echaban enseguida. Yo era un niño y ellas eran todas chicas, así que para ellas yo no era más que una fuente de irritación. Pero de vez en cuando me daban una palmadita en el hombro y me decían «Ahora, John, vas a salir con ella». Siendo el único chico de edad similar en la zona, las chicas me compartían como una especie de noviete de mentirijillas. Por desgracia para mí, eso no se debía a que yo

fuera irresistible: era solo que no tenían otras opciones.

Mis padres dicen que yo era un niño muy tratable, pero Ann y James salieron un poco salvajes. Yo diría que me parezco a mi madre: tranquilo, introvertido. Es difícil sacarme de mis casillas. Ann y James se parecen más a mi padre. Tiene mal genio, por decirlo suavemente.

En el colegio se metían mucho conmigo, y solía ser Ann la que acudía al rescate. Ella siempre me guardaba la espalda. El principal matón de nuestro colegio era un chico llamado Steven. Era el clásico tío que te robaba el bocadillo... o el dinero, en las raras ocasiones en que tenías algo. Un día, Ann vio que Steven se estaba metiendo conmigo. Se fue derecha a por él y lo atacó con un paraguas. Fue la última vez que Steven abusó de mí. No hay en el infierno furia comparable a la de una chica dublinesa con un paraguas que ve que están robando a su hermano. Pero Steven no era el único abusón. Yo nunca me metí en una pelea de verdad: normalmente, salía corriendo. Cuando me pegaban, no devolvía el golpe.

Aunque teníamos diferentes personalidades, Ann y yo siempre estuvimos muy unidos. Un día, Ann iba andando por una valla de hierro que separaba nuestro jardín del de nuestros vecinos. Se cayó y se pegó un golpe terrible... y yo lloré más que ella. Cuando me daban algo —aunque fuera una simple galleta— yo siempre preguntaba «¿Y Ann, qué?». No aceptaba nada a menos que también hubiera para Ann. Nos llevábamos muy bien.

Mi padre y yo no nos llevamos bien mientras yo estaba creciendo, y hasta los veintimuchos años no empecé a tener algo parecido a una relación con él. Junto con mi madre, mi padre hizo un gran trabajo criándonos, y yo no cambiaría nada de eso, pero él era colérico y agresivo, le encantaba gritar y discutir, mientras que yo era todo lo contrario. A mi padre no le asustaba enfrentarse a diez personas; a mí me aterraba la posibilidad de enfrentarme a una, y no hablemos ya de un grupo. Papá me hacía ver *El partido del día*, puede que con la esperanza de que yo llegara a compartir su pasión por el fútbol... pero yo lo aborrecía. Incluso ahora, solo la sintonía ya me pone de mal humor.

Pero nuestra relación ha cambiado mucho con los años. Ahora diría sinceramente que es mi mejor amigo. Probablemente, al hacernos mayores hemos empezado a comprendernos mejor el uno al otro. Pero todavía le sigue

encantando discutir. Si estamos los dos sentados y tranquilos, muchas veces se inventa una discusión. Es su manera de ser. Mi padre y James siempre se están peleando. Es raro que estén en el mismo sitio y no estén discutiendo por alguna tontería. No me explico cómo le pueden gustar esas cosas a la gente —a mí me parece agotador—, pero para ellos es diferente.

Es parecido a lo que siento por el *jiu-jitsu* brasileño: me gusta tanto como a ellos les gusta discutir.

Es indudable que marcharme de la casa familiar cuando me hice mayor tuvo un efecto positivo en mi relación con mi padre. Cuando te vas de casa, empiezas por fin a ver a tus padres como los seres humanos que son. Hasta entonces, son solo tus padres.

Aparte de que mi padre discutiera con todo el que estuviera cerca sobre si el cielo es azul, éramos una familia irlandesa de lo más normal. Mi padre es un hombre asombroso. Fue gerente del complejo deportivo del colegio de La Salle —donde yo estudié— y después se hizo constructor. Es muy independiente y tiene iniciativa. Si yo tengo espíritu emprendedor, seguro que viene de ahí. Mi padre no tiene intención de jubilarse. Ha dicho muchas veces que se lo llevarán de una obra. Le encanta. Nunca lo dejará.

Viendo lo que hizo con su familia cuando estábamos creciendo, siento mucha admiración por él. Era increíblemente trabajador, de modo que, aunque no éramos una familia rica, nunca nos faltó nada necesario. El lado malo de esto es que nunca nos daban dinero. Otros chicos hablaban del dinero para gastos que les daban sus padres, y a mí me parecía asombroso. Nosotros nunca tuvimos eso. Jamás. Recibir dinero sin hacer nada... sonaba demasiado bueno para ser cierto. Y en nuestra casa lo era.

Con mi padre siempre tenía que andarme con cuidado. Cuando era pequeño, ni una vez pude quedarme en la cama hasta tarde. Y si alguna vez cometía el error de decir que no había nada que hacer, él enseguida me hacía una lista de tareas de las que tenía que encargarme, ya fuera lavar la ropa o cortar el césped. Desde que cumplí los catorce, solía ir a trabajar con él los fines de semana y durante las vacaciones escolares.

Pero yo era definitivamente un niño de mamá. Mi madre era un personaje tranquilo, reservado y callado, que nunca se enfadaba, y para mí era mucho más fácil relacionarme con ella. Hacía algunos trabajos de limpieza, pero,

como para muchas madres irlandesas en aquellos tiempos, su prioridad era mantener el hogar funcionando sin un fallo. Cuando yo estaba en secundaria, llegaba a casa a la hora de comer y ella ya me tenía preparado un sándwich caliente de jamón y queso. Me lo comía mientras veía *Vecinos*, la serie australiana; esa era mi rutina para el pequeño descanso de cuarenta y cinco minutos. Me encantaba. Mamá y yo apenas nos decíamos nada, pero eso era lo que nos gustaba: paz y tranquilidad. Era perfecto... a menos que papá volviera a casa pronto. Entonces había que quitar *Vecinos* porque no se nos permitía ver la tele antes de las seis de la tarde. A papá le importaba bien poco la boda de Jason y Kylie cuando todavía había que hacer los deberes.

No es que tuviera muchos deberes que hacer, porque durante mis dos últimos años en la escuela primaria La Salle no tuvimos un verdadero profesor. El director supervisaba nuestra clase, pero se pasaba el día entrando y saliendo del aula, de modo que pasábamos la mayor parte del tiempo solos. Ahora parece una locura. Supongo que se debía a los recortes de presupuesto. Dejados a nuestra propia iniciativa, apartábamos los pupitres contra las paredes y jugábamos a Royal Rumble. A mí me tocaba quedarme en la puerta, vigilando por si el director volvía.

Cuando pasé a la enseñanza secundaria, estaba en el grupo de los peores estudiantes. Lo había hecho fatal en los exámenes de ingreso, porque me había pasado los dos últimos años de primaria haciendo el tonto. No destacaba académicamente, pero se me daba muy bien estudiar y aplicarme. No era de los chicos que molaban, pero tampoco formaba parte del grupo de los empollones frikis. Lo cierto es que iba casi siempre solo o con mi mejor amigo, Derek Clarke. Derek y yo empezamos a criar tarántulas.

Cuando mi padre tenía veintimuchos años, empezó a hacer un poco de karate. Era la primera vez que se entrenaba en algo que no fuera fútbol. En sus tiempos había sido un buen portero, y también fue árbitro en la liga de Irlanda. El fútbol era sin duda su pasión, pero supo desde muy pronto que a mí no me interesaba.

Yo tenía cuatro años cuando mi padre me llevó a mi primera clase de karate. Había clubes cerca de donde vivíamos, pero hicimos todo el viaje

hasta un club de Sheriff Street, porque allí era donde mi padre se había entrenado. Era un trayecto de veinte kilómetros, ida y vuelta, y no teníamos coche. Pero mi padre me colocaba en la barra de su bicicleta e íbamos y volvíamos en bici. El sitio lo dirigía un instructor japonés de la vieja escuela: el clásico *sensei* rodeado de un auténtico halo místico. A principios de los años ochenta, no había casi nadie en Dublín que viniera de muy lejos, así que ver un japonés era bastante raro.

Empecé a ir a clases de karate dos o tres veces por semana. Me gustó desde el principio, pero no porque estuviera aprendiendo a dar puñetazos y patadas. Lo que más me gustaba era la tranquilidad. El ambiente sereno. Cuando asistía a aquellas clases, nunca las vi como el principio de una educación en el arte de luchar. Las secuencias, los patrones repetidos, parecían más propios de la danza que de la lucha. En realidad, lo que yo hacía no importaba. Lo importante era el ambiente. Nunca pensaba «Aquí voy a aprender a pelear porque eso es lo que voy a hacer el resto de mi vida». Me gustaba la tranquilidad, y las clases de karate me proporcionaban mucha.

Desde el principio, el instructor le dijo a mi padre que veía en mí algo único para un niño tan pequeño. Era capaz de concentrarme por completo en la clase sin distraerme. Cuando los padres me preguntan a qué edad tiene que empezar a entrenarse un niño, yo siempre les digo que lo mejor es que traigan al niño para ver cómo se le da, porque cada niño es diferente. A los cuatro años, yo podía concentrarme en una clase de karate de sesenta minutos, pero en otras cosas puede que mi concentración no fuera tan buena. Concentrarse en una clase muy tradicional de karate no es fácil para un niño, pero para mí sí lo era.

La verdad es que mis conocimientos de karate no me sirvieron de nada cuando abusaban de mí siendo niño. Nunca descubrí que fuese una buena forma de defensa personal. Aprender karate en un gimnasio no te prepara para la presión de verte metido en una pelea en la calle. Cuando se producía un altercado físico, yo me quedaba paralizado. Es similar a una respuesta que a veces se ve en la naturaleza, cuando un animal es atacado. Muchos animales se quedan inmóviles, con la esperanza de que su atacante se marche.

Para saber reaccionar cuando la gente se metía conmigo, el karate me sirvió tanto como el *ballet*.

Seguí practicando karate durante toda mi infancia, y me volví cada vez más competitivo. A los doce años obtuve el cinturón negro. Al empezar la adolescencia, empecé a entrenar por las tardes con un nuevo instructor en el colegio La Salle. Allí conseguí el cinturón negro de segundo dan. A los quince años me convertí en campeón de Irlanda de karate kenpo en la cancha nacional de baloncesto de Tallaght. Me entrené muchísimo para ello, y en aquel tiempo estaba muy orgulloso de mi logro. Incluso salió un artículo sobre mí en el periódico local, con una gran fotografía de su seguro servidor. Durante mucho tiempo mi abuelo llevó el artículo en la cartera, y se lo enseñaba a todo el que se cruzaba con él.

A los dieciocho años me presentaron a un instructor de un club diferente. Molaba un montón. Era un tipo grande que vestía un mono de karate rojo, mientras que todos íbamos de negro. A mí me dejó como hipnotizado. Cuando dijo que yo sería bienvenido para entrenarme en su club, no vacilé en aceptar la invitación.

Una mañana, mi instructor de karate de La Salle se presentó en la ferretería donde yo trabajaba los fines de semana. Se había enterado de que estaba entrándome en otro sitio, además de con él, y no estaba contento. Perdió por completo la compostura conmigo, regañándome delante de mis compañeros y clientes. Yo no podía creer que estuviera tan indignado, ni entendía por qué. Yo seguía entrenándome en su club, y llevaba haciéndolo cinco o seis años. No era más que un chaval al que le gustaba el karate y quería practicarlo con la mayor frecuencia posible. Pero él no podía soportar aquello. La suya fue una reacción bastante infantil. Yo creía firmemente que entrenarse en diferentes entornos es sano y se debe fomentar, pero él no lo veía así. En medio de una tienda llena de gente, me quedé callado, alucinado, mientras aquel hombre me hablaba a gritos de deslealtad y me decía que ya no era bienvenido para entrenarme en su club. El incidente me dejó tan mal sabor de boca que poco después dejé de practicar karate por completo.

En la escuela secundaria, ser acosado seguía formando parte de mi vida. Por

fuera me mantenía tranquilo e inalterado, pero por dentro me reconcomía. No había mucha violencia física; era sobre todo cuestión de empujones e intimidaciones, y una sensación general de constante inseguridad. Si alguien me daba una colleja por detrás, yo seguía andando. Nunca devolví los golpes. Aceptaba el castigo y esperaba a que todo terminara. A pesar de todo el acoso que experimenté durante mi juventud, nunca salí malherido hasta una noche, cuando tenía dieciocho años. Había salido con unos amigos y estábamos tomando algo en un bar de Rathmines llamado The Station. Teníamos intención de ir después al club Sarah's, en Rathfarnham. Cuando tienes esa edad, entrar en masa en las discotecas no es fácil, de modo que acordamos ir a Rathfarnham en grupitos más pequeños.

Cuando me dirigía a la parada de taxis con mi novia de entonces, pasamos ante un grupo de seis o siete tíos que habían bajado a un ciclista de su bici, al parecer sin motivo alguno, y habían empezado a pegarle. Todos los que pasaban agachaban la cabeza y seguían andando, y lo mismo hicimos nosotros. Pero al ciclista le estaban dando una paliza considerable, y yo empecé a pensar: «Tengo que hacer algo, no puedo permitir que ocurra esto». Volví atrás y traté de razonar con los tipos que estaban pegando al ciclista: «Venga, tíos. Ya le habéis dado bastante».

Se volvieron contra mí. Me sujetaron y me dieron una buena paliza. Todavía recuerdo los gritos de mi chica cuando me aplastaban la cara contra el frío hormigón. En cierto momento me golpearon con un ladrillo, e incluso intentaron tirarme delante de un autobús.

Gracias a Dios pudimos escapar cuando mi amigo Kevin McGinley, que había salido del bar después que nosotros, llegó por la calle, vio lo que estaba pasando y cargó para ayudarme. Conseguimos llegar a la comisaría de policía más cercana. Yo iba en muy mal estado, irreconocible. Después supe que tenía rotos el hueso orbital y el pómulos. Pero la policía supuso que yo era un mierda que se había metido en líos y me echaron de la comisaría. Mi chica y yo volvimos a casa en un taxi.

Mis padres iban a salir aquel fin de semana. A la mañana siguiente, mi madre asomó la cabeza por la puerta y dijo «Nos vemos el lunes». Yo escondí la cara bajo las sábanas y murmuré «Hasta entonces». Aquellos tíos me habían machacado tanto que parecía el Hombre Elefante, y no quería que

ella lo viera.

Las heridas físicas se curaron casi todas en unos días, pero tardé mucho tiempo en recuperarme psicológicamente. Que te peguen delante de tu novia es algo que muchos jóvenes temen. Es muy humillante. Te hace sentir que no vales para nada. Supongo que siempre existirá esa fantasía romántica de zurrar a los malos y marcharte con la chica del brazo.

Cuando vi por primera vez a los padres de ella tras el incidente estaba muy avergonzado, pero ellos se portaron muy bien. Cuando el padre me vio, me dio un abrazo y me dijo que había hecho lo correcto. Me alegraba mucho que a ella no le hubiera pasado nada, porque aquello me habría destrozado.

Después de aquello, apenas salí de casa durante casi un año. Caí en una depresión y estaba en un estado de miedo constante. Cuando salía, iba siempre mirando por encima del hombro, por si alguien me atacaba por detrás. Cuando aquello ocurrió, acababa de dejar el karate. Había sido campeón de Irlanda, pero ¿de qué valía aquello si era incapaz de defenderme? Poco a poco decidí que si volvía a encontrarme en una situación así, tenía que saber cómo salir de ella.

2

Geoff Thompson entró en mi vida en el momento oportuno. Lo descubrí en la revista *Martial Arts Illustrated*, que leía todos los meses. Era un portero de discoteca inglés que acababa de publicar el primer libro de una serie sobre defensa personal y sobre la vida de los porteros de bares y discotecas. Tenía experiencia en karate, pero el karate puro no le daba buenos resultados, y había tenido que desarrollar un sistema de defensa más eficaz. Yo absorbía todo lo que Geoff decía y estudiaba meticulosamente sus escritos. Asistí a algunos de sus seminarios, casi todos en Reino Unido. Empezamos a escribirnos. Fue la primera persona con la que hablé sinceramente sobre el terror que sentía. Aquel era uno de sus principios fundamentales: tener miedo está bien. Él era un tipo de aspecto intimidante, mientras que yo me consideraba un alfeñique que no tenía lo que hay que tener para enfrentarse a la gente.

De Geoff aprendí un par de cosas importantes en cuestión de técnica y lenguaje corporal, en especial su concepto de la «valla». Consiste en extender las manos delante de ti, con las palmas hacia fuera, para obligar a un posible atacante a mantener la distancia. Usar las manos de esta manera no transmite el mismo mensaje agresivo que cerrar los puños, pero hace saber a la otra persona que estás dispuesto a repeler un ataque. Según Geoff, si una persona hace contacto con la valla más de una vez, ya puedes mover ficha.

Pero lo más importante que saqué de mi relación con Geoff fue la comprensión del miedo y cómo manejarlo. El miedo era la principal razón de que me considerara incapaz de pelear. Tal como yo lo veía, cualquiera que sintiera miedo —como yo— era un cobarde. Y daba por supuesto que los hombres grandes, fuertes y duros como mi padre y Geoff Thompson nunca

tenían miedo. Geoff me enseñó lo equivocado que estaba. Él también conocía el miedo, pero me explicó que experimentar miedo antes de una confrontación es el mecanismo del cuerpo para segregar adrenalina en anticipación del conflicto. Aquellas sensaciones de debilidad en mis brazos y piernas eran completamente normales, me dijo. Simplemente, mi cuerpo se estaba preparando.

Algunos amigos y yo nos juntamos y organizamos unas clases de defensa personal en el gimnasio de mi antiguo instituto de Rathfarnham. Éramos solo unos pocos con unas colchonetas, y yo era el instructor —mi primer trabajo como entrenador, supongo—, basándome en lo que había aprendido de Geoff Thompson y añadiéndole un poco de karate y de mantenimiento. Era una extraña combinación de muchas cosas diferentes, pero en general procurábamos recrear un altercado en la calle, usando cosas como la «valla», además de algunas técnicas básicas de lucha y presas que había aprendido de Geoff. Eran juegos de novatos, pero nos lo pasábamos bien y —lo más importante— yo sentía que estaba desarrollando un mejor conocimiento de cómo defenderme.

A finales de 1996, poco después de cumplir veinte años, un viernes por la tarde estaba dando una vuelta con mi amigo Robbie Byrne y decidimos entrar en el videoclub Laser, de George Street. Me gustaba aquella tienda: tenía una gran selección de vídeos raros que no se encontraban en ningún otro sitio. Cuando estábamos mirando, encontré un vídeo de lo que parecía una especie de disparatada película de artes marciales. Un montón de tíos sacudiéndose en una pelea sin reglas dentro de una jaula. «Esto no puede ser de verdad», pensé. Pero aun así me picó la curiosidad. Robbie y yo volvimos a mi casa con una copia de *Ultimate Fighting Championship: The Beginning*.

Resultó ser un documental que contaba el nacimiento en 1993 de la que ahora es la organización dominante en el deporte de las artes marciales mixtas: la UFC. Cuando Robbie y yo descubrimos el vídeo, muy poca gente —y menos en Irlanda— había oído hablar de este deporte. El evento inaugural de la UFC había tenido lugar el 12 de noviembre de 1993 ante poco más de siete mil personas en un recinto deportivo de Denver, Colorado. Ahora, después de más de trescientas cincuenta veladas, la UFC tiene una producción de lujo, sin reparar en gastos, y los combates están regidos por un

estricto conjunto de reglas. Pero en aquella velada inaugural no había más que una jaula octogonal en el centro de un estadio mal iluminado. Mientras no se mordieran ni se sacaran los ojos, los luchadores podían hacer lo que quisieran.

La idea del evento era que ocho luchadores de distintas disciplinas compitieran en un formato de torneo, donde las peleas se decidían por fuera de combate. No había división por pesos, y al ver el vídeo lo primero que me llamó la atención fue que uno de los luchadores, un brasileño, era bastante más bajito que los demás. Se llamaba Royce Gracie. No parecía particularmente peligroso o atlético y, dada su desventaja de tamaño, Robbie y yo supusimos que sería eliminado muy pronto. En una pelea con los puños desnudos, el tamaño lo es todo... o eso pensábamos nosotros.

Robbie y yo, sentados en la sala de estar de mi casa, vimos con asombro cómo Royce derrotaba a sus tres adversarios —Art Jimmerson, Ken Shamrock y Gerard Gordeau— hasta quedar vencedor. Simplemente, los derribaba y utilizaba su técnica de *jiu-jitsu* para obligarlos a abandonar con presas de estrangulación. Las tres peleas duraron en total menos de cinco minutos. Yo me quedé estupefacto ante lo que había hecho Royce. Absolutamente turulato. Aquel pequeñajo se atrevía a meterse en una jaula con aquellos adversarios monstruosos, y unos segundos después los tenía suplicando piedad.

Aquella noche apenas dormí. No podía sacarme de la cabeza lo que había conseguido hacer Royce Gracie. Habiendo sido un niño acosado por otros mayores y más grandes, aquello me impresionó de verdad. Puede parecer un poco ridículo, pero estuve a punto de llorar. También tenía una sensación de alivio, como si se hubiera encendido una bombilla dentro de mi cabeza. Royce parecía un tipo tranquilo y amable. Su disciplina era el *jiu-jitsu* brasileño, una forma de lucha de la que yo no había oído hablar nunca.

Pensé: «Si Royce Gracie puede hacerlo, ¿por qué no voy a poder yo?». Lo que él hacía eran movimientos físicos, no trucos de magia. Todo era cuestión de técnica. La fuerza física y la agresividad no intervenían mucho, y aquello me venía muy bien, porque por entonces yo no tenía ninguna de las dos cosas. Durante mucho tiempo había tenido la esperanza de que las artes marciales pudieran servir para defenderte de alguien más grande que tú, pero

esta era la primera vez que veía hacerlo de verdad. Era posible. Aquellas técnicas te permitían vencer a los adversarios con rapidez y eficacia, y sin tener que herirlos o lesionarlos, y eso era una parte importante de su atractivo.

A la mañana siguiente, cuando nos reunimos para nuestra clase de defensa personal en La Salle, en lugar de hacer flexiones y ejercicios en la colchoneta nos dedicamos a rodar por el suelo intentando descubrir cómo estrangularnos los unos a los otros. Yo no sabía ni cómo ni dónde, pero sabía que tenía que encontrar alguien que me enseñara a hacer las cosas que le había visto hacer a Royce Gracie.

En 1996 no había nadie en Irlanda que practicara el *jiu-jitsu* brasileño, o JJB, así que tuve que buscar más lejos. Me enteré de que Geoff Thompson había viajado a Estados Unidos y había entrenado con miembros de la familia Gracie, una dinastía que se remontaba a los orígenes del JJB a principios del siglo XX. Además, Geoff había explicado algunas secuencias de lucha en la revista *Martial Arts Illustrated*. Al leer por primera vez aquellos artículos, ni siquiera me había percatado de que los métodos que explicaba venían del JJB. Recorté todos sus artículos y los ordené en un archivador. Tenía archivos separados para cada elemento: presas de brazo, estrangulaciones, cómo zafarse, etcétera. Absorbí toda la información que pude de otras revistas, libros y vídeos. Todo iba a parar a aquellos archivos, que no tardaron en convertirse en la base de nuestras clases. Antes de enseñarles las técnicas a los del grupo de entrenamiento, las practicaba con mi madre y mi hermano. No hace falta añadir que había mucho ensayo y error.

Tiempo después, las clases se trasladaron al colegio Educate Together, en Loreto Avenue, donde había cursado la primaria. Aunque tenía poco más de veinte años, las cosas se pusieron más serias y las clases se hicieron bastante populares. Daba varias clases por semana, una mezcla de *kick-boxing* y lucha libre, a pesar de que todavía estaba aprendiendo.

Aunque las clases progresaban y mi confianza en mí mismo iba creciendo como consecuencia, todavía me preocupaba el hecho de no haber encontrado una verdadera pelea callejera desde la paliza que me habían dado en

Rathmines. Por supuesto, aquello era bueno, porque nunca he buscado pelea. Desde entonces había aprendido mucho sobre lucha, y estaba convencido de que estaría mejor preparado si volvía a surgir una situación semejante, pero no podía saberlo con seguridad hasta que ocurriera. Sentía que necesitaba meterme en una situación de la vida real que implicara auténtico peligro.

Una vez más, Geoff Thompson fue mi guía. Trabajar de portero en bares y discotecas, como había hecho Geoff, me daría la oportunidad de afrontar directamente mis miedos. Todavía conservaba los recuerdos de cuando me habían humillado y golpeado delante de mi chica, y no sabía si alguna vez sería capaz de librarme de aquellos demonios. Sentía la necesidad de derrotarlos. Si encontraba un trabajo de portero, me pondría en situaciones en las que negarme a defenderme no sería una opción.

Acababa de marcharme de casa de mis padres, y daba la casualidad de que el tipo con el que compartía piso era portero, lo que contribuyó a meterme la idea en la cabeza. Por entonces yo tenía casi veintiún años, pero aparentaba quince. Era bajito, delgado, y tenía cara de niño inocente. La imagen misma de un gorila peligroso, ¿a que sí? Siempre he parecido más joven de lo que soy, pero en aquella época lo parecía más. Sin embargo, mi compañero de piso sabía que había hecho mucho entrenamiento en artes marciales y algo de defensa personal, y consiguió encontrarme un trabajo.

Y allí estaba yo, un jovenzuelo que nunca había participado en una pelea, intentando mantener el orden a las puertas de algunos de los bares y clubes nocturnos más concurridos de Dublín. Trabajé en varios sitios, pero sobre todo en un *pub* muy grande de Temple Bar llamado Turk's Head y en un club llamado Redz, cerca del puente O'Connell. Desde el principio mismo se metían conmigo constantemente, noche tras noche. Ya no estaba en la puerta del aula vigilando por si venía el director mientras jugábamos a Royal Rumble. Aquello era la realidad.

Si le negaba la entrada a alguien, siempre se encaraban conmigo porque parecía muy joven y poco peligroso. Pero aquel era el momento de hacer frente a mis demonios. Aquellos eran exactamente la clase de tíos que me daban miedo en el colegio y que me habían hecho pedazos en Rathmines. Al enfrentarme a ellos cuando estaban furiosos, agresivos y borrachos, gritándome a la cara, tenía la oportunidad de experimentar la situación de

pelear o huir. Los libros de Geoff Thompson que había leído me habían preparado para aquellos ataques. Por supuesto, sentía miedo y aprensión, pero había aprendido a aceptarlo como algo natural.

Cuando por fin llegaron los altercados, lo que más me asombró al principio fue lo fácil que era derrotar físicamente a alguien. Pensaba en mi héroe favorito de la infancia, Spider-Man. Antes de que le picara la araña era un pobre mequetrefe, pero al día siguiente, para su sorpresa, de pronto era capaz de vencer a sus enemigos. Exactamente lo mismo me pasó a mí cuando empecé a trabajar de portero.

Aunque al principio me resultó muy difícil la parte psicológica del desafío, el aspecto físico era bastante sencillo. Yo estaba sobrio y, aunque me faltara experiencia, sabía pelear. Los clientes estaban borrachos y en general no sabían pelear, así que cuando intentaban pegarte era muy fácil dominarlos.

Al principio lo difícil era controlar las discusiones —tener a alguien gritándote a la cara—, pero en cuanto la cosa se ponía física yo no tenía ningún problema. Aquello acabó por darme confianza para un montón de cosas en la vida: negociar un alquiler con un casero malcarado, por ejemplo. Eso era algo que me había tenido preocupado hasta entonces. Cuando tienes confianza en el aspecto físico de las cosas, adquieres más confianza en lo que no es físico. Confías en que si el asunto degenera en pelea, sabrás arreglártelas. Así corregí el efecto causado por el acoso y la paliza. Me enfrenté con aquella representación de los matones en lugar de enterrarla. Si intentaban saltar mi valla, yo me aseguraba de que nunca volvieran a plantárselo.

Estoy seguro de que podría escribir un libro entero basado en mis recuerdos de mis años de portero. Una noche estaba trabajando en la barra del sótano del Turk's Head mientras un amigo mío estaba arriba, en la puerta de entrada. Le negó la entrada a uno, pero el tío tenía un vaso en la mano. Le estrelló el vaso en la cara a mi amigo —produciéndole varios cortes muy feos— y salió corriendo. Me enteré de la situación por mi radioteléfono: «¡Puerta principal! ¡Ven a la puerta principal!».

Corrí escaleras arriba y alguien me señaló la dirección por donde había huido el tío, así que eché a correr tras él. Al final lo alcancé a la puerta del *pub* Bad Bob, pero cuando me acerqué a él, se volvió y de pronto me di

cuenta de lo grande que era. ¡Joder! Aquel tío era enorme. Empecé a pensar «Mierda. ¿Dónde me he metido?». Pero a aquellas alturas ya no tenía elección.

A mi manera, conseguí comunicarle al caballero en cuestión que en el Turk's Head no consentíamos cosas como estrellarle un vaso en la cara a un tío, y estoy bastante seguro de que captó el mensaje.

Resultó que el tipo que estaba a la puerta del Bad Bob era un conocido mío, y en medio de la operación se me acercó y dijo:

—Hola, John. ¿Qué tal van las cosas?

—Bueno, bastante bien —dije—. Pero ahora mismo estoy un poco ocupado.

Estaba peleando con un tío el doble de grande que yo, y aquel fulano se me acerca para una charla amistosa. ¿Quién dijo que los porteros no son amables y cariñosos?

Cuando llegó la policía, resultó que conocían bien al grandullón... y no porque se hubiera metido en líos antes. Digamos que su conducta no era exactamente la adecuada para un agente del orden, y que lo más probable era que a la mañana siguiente lo llevaran a tener una conversación con su jefe.

Por aquel entonces, mis noches las ocupaba guardando puertas, pero durante el día estudiaba en el Instituto de Tecnología de Dublín (DIT). Tenía muchas ideas diferentes sobre lo que quería hacer con mi vida, pero nunca me había centrado en algo. Creé una pequeña empresa de paisajismo, haciendo vallas y cosas así. Hacia la mitad del primer año después de haber acabado los estudios, mi madre sugirió que hiciera un curso de ingeniería mecánica. No sé muy bien por qué, porque hasta entonces nunca me habían interesado demasiado las matemáticas ni la ciencia, pero me pareció que sonaba interesante. Acabó gustándome, y me gradué con notable.

Entre el título y los cursos relacionados, pasé cinco años en el DIT de Bolton Street. Estudiaba mucho durante el día, me entrenaba por las tardes y trabajaba de portero por las noches. A veces estaba agotado, pero enseguida me fui obsesionando con el entrenamiento, necesitaba dinero para vivir y mi madre insistía en que terminara los estudios. Y todo esto a pesar de que, a

cada día que pasaba, yo empezaba a aceptar que nada me llamaba tanto la atención como las artes marciales mixtas. Si hubiera podido hacer lo que quisiera, habría dejado el curso de ingeniería y habría dedicado todo mi tiempo a entrenar. ¡Pero ir contra los deseos de mi madre no era una opción!

Con el tiempo empezó a correrse la voz de que en Rathfarnham había un tío que practicaba aquel rollo de la Ultimate Fight: yo. Fue cuando conocí a Dave Roche, que todavía sigue siendo uno de mis mejores amigos. Se podría decir que por entonces Dave era un boxeador sin guantes muy conocido. Se entrenaba en un club de boxeo a puños desnudos de Ballymun, y en general se daba por supuesto que era invencible. Dave acudió a nuestro grupo de entrenamiento en el gimnasio del colegio de Loreto Avenue, y se puso a prueba. Por entonces yo estaba aprendiendo más sobre lucha cuerpo a cuerpo, y casi todas las noches me veía metido en trifulcas en mi trabajo de portero, así que mi confianza como luchador era mayor que nunca.

Dave y yo mantuvimos una pequeña batalla, pero al final pude hacer mi imitación de Royce Gracie, pillándolo en una presa de brazo hasta que abandonó. Como me había pasado a mí después de ver la UFC 1, Dave se quedó atónito. Aquel combate fue el principio de una duradera amistad: solo tuvimos que darnos unos cuantos porrazos el uno al otro. Unos quince años antes, yo había participado en una función escolar en aquel mismo local; ahora me estaba zurrando con un tipo que se dedicaba al boxeo sin guantes. Mirándolo bien, todo era un poco loco.

La primera vez que experimenté el contacto mano a mano con un auténtico entrenador de *jiu-jitsu* brasileño fue en 1999, con John Machado en Londres. Machado era primo de la familia Gracie y una de las figuras más respetadas del JJB. Poder entrenar con él fue una gran oportunidad, porque hasta entonces había estado aprendiendo prácticamente solo. Era un cinturón negro de máximo nivel y además tenía acento brasileño, lo que le hacía parecer aún más auténtico. Robbie Byrne y yo asistimos al seminario y quedamos cautivados. Cuando Machado exhibió algunas de sus técnicas, yo pensé: «Vale, esto es casi imposible. Nunca seré capaz de hacer esto». Pero cuando explicó cómo lo hacía, fue como si nos hubiera hechizado. Tu cuerpo hacía cosas que no creías que pudieras hacer.

De regreso a casa, yo solo pensaba que si quería hacer progresos con el

jiu-jitsu tenía que volver a entrenar con John Machado. Así que me pasé un año ahorrando cada penique que ganaba dando clases y vigilando puertas. En el verano de 2001, justo después de graduarme en el DIT, Dave Roche y yo viajamos a Los Ángeles y pasamos tres semanas entrenándonos en la academia de Machado. Fue una experiencia impresionante. Entrenábamos todo el día, todos los días, con practicantes de élite del *jiu-jitsu*, incluidos varios miembros del clan Gracie. Al final del cursillo, no queríamos marcharnos. Para entonces, las artes marciales mixtas (MMA: Mixed Martial Arts) se habían apoderado de mi vida. Aunque no me dedicaba a las MMA, pensaba hacerlo. Cuando volví a casa desde Los Ángeles, ya había decidido cuál iba a ser mi siguiente paso. Había llegado el momento de encontrar un sitio para abrir mi propio gimnasio.

3

Probablemente, mi primer gimnasio parecía más un sitio para guardar botes de pintura y un cortacésped viejo, pero yo no lo veía así. A mí me parecía perfecto.

Básicamente era un cobertizo en la parte de atrás de una casa, en una callejuela estrecha de Phibsboro. Era viejo, frío y polvoriento. Pero era mío: un gimnasio que podía llamar mío. Bueno, al menos mientras pudiera pagarle cuatrocientas libras cada mes al dueño, un tipo simpático de Mayo que siempre estaba intentando convencerme de que me mudara a una de las habitaciones de la casa de delante «solo por cien libras más al mes».

Imaginaos un recinto de hormigón, con un lavabo y un retrete en un rincón y doce colchonetas finas en el suelo. Aquello era el gimnasio. Las paredes eran finas, así que siempre hacía mucho frío. Parte del techo se cayó una tarde de lluvia, mientras estábamos entrenando. Solíamos encender una vieja estufa de gas Superser, pero no se notaba mucha diferencia.

Dave Roche y algunos otros de nuestro grupo de entrenamiento vinieron conmigo a aquel sitio, que llamábamos The Shed, «El Cobertizo», y conseguí atraer nuevos miembros tras poner un anuncio en la revista *Irish Fighter*. Me pasaba allí casi todo el tiempo. Había estado picoteando en muchas disciplinas diferentes. Ahora, con mi propio gimnasio, quería practicarlas todas: *kick-boxing*, lucha libre, *jiu-jitsu* brasileño, todo. Nos entrenábamos en grupos pequeños, pero ahora resulta difícil encontrar alguien en el mundillo irlandés de las MMA que no haya tenido algún tipo de conexión con aquel gimnasio. Si no se entrenaron allí en algún momento, probablemente lo hicieron sus entrenadores. Nuestro grupo incluía a Andy Ryan, que después fundó Team Ryano, y a Dave Jones, que más adelante fundó Next

Generation. Supongo que se podría decir que el gimnasio fue la zona cero de las MMA irlandesas.

Al principio, el gimnasio se llamó The Real Fight Club. Hasta encargamos unas camisetas espantosas con el nombre delante, que ahora dan bastante vergüenza. Pero en aquella época nos parecían chulísimas.

Me entusiasmaba la idea de llevar a mis padres a ver el gimnasio. Habían empezado a preocuparse por la dirección que estaba tomando mi vida, y es comprensible. Después de graduarme, dediqué mucho tiempo a las artes marciales y casi nada a encontrar un trabajo que le sacara alguna utilidad a mi título. Pensé que se sentirían orgullosos y que se tranquilizarían al ver que había abierto mi propio gimnasio.

Cuando vinieron a visitarlo por primera vez, su reacción no fue exactamente la que yo había esperado. Mi padre se limitó a menear la cabeza. Mi madre se echó a llorar.

—¿Qué demonios estás haciendo con tu vida? —preguntó—. ¿Te has pasado cinco años estudiando para conseguir un título, y ahora vas a perder el tiempo jugando con tus amigos en este sitio?

Aunque su apoyo habría sido importante para mí, no podía quejarme de su postura. A principios de siglo la UFC era todavía poco importante, y casi nadie en Irlanda había oído hablar de ella. Tal como lo veían mis padres, yo estaba persiguiendo un sueño que no existía. En realidad, estoy bastante seguro de que pensaban que su hijo estaba loco.

Ahora, en retrospectiva, entiendo muy bien cómo veían mis padres la situación. Les preocupaba el futuro de su hijo. Mi madre, en particular, estaba aterrorizada. Su hijo estaba siguiendo una carrera que no tenía casi ninguna probabilidad de éxito. Y no solo eso: además, implicaba pelear con otros hombres en una jaula. Ahora no es tan raro que un chaval irlandés hable de convertirse en luchador profesional de MMA, porque ya se ha abierto un camino para que lo sigan. Pero en 2001 no era así. Básicamente, les estaba diciendo a mis padres que iba a pasarme el tiempo forcejeando con otros tíos en un cobertizo, y que después ya veríamos. No era lo más tranquilizador que podían oír un padre y una madre.

En realidad, sí que me presenté para un trabajo después de graduarme —una vez más, para tranquilizar a mi madre—, y a punto estuve de conseguirlo.

Era en Boston Scientific, y habría tenido que mudarme a Boston. Llegué hasta la fase final, en la que solo quedábamos diez candidatos. Recuerdo que a mitad de la última entrevista me di cuenta de que me había pasado todo el tiempo balanceándome en la silla, como en el colegio. Me dije para mis adentros «¿Qué demonios estás haciendo? Es una entrevista de trabajo. Siéntate derecho, payaso».

No puedo decir con seguridad que se debiera a mis malos modales, pero no conseguí el trabajo. No es que lo hubiera planeado, pero es posible que inconscientemente me hubiese comportado así en la entrevista para sabotear mis posibilidades. Habiéndome quitado por fin el título de encima, y después de haber estudiado con John Machado en Los Ángeles, solo había una cosa que quisiera hacer con mi vida.

Mi objetivo era hacer carrera en las MMA, pero no sabía muy bien cómo iba a hacerlo. Mis padres, desconcertados, se pasaron meses y años intentando disuadirme. Pero yo no estaba dispuesto a ceder. Si hubiera seguido con la ingeniería y hubiera encontrado un trabajo en ese campo, sé que no habría sido feliz. Lo que daba alegría y satisfacción a mi vida eran las artes marciales. Todo podía terminar en un fracaso, lo sabía, pero al menos estaba siendo fiel a mí mismo y a mi pasión. Si no salía bien, podía dejarlo sabiendo que lo había intentado con todas mis fuerzas.

Cuando abrí el gimnasio tenía veinticinco años, pero no tenía hipoteca, ni coche, ni una familia que mantener: en otras palabras, no tenía gastos importantes. Aun así, estaba siempre sin blanca. Todo el dinero que ganaba lo gastaba en entrenar o en viajar a Inglaterra para seminarios y peleas.

Muchos luchadores me preguntan cómo me las apañé en aquellos tiempos, y la respuesta es sencilla: tenía algo que se podía llamar «un empleo». Recibo muchos mensajes de gente que me dice que no pueden pagar lo que cuestan los gimnasios. La verdad es que ser miembro de un gimnasio es un lujo. Tienes que tener un trabajo para poder pagarlo. Así es como funciona la vida. La generación actual de luchadores en ascenso parece pensar que es necesario dejar de trabajar para seguir una carrera a tiempo completo en las MMA, pero yo siempre he pensado que hay sitio para las dos

cosas. Durante los diez primeros años de mi vida en las MMA, cada penique que ganaba lo reinvertía en ellas.

Para cuando eché a rodar el gimnasio, ya había competido en unas cuantas peleas. Durante las visitas a Reino Unido para seminarios, establecí una red de contactos que me fue muy útil. Pagar los vuelos a Reino Unido ya era un gasto muy grande para mí, así que solía preguntarle al dueño del gimnasio donde tenía lugar el seminario si podía quedarme a dormir en las colchonetas. Por la noche me acostaba en una y usaba la bolsa del equipo como almohada.

El primer combate que me ofrecieron tuvo lugar en un pequeño local de Milton Keynes, en una velada organizada por un tipo llamado Lee Hasdell. Él mismo era un luchador muy competente, y había organizado los primeros eventos de MMA en Reino Unido, por lo que se le considera el padrino de las artes marciales mixtas británicas. Lee había organizado un torneo de lucha con ocho participantes, con un premio de mil libras para el ganador, y quería meter un combate de MMA durante el intermedio después de las semifinales, para darles un descanso a los dos ganadores antes de la final. Allí era donde encajaba yo.

Viajé hasta allí con Robbie Byrne, pagándome los gastos como siempre, porque en aquellos tiempos no te pagaban por los combates en el circuito regional. No había una verdadera diferencia entre combates de aficionados y de profesionales, como la hay ahora. Una pelea era una pelea.

Cuando estaba terminando el calentamiento, alguien entró en el vestuario y dijo que había un pequeño problema. Mi adversario no se había presentado. Después de viajar desde Irlanda, me fastidió mucho lo que parecía una completa pérdida de tiempo. Pero no todo estaba perdido. El encargado de la megafonía se dirigió al público preguntando si alguno de los presentes estaba interesado en pelear. Uno de los tipos que habían quedado eliminados en la primera ronda del torneo de lucha levantó la mano, y volví a tener combate. Lo terminé con bastante rapidez, pillándolo en una estrangulación triangular para ganar por abandono en el primer asalto.

Mi siguiente oportunidad de competir llegó en septiembre de 1999, en la primera velada de MMA que tuvo lugar en Irlanda. El local era el centro cívico Moyross, en Limerick, y el organizador era Dermot McGrath, un

entrenador de *kick-boxing* que fue otra de las figuras clave de los primeros tiempos de las MMA en Irlanda. El cartel incluía un torneo entre cuatro pesos ligeros, y yo lo gané gracias a dos presas de brazo y sendos abandonos. En el local no había espectadores de verdad: solo luchadores, entrenadores y miembros de los equipos. Varios chicos de nuestro grupo de entrenamiento habían ido a competir, de modo que alquilamos un minibús para el viaje. Cuando nos marchamos después de la velada, nuestro vehículo fue apedreado, pero no recuerdo exactamente por qué. Puede que alguno de nuestros muchachos hubiera derrotado a alguien de Limerick, o puede que fuera simplemente porque éramos de Dublín.

No volví a pelear hasta el verano siguiente, cuando volví a Reino Unido y en menos de un minuto hice abandonar a Leighton Hill con una estrangulación triangular, en un centro recreativo de Worcester. La estrella de la velada era Mark Weir, que después peleó unas cuantas veces en la UFC.

Tras ganar aquellas pocas peleas ya tenía una buena reputación, y para mi siguiente combate, contra Andy Burrows en Belfast, mi cara estaba en los carteles que se pegaron por toda la ciudad. Era la primera vez, y me pareció genial. Para la foto intenté adoptar una pose que me hiciera parecer peligroso, pero fracasé miserablemente.

Mi carrera de luchador había dado buenos resultados desde muy pronto, pero la postura de mis padres no había cambiado. Cada vez que volvía a casa después de una victoria, me preguntaban: «¿Ya está? ¿Has terminado ya?». Recuerdo que antes de viajar a Inglaterra para una pelea, mi padre me dijo: «¿No sería una verdadera pena que te rompieras la espalda? ¿Qué ibas a hacer entonces?». Era otro intento de convencerme de que dejara la lucha y me buscara un trabajo normal, pero ya hacía mucho tiempo que yo había sobrepasado el punto de no retorno.

Todavía estaba estudiando en el DIT cuando tuve mis primeras peleas, y mis compañeros de clase estaban un poco alucinados. Los lunes por la mañana estaban charlando sobre lo bien que lo habían pasado en bares y discotecas durante la noche del sábado, y yo llegaba con un ojo morado y la cabeza afeitada después de haber ido a pelear a otro sitio el fin de semana. Además, casi siempre estaba reduciendo peso, de modo que nunca participaba en las juergas nocturnas de los estudiantes. Combatía sobre todo

en peso pluma (66 kilos) y en peso ligero (71 kilos), aunque también habría podido competir en peso gallo (62 kilos). El caso es que siempre estaba vigilando lo que comía y bebía. Las únicas veces en que veía a alguno de mis compañeros en la calle y por las noches era cuando estaba trabajando de portero mientras ellos salían a divertirse.

Uno de los tíos que habían estado entrenándose en The Shed era un chaval llamado Terry. Era de Dublín, pero había vivido varios años en Sudáfrica. Terry había entrenado con nosotros durante unos meses cuando abrí el gimnasio en 2001, pero después había regresado a Sudáfrica. Poco después de marcharse de Dublín, Terry me llamó con una oferta para un combate. La velada se iba a celebrar en Johannesburgo en noviembre, y la organizaba el entrenador del gimnasio donde él estaba entrenando. Sin saber nada sobre el adversario ni sobre la velada, acepté la oferta al instante. Probablemente estaba más interesado en el viaje mismo. Aunque no iba a recibir nada de dinero directamente, el viaje y los gastos de una semana estaban pagados. Parecía una oportunidad de las que solo se presentan una vez en la vida, sobre todo para un amante de la naturaleza como yo. Un viaje a África estaba en mi lista de cosas que quería hacer antes de morir. No pagaban el viaje de un acompañante, pero mi amigo Derek Clarke decidió venir conmigo en plan vacaciones.

Cuando llegué a Sudáfrica, me di cuenta casi de inmediato de que me había metido en un buen lío. Para empezar, estaba usando el gimnasio de mi contrincante para entrenarme. Yo estaba allí, solo, y sus compañeros no paraban de acercarse para hacerme saber que me esperaba una buena. En aquellos tiempos no podías buscar a tu contrincante en YouTube, así que ni siquiera sabía qué aspecto tenía hasta que nos encontramos en el pesaje un día antes de la pelea. Yo pesaba unos 68 kilos y él rondaba los 75. Se llamaba Bobby Karagiannidis y era campeón de lucha libre de Sudáfrica. Comprendí que iba a tener serios problemas. Era una velada bastante importante, en un recinto grande del Carnival City Casino, donde pocos meses antes Lennox Lewis había perdido su título mundial ante Hasim Rahman. Hasta entonces yo había peleado en locales pequeños, pero allí iba a haber miles de

espectadores.

Además, la velada iba a ser transmitida por la televisión sudafricana. Antes de mi pelea, las cámaras entraron en los vestuarios para entrevistarme, y el presentador no podía creerse que hubiera venido desde Irlanda por mi propia cuenta. Cuando me preguntó qué tipo de entrenamiento había estado haciendo, estaba tan nervioso que intenté hacer una broma. Le dije: «He pasado mucho tiempo jugando al nuevo videojuego de la UFC, así que creo que estoy bien preparado». Por desgracia, él no entendió muy bien el chiste, y los dos acabamos pareciendo un poco tontos.

Cuando llegó la hora del combate, fue como entrar en el MGM Grand. Solo y a miles de kilómetros de casa, todo aquello daba bastante miedo. Mi plan era derribar a Bobby e intentar aplicarle una presa que le hiciese abandonar, pero era mucho mejor luchador que yo y pudo eludir mis intentos con bastante facilidad. Acabé tirando de guardia para buscar una presa de pierna. Él estaba de pie sobre mí, descargando una lluvia de puñetazos en mi cabeza. Yo estaba recibiendo mucho castigo, y debería haber soltado y corregido mi posición, pero sentía una necesidad emocional de completar la técnica. Desde entonces he aprendido la lección, pero aquella noche el error me costó caro. Mientras él me daba golpe tras golpe, yo insistía en la presa de pierna, buscando el abandono, pensando que le tenía dominado... hasta que de pronto me desperté en el vestuario. «¿He ganado?», pregunté. No exactamente. Me habían dejado KO en el primer asalto.

En el combate principal de aquella velada participó Forrest Griffin, siete años antes de convertirse en campeón de la UFC. Otro futuro luchador de la UFC que estaba en aquel cartel era Rory Singer. Después de la velada, todos salimos juntos a pasarlo bien. Después de haber sido noqueado y sufrir una conmoción, fui lo bastante estúpido para emborracharme. El hotel donde me alojaba estaba en una reserva natural, y de alguna manera llegué a la conclusión de que sería buena idea salir a correr desnudo por los alrededores a las dos de la mañana. Al día siguiente me informaron de que había tenido suerte de no servir de desayuno a un león.

Puede que en aquella pelea no obtuviera el resultado que esperaba, pero aquella noche loca resultó ser una de las más importantes de mi vida. Uno de mis compañeros de borrachera era el entrenador de Bobby Karagiannidis: un

norteamericano grandote llamado Matt Thornton. Matt y yo estuvimos mucho tiempo charlando. A mí me fascinaba lo que él tenía que decir sobre el entrenamiento, y conectamos de verdad. Era capaz de verbalizar exactamente lo que yo sentía sobre el entrenamiento. Matt tenía un largo historial en las artes marciales mixtas y era bastante conocido en Estados Unidos, donde había fundado su propia academia: el Straight Blast Gym, en Oregón.

Al día siguiente, Matt daba un seminario en Johannesburgo, y pude superar mi resaca a tiempo para asistir. Allí aprendí su enfoque de la «vitalidad», que de verdad me tocó una fibra sensible. El concepto consistía en tres principios básicos: movimiento, energía y medida del tiempo, y se basaba en recrear en el entrenamiento las situaciones de una pelea real, en lugar de las habituales sesiones de ensayo de patrones «muertos»; resistirse en lugar de demostrar; perfeccionar tus habilidades contra un adversario que no coopera. El enfoque de Matt establecía una diferencia entre el entrenamiento «vivo» y el «muerto», y yo sabía cuál prefería. Ahora puede parecer puro sentido común, pero en aquella época aquel enfoque era muy original.

Cuando volví a casa, Matt y yo nos mantuvimos en contacto por *e-mail*. Yo estaba ansioso de trabajar más estrechamente con él, así que lo invité a viajar a Dublín el verano siguiente. Pagarle el viaje me costó una fortuna, pero decir que la inversión valió la pena sería quedarse corto.

A aquellas alturas, yo ya me había entrenado con John Machado, los Gracie y Geoff Thompson, y todos eran fantásticos a su manera. Pero Matt tenía algo diferente que le hacía destacar. Para empezar, estaba claro que era un hombre muy inteligente. También era el primer entrenador verdadero de MMA que yo había conocido: un mentor que dominaba todas las disciplinas, desde el boxeo al *jiu-jitsu* brasileño. Matt era cinturón negro de JJB, y mientras estuvo en Dublín me hizo mi primera evaluación. Decidió que mi primer cinturón sería el violeta.

Pero, sin duda, lo más interesante de Matt era su metodología de la «vitalidad». Yo no estaba en condiciones de mudarme a Estados Unidos para trabajar con Matt de manera permanente, pero si me daba su fórmula, sabía que podía ponerla en práctica.

Estaba lleno de admiración por Matt, y es obvio que él también vio algo

en mí. Fui oficialmente acogido en la familia del Straight Blast Gym, y en 2002 The Shed se convirtió en SBG Irlanda.

Siempre fue difícil equilibrar mis compromisos como entrenador y como luchador. Cuanto más tiempo pasaba entrenando a otros, menos tenía para entrenarme para mis peleas. Pero seguí así, y en febrero de 2002 derroté en Portsmouth a un francés llamado Tamel Hasar por abandono en el primer asalto (estrangulamiento por la espalda). Aquella velada fue la primera en Europa en la que se utilizó una jaula en lugar de un *ring* de boxeo. Por alguna razón, a mucha gente le parece de bárbaros un combate de MMA en una jaula, pero no tienen el mismo problema cuando se hace en un *ring*... a pesar de que la jaula es en realidad un entorno más seguro para los competidores, ya que les impide caer por entre las cuerdas y sufrir lesiones graves.

Aunque las reglas son las mismas, hay una gran diferencia entre competir en una jaula y en un *ring*. Cuando oyes que la puerta se cierra, te puede entrar una fuerte claustrofobia allí dentro. Estás literalmente enjaulado. Al principio tiendes a pensar: «¡Mierda! ¡Esto es una locura! ¿Qué coño hago aquí?». También hay diferencias técnicas: por ejemplo, en una jaula octogonal puede resultar mucho más difícil hacer retroceder a tu contrincante y arrinconarlo. Sin embargo, también puede ser más fácil derribarlo, ya que no hay cuerdas a las que pueda agarrarse. Yo estaba nervioso por pelear en una jaula, porque una parte de mí se sentía como Royce Gracie, entrando en la jaula en representación del *jiu-jitsu* brasileño como había hecho él en la UFC 1 allá por 1993.

Dos semanas después, estaba otra vez en Inglaterra para enfrentarme a Leigh Remedios en Salisbury. Consiguió derrotarme por decisión unánime. Su siguiente combate, pocos meses después, fue en la UFC.

En el noviembre siguiente, cuando me preparaba para pelear con Danny Batten en Milton Keynes, me dije que aquel iba a ser mi último combate. El entrenador iba ganando la partida, y ya no tenía tiempo suficiente para dedicarlo a pelear. Simplemente, ya no podía compaginar los dos compromisos. Cuando eres un atleta de competición tienes que ser egoísta con tu tiempo, pero yo dedicaba la mayor parte del mío a entrenar a otros. Al

final de cada sesión, tenía que responder preguntas de mis alumnos en lugar de concentrarme en recuperarme a tiempo para la siguiente sesión, o hacer un poco de trabajo para mí mismo. Mi capacidad de competir estaba menguando, pero lo más importante era que también se apagaba el deseo. Hasta entonces nunca había ganado a base de golpes; así que, sabiendo que probablemente no volvería a pelear, quería ganarle a Batten por fuera de combate. Me fui a por él y dominé el primer asalto, pero no pude noquearlo. Al final del asalto me había quedado sin combustible, y él se aprovechó de ello haciéndome abandonar con una llave al final del segundo asalto.

No era ninguna vergüenza perder con Danny Batten —era uno de los mejores del circuito británico y más adelante llegó a ser campeón de peso pluma en Cage Warriors—, pero me sentí muy decepcionado después de aquella derrota. Sentía que era mejor que él, pero me había cansado y había pagado el precio.

No podía terminar mi carrera de luchador con aquel resultado. Cinco meses después estaba otra vez en Milton Keynes para enfrentarme a otro gran luchador británico, Robbie Olivier. En aquella velada se hizo evidente que el papel de entrenador se iba apoderando poco a poco de mí. Unos cuantos combates antes del mío, yo estaba en el rincón de uno de mis alumnos, Adrian Degorski, que debutaba aquella noche. Cuando me dirigía a la pelea con Robbie, tuve que aceptarlo: ganara o perdiera, aquel era definitivamente el final.

Es posible que estuviera buscando un final de cuento de hadas para mi carrera, y gracias a Dios lo tuve. Hice abandonar a Robbie con una presa de brazo en el primer asalto. Ahora podía retirarme como vencedor.

Robbie Olivier hizo una carrera muy buena en Reino Unido. Derrotó a varios tíos que después fueron contratados por la UFC —Brad Pickett, por ejemplo—, por lo que es un poco sorprendente que nunca llegara a competir en la UFC. Por supuesto, después de derrotar a Robbie había una parte de mí que se preguntaba hasta dónde habría podido llegar si hubiera seguido compitiendo, y claro que eso me hacía pensar, en vista del éxito que después tuvo él. Pero la que sentía eso era solo una parte muy pequeña de mí. Enseñar era mi pasión. Sabía desde el principio que pelear no me inspiraba de la misma manera que entrenar a otros. A lo largo de los años he observado el

carácter competitivo de mis luchadores y tengo que reconocer que yo nunca fui así. Yo no tenía nada parecido a la pasión por la competición que ellos poseen. Durante muchos años he seguido llevando el protector bucal cuando viajo con mis luchadores, por si acaso alguien no se presenta y necesitan un sustituto para la velada. Y seguí compitiendo de vez en cuando en torneos de *jiu-jitsu* brasileño. En 2005 gané una medalla de oro como cinturón violeta en los Campeonatos de Europa que se celebraron en Lisboa. Aquel fue un momento trascendental para mí, y Matt Thornton me premió con un ascenso a cinturón marrón. Pero el juego de las MMA se estaba poniendo mucho más serio, y muy deprisa. Los pocos deseos que me quedaban de competir en las MMA no tardaron en desaparecer por completo.

Siempre he sido instructor y mentor. A los doce años, cuando conseguí mi cinturón negro de karate, ya estaba ayudando en la instrucción de los principiantes, incluidos algunos que tenían veintitantos y treinta y tantos años. No era el jefe, pero me gustaba que me delegaran un poco de responsabilidad para ayudar al instructor. Lo mismo me ocurría en otros campos de la vida. Enseñé a mi madre a manejar un ordenador. Cuando era estudiante, ayudaba habitualmente a mis compañeros con problemas o preguntas que se les atravesaban.

Cada vez que luchaba, con el fin de motivarme, tenía que hacer algo que siempre digo a mis luchadores que no hagan, que es implicarse emocionalmente en la pelea. Muchas veces, para que yo me motivara, mi amigo Robbie Byrne tenía que hacer algún comentario idiota antes de la pelea: «John, me han dicho que este tío va por ahí diciendo cosas horribles sobre tu hermana. Hazle pagar por ello». Y yo salía disparado de mi rincón, dispuesto a hacer pedazos a mi contrincante. No importaba que lo que Robbie decía fuera mentira; conseguía que yo me involucrara.

En retrospectiva, veo que la lucha —como el trabajo de portero de bares y discotecas— era otra manera de librarme de los persistentes demonios que yo tenía como consecuencia de haber sido acosado y haber tenido miedo de defenderme en el colegio. Pero los cinturones y el dinero no me importaban. No ganaba nada con ello. En realidad, pelear me costaba dinero. Y a

diferencia de la mayoría de los aspirantes a luchadores de MMA, yo no me veía fichando un día por la UFC. Al menos no como luchador.

Kieran McGeeney, que capitaneó al Armagh en el campeonato de fútbol de Irlanda de 2002, es ahora entrenador en el SBG Irlanda. Muchas veces dice que para competir a alto nivel en cualquier deporte tienes que tener un lado oscuro. Si no puedes sacar fuerzas de ese lado oscuro, no tardas en dejarlo. Yo era un ejemplo de luchador que no tenía acceso al lado oscuro. Recuerdo peleas en las que estaba dominando, y una parte de mí tenía ganas de decirle al adversario lo que tenía que hacer para escapar de una presa o algo parecido: «No, mueve la mano hacia aquí». Enseñar y entrenar siempre se me dieron mucho mejor que competir y ganar.

4

Ahora que mi carrera de luchador era una cosa del pasado, ya podía concentrarme por completo en enseñar. El objetivo era convertir SBG Irlanda en el mayor éxito posible y reunir un equipo de luchadores que representara dignamente al gimnasio. Y no íbamos a poder hacer eso desde un cobertizo en una callejuela de Phibsboro.

Al cabo de un par de años, el número de miembros de The Shed aumentaba sin parar, y aquellas cuatro finas paredes de hormigón tenían dificultades para contenernos. Si el SBG quería crecer, necesitábamos más espacio.

En 2003 nos trasladamos a Greenmount Avenue, en Harold's Cross. El local que encontramos parecía un palacio en comparación con The Shed. Era mucho más grande y luminoso, y tenía hasta ducha. Con aquellos lujos, nos sentíamos como si estuviéramos ascendiendo en el mundo. Antes de que nosotros nos mudáramos, el local había sido un gimnasio de boxeo tailandés, así que estaba debidamente equipado. Mudarse a un sitio mejor como aquel era muy emocionante, y el hecho de poder permitírmelo era una señal de que las cosas progresaban en la dirección correcta.

Aun así, daba algo más que un poco de pena dejar The Shed.

Sí, era maloliente, húmedo, frío y nada adecuado para deportistas de élite, que era lo que aspirábamos a ser, pero yo le había tomado muchísimo cariño al local, y los otros muchachos sentían lo mismo. Ocurriera lo que ocurriera a partir de entonces, nos llevara donde nos llevara nuestro viaje, The Shed era donde todo había empezado. Y por eso siempre tendrá un sitio especial en mi corazón.

Habiendo dado por terminada mi carrera de luchador, podía concentrarme

por completo en reunir un equipo competitivo de luchadores y asegurarme de que entrenaban bien. Algunos de los chicos ya estaban llamando la atención en el circuito británico. Mick Leonard era por entonces uno de los mejores luchadores del SBG; también Andy Ryan había logrado buenas victorias; y aunque no competía con mucha frecuencia, Dave Roche aplastaba a sus contrincantes cada vez que luchaba.

Pero el atleta más impresionante que teníamos entonces era, probablemente, Adrian Degorski. Era polaco, formaba parte de la gran migración a Irlanda desde Europa del Este en el cambio de siglo, y había llegado con una gran experiencia en boxeo. La lucha cuerpo a cuerpo nunca se le dio muy bien a Adrian, pero su pegada era impresionante y era un atleta fenomenal. Había sido miembro del equipo nacional de boxeo *amateur*, y tenía un historial de, más o menos, 50 a 1. En el único combate que había perdido había peleado con un pie roto, lo que dejó de sorprenderme a medida que le fui conociendo mejor, porque el tío era más duro que un clavo de ataúd. También tenía mal genio. Le conseguí un trabajo en la puerta de un *pub*, y al primer tipo que le causó problemas lo dejó inconsciente de un solo puñetazo. Intenté explicarle a Adrian que no podía pegarle a todos los que causarían problemas, pero estoy seguro de que pensó que estaba bromeando.

Otro miembro del SBG que ya estaba en The Shed era un chaval de dieciocho años de Ballymum Street que llegó una tarde con Dave Roche.

—John, este es Owen Roddy —me dijo Dave—. De momento no puede pagar las tarifas, pero si le dejas entrenarse aquí limpiará las colchonetas todas las noches.

—Las colchonetas las limpio yo mismo, Dave —respondí—. Solo me lleva medio minuto.

Pero soy un poco primo en estas situaciones. Dave siguió insistiendo y Owen parecía un buen chico. Era educado y entusiasta —dos características fundamentales para mí—, así que le di una oportunidad. Y me alegro de haberlo hecho. Con el tiempo, Owen iba a demostrar que valía su peso en oro para el SBG.

Para los que habíamos estado allí desde el principio, 2003 fue un año apasionante para nuestro deporte. El año anterior habían surgido en Reino Unido compañías como Cage Warriors y Cage Rage. El circuito era todavía

muy pequeño. Los promotores estaban mezclando una baraja con muy pocas cartas. Si competías en una velada, estabas atento a los otros combates, porque era muy probable que estuvieras estudiando a un futuro contrincante.

Con mucha frecuencia teníamos que cruzar el mar de Irlanda para pelear, pero de vez en cuando también había veladas en Irlanda. El mayor espectáculo fijo en la isla era el de Cage Wars, la compañía que en 2002 había utilizado por primera vez una jaula en Europa. La dirigían Paddy Mooney y Tom Lamont, dos promotores que organizaron algunas veladas verdaderamente buenas en el King's Hall de Belfast, con luchadores como Jess Liaudin y Samy Schiavo, que después competirían en la UFC.

Sin embargo, mientras mi equipo de lucha iba creciendo, todavía no había suficientes veladas para satisfacer su afán de competir. ¿Cómo encontré una solución a esto? Haciendo lo que siempre había hecho: decidí tomar cartas en el asunto. Por supuesto, no tenía ninguna experiencia como promotor, pero pensé: «No puede ser muy difícil. Llevamos un *ring*, lo instalamos en un local, hacemos que unos cuantos tíos se peleen y cobramos a la gente por verlo».

El local era el Ringside Club, un sitio pequeño situado junto al Estadio Nacional de Boxeo de Dublín. Tenía capacidad para unas trescientas personas, y aunque no era fácil vender todas las entradas —las redes sociales aún no existían, de modo que no podíamos recurrir a Facebook y Twitter para correr la voz—, conseguíamos llenarlo en las dos o tres veladas que hacíamos al año. Allí fue también donde hicieron sus primeros pinitos en la competición casi todas las futuras estrellas irlandesas de la UFC. Por quince euros que costaba la entrada, siempre me pareció que los espectadores recibían calidad por su dinero. Eran veladas divertidas.

Llamé a la compañía Ring of Truth, porque las peleas se hacían en un *ring* de boxeo y, tal como yo lo veía, esa era la verdad en un combate: dos tíos que pesaban lo mismo, mezclando una variedad de estilos de lucha para ver quién era de verdad el mejor luchador. Más adelante, cuando pude permitirme alquilar una jaula en Reino Unido, se convirtió en la Cage of Truth. Fue el primer espectáculo fijo en la República de Irlanda, y fue también donde muchos aficionados vieron por primera vez artes marciales mixtas, de modo que desempeñó un importante papel en el gradual

crecimiento de este deporte.

La primera velada tuvo lugar el 1 de octubre de 2004. Participaron luchadores de gimnasios de todo el país, que habían venido para competir. Muchos de ellos —como John Donnelly, Francis Heagney, Micky Young y Greg Loughran— estaban sentando las bases de carreras bastante exitosas.

En el aspecto de la producción, las primeras veladas no habrían podido ser más básicas. Montamos un *ring* en el centro del Ringside Club y abrimos las puertas a los aficionados. No teníamos una iluminación decente y, desde luego, no había cámaras de televisión, aunque en YouTube hay algunos vídeos cutres, por si les apetece comprobar lo primitivo que era todo. Escupitajos y serrín, todo de lo más auténtico. Como promotor y entrenador, a veces era complicado asegurarse de que el espectáculo funcionara fluidamente mientras estabas en el rincón con tus luchadores, pero siempre era divertido. En cuanto a las revisiones médicas, un tío de la organización benéfica St. John Ambulance solía limitarse a preguntar: «¿Estás bien? Estupendo, pues adelante». Aquello solía ser todo. Con el tiempo, este aspecto del asunto se volvió más escrupuloso, y con buenas razones, pero entonces la verdad era que no sabíamos hacer otra cosa.

Las veladas no generaban beneficios, pero tampoco acumulé pérdidas. El objetivo no era ganar dinero, sino conseguirles combates a mis chicos, así que misión cumplida. La principal dificultad que teníamos era que muchos luchadores se descolgaban sin avisar con tiempo suficiente, y teníamos que pasar los últimos días enviando correos a gimnasios de Reino Unido y Francia, preguntando si había alguien disponible para sustituirlos. En una ocasión teníamos diez combates en cartel, y en seis de ellos intervenían luchadores que venían viajando en un convoy de coches desde Irlanda del Norte. A las siete de la tarde del día del evento, con las puertas del local ya abiertas, el local lleno y la primera pelea a punto de empezar, todavía no había noticias de los tíos del norte. Presa del pánico, telefoneé a uno de ellos y me enteré de que, después de dar unas cuantas vueltas por Dublín sin poder encontrar el sitio, habían decidido volver a casa. Viendo que solo me quedaban cuatro peleas en cartel y que había trescientas personas que habían pagado por una noche de diversión, tuve que rebuscar para llenar el hueco. Buscaba a cualquier persona que hubiera en el local con un mínimo de

experiencia en artes marciales y que quisiera ayudarme. Acabé metiendo en el *ring* a dos tíos para una exhibición de judo, y a un chavalín que exhibió unas cuantas técnicas de karate. Fue un absoluto desastre, pero salimos del paso sin demasiadas reclamaciones.

Las MMA nunca fueron ilegales en Irlanda —y en aquella época la gran mayoría de los irlandeses ni siquiera sabía que existían—, pero no estábamos seguros de cómo iban a reaccionar las autoridades. Afortunadamente, nunca tuvimos ningún problema por ese lado. Creo que en parte se debió a cómo anunciábamos las veladas. Incluso después de empezar a usar una jaula, los carteles hablaban de una velada de artes marciales, y no de luchas en jaulas. Con razón o sin razón, son dos cosas que parecen tener connotaciones muy diferentes.

Otra velada que se organizó en Dublín por aquella misma época siguió el camino contrario. Iba a tener lugar en el Hotel Red Cow y, excepcionalmente, yo había accedido a pelear en ella. Estaba bastante entusiasmado porque iba a pelear, con mi *jiu-jitsu* brasileño, contra Jim Rock, un conocido boxeador profesional irlandés. Me veía interpretando el papel de Royce Gracie en UFC 1.

Por desgracia, no llegó a hacerse realidad. Una semana antes de la fecha, a pesar de que ya se habían vendido cientos de entradas, el Ayuntamiento del Sur de Dublín canceló el evento. Los promotores habían puesto carteles que anunciaban «luchas en jaula», incluido uno enorme en la rotonda del Red Cow. Supongo que atrajo una atención no deseada de las autoridades, que cortaron por lo sano.

Una tarde de 2005, en el gimnasio de Harold's Cross, vino a vernos un tipo lituano. Un año después, cuando se estrenó la película de Sacha Baron Cohen *Borat*, empezamos a llamar «Borat» al lituano: eran prácticamente iguales. El acento y las ropas chillonas eran casi idénticos.

Borat dirigía una compañía bastante popular llamada Rings, que había organizado casi cien veladas en todo el mundo desde 1995. Quería traer su espectáculo a Irlanda y preguntó si había algún luchador del SBG interesado en competir. La velada estaba programada para el 12 de marzo de 2005 en el Point Depot (más tarde rebautizado como el O₂ Arena y ahora conocido como la 3Arena). Iba a ser el mayor espectáculo de MMA jamás visto en

Irlanda, así que, evidentemente, nos apuntamos. Iban a venir algunos luchadores extranjeros verdaderamente buenos, entre ellos Gegard Mousasi, que después sería campeón de Strikeforce y todavía es una estrella de la UFC.

Matt Thornton vino desde Estados Unidos para estar presente, y parecía que iba a ser una gran noche para el gimnasio. Tras ganarnos una reputación como el mejor equipo de Irlanda, con luchadores capaces de medirse con los mejores de Reino Unido, era la oportunidad de darnos a conocer en un escaparate internacional. Además, yo estaba deseando impresionar a Matt, y era consciente de su presencia mientras acompañaba a los muchachos en los calentamientos y los guiaba desde el rincón durante sus combates.

Pero fue una mala noche para el SBG. Varios de mis chicos fueron masacrados, y la velada misma fue un poco catastrófica. De vez en cuando, incluso a los niveles más altos, se da una de esas noches en las que los combates no lucen, el público está inquieto y se oyen más abucheos que aplausos. La de Rings fue una de esas. El peor momento de la noche llegó con el combate estelar. Rodney Moore, de Irlanda del Norte, iba a pelear con un tipo llamado Jimmy Curran, un conocido *kick-boxer* de Dublín, aunque en realidad no tenía ninguna experiencia en MMA. Jimmy había vendido un montón de entradas, así que en muchos aspectos era la atracción principal.

Rodney salió primero y se situó en su rincón, pero cuando se anunció a Jimmy, este no apareció. Hubo un incómodo silencio, y entonces Borat —que también hacía de presentador— volvió a intentarlo: «Probemos otra vez. ¡Desde Dublín, Irlanda, Jimmy Curran!». Pero no había ni rastro de él. Al público no le gustó, y empezaron a llover botellas de cerveza sobre los que estábamos cerca del *ring*, que corrimos a ponernos a cubierto.

Cuando volvimos a los vestuarios, descubrimos que Jimmy había cambiado de parecer acerca de pelear y había huido por la ventana antes de que le tocara salir al *ring*. Por desgracia, Jimmy no tardó en encontrar otros problemas más graves: tres semanas después, en un incidente sin relación con este, lo mataron a tiros en un *pub* de Dublín.

Después de la velada de Rings yo estaba completamente abatido. No solo había sido decepcionante para el SBG; había sido una noche caótica para las MMA irlandesas en general. Yo estaba irritado, avergonzado y desilusionado.

Fue una de esas noches en las que todo lo que puede salir mal sale mal. Como resultado, recibí muchos insultos de los fans irlandeses de las MMA en los foros de internet: «John Kavanagh avergonzó a Irlanda en un escenario mundial». Pero lo que más me preocupaba era lo que aquello podía significar para nuestro deporte en el país en general. A las MMA les estaba costando despegar en términos de popularidad, y esto no iba a ayudar. Para muchos de los que estaban aquella noche en el Point Depot, era su primera experiencia con este deporte. No se les podía reprochar que no quisieran volver a saber nada de él. Así de malo fue.

Nos iba a costar continuar, pero en tiempos difíciles hay que perseverar. Fue un período duro, pero no pensé en tirar la toalla ni una sola vez. Enseguida estuvimos de vuelta en el gimnasio preparándonos para la siguiente tanda de combates. Si alguien piensa que el progreso de las MMA en Irlanda siguió una curva ascendente constante, puedo asegurarle que no fue así. Hubo casi tantos bajones como subidas, sobre todo en los primeros tiempos, y aquel fue uno de los varios reveses. Sin embargo, si emprendes el camino del éxito, no puedes llegar a tu destino sin sufrir varios fracasos por el camino. A la gente que cuenta no le importa si ganas o pierdes. Pierdes el sábado por la noche y empiezas otra vez el domingo por la mañana. Por eso nunca me he dejado llevar por la euforia al celebrar una victoria ni me hundo en los abismos después de las derrotas. Ganar y perder son dos caras de la misma moneda. El lema del SBG es ganar o aprender, no ganar o perder.

Una de las muchas ventajas de formar parte del Straight Blast Gym ha sido conocer y tratar a otros miembros de la familia mundial del SBG, algunos de los cuales se han convertido en buenos amigos. Por ejemplo, Karl Tanswell, de Manchester. Karl es un entrenador excelente y un hombre estupendo para tener a tu lado. Viajando por el mundo por el deporte que amamos, hemos compartido grandes experiencias.

Irlanda siempre será mi casa, pero en mi corazón hay también un gran espacio para Islandia. Fui allí por primera vez en 2005, a petición de Matt Thornton, para impartir varios seminarios y entrenar en un gimnasio de Reikiavik llamado Mjöllnir. Matt había estado yendo allí una vez al año, pero

en 2005 me pidió que lo sustituyera. Más que nada, lo vi como unas vacaciones en una parte interesante del mundo; desde luego, no pensaba que fuera a ser el primero de mis muchos viajes a Islandia. Además, era un honor que Matt considerara que podía confiar en mí hasta aquel punto.

El Mjölfnir estaba lleno de atletas entusiastas, pero dos tipos destacaban desde el primer momento. Uno era Arni Isaksson, un personaje con mucho carácter que siempre estaba poniéndose a prueba. Su apodo, «El Vikingo de Hielo», resultaba muy adecuado. El otro era un chaval de dieciséis años llamado Gunnar Nelson. Ya me habían hablado de Gunni antes de partir de Dublín. Tenía un nivel de karate muy alto, y aunque la lucha cuerpo a cuerpo era nueva para él, se había metido en ella como un pez en el agua.

Cuando llegué, Gunni me pidió una lección privada, y su potencial se hizo evidente en cuanto empezamos. Aun así, solo para recordarle quién era el entrenador, lo mantuve a raya durante un rato y le hice cosquillas al final de la lección.

Mi primer encuentro con Arni no fue tan afable. Vestido solo con unos calzones de boxeo tailandés, y sudando de pies a cabeza después de una sesión de entrenamiento, se acercó a mí con mirada de loco y me dijo en su rudimentario inglés:

—¿Luchas de pie?

Yo pensé que quería pelear conmigo, así que le respondí:

—No, contigo no.

Pero lo que en realidad me estaba preguntando era si yo entrenaba para la lucha de pie, además de en el suelo. Tras aquel tropiezo inicial, Arni y yo nos llevamos muy bien. Con solo veintiún años, era un buen *kick-boxer* que estaba ansioso por destacar en las MMA. Cuando regresé a Dublin, Arni vino conmigo para entrenar en el SBG.

El plan inicial era que se quedara en mi apartamento un par de semanas, hasta que encontrara un alojamiento propio. Tres meses después, todavía estaba viviendo conmigo. Yo miraba periódicos y páginas web todos los días, buscando habitaciones que él pudiera alquilar en Dublín. Lo enviaba a visitar aquellos sitios, pero siempre volvía con malas noticias.

—No me lo han alquilado.

«¿Qué está pasando aquí?», me preguntaba yo. Arni era un tipo

simpático, y parecía extraño que nadie le alquilara una habitación. La siguiente vez que Arni fue a mirar un sitio, le acompañé. Y entonces comprendí por qué nadie quería alquilarle nada.

Cuando llegamos a la casa, una mujer joven abrió la puerta y Arni ladró:
—¡Quiero habitación!

Tenía un ojo morado —cosa normal en él— y llevaba la capucha puesta. Un poco aterrorizada por tener a su puerta a aquel extranjero furioso con un ojo a la funerala, la chica dijo: «Está alquilada» y cerró de un portazo.

Desconcertado, Arni se volvió hacia mí y dijo:
—Esto es lo que me pasa siempre.

Arni debutó en las MMA aquel mismo año de 2005, y aquel fue el comienzo de una buena carrera profesional que incluyó grandes victorias contra tíos como Greg Loughran y Dennis Silver, además de un combate por el título de los pesos welter en Cage Warriors.

Otra de las jóvenes promesas del gimnasio de Harold's Cross era un chico de diecisiete años muy interesante llamado Tom Egan. Tom era muy ligero de pies, tenía mucho carisma y era un atleta soberbio. En aquel momento, era el mejor de la generación más joven del SBG. También estaba mi primera luchadora, Aisling Daly. Cuando apareció por primera vez en el gimnasio, me daba un poco de aprensión que una muchacha adolescente se entrenara con un montón de tíos, y ella me parecía una persona tranquila y rarita que no iba a encajar en aquel ambiente. Tenía que tratar a Aisling igual que a cualquiera de los chicos, así que se las hice pasar canutas para ver si tenía lo que hay que tener para pelear. Y cada vez que le daba caña, ella volvía a por más.

A medida que el gimnasio crecía, iban entrando por nuestra puerta una gran variedad de nuevos miembros, desde chavales a adultos jubilados. Cuando se acercaba el verano de 2006, ya estábamos otra vez en condiciones de encontrar un local mejor para el SBG Irlanda. Tras decidir alquilar unas instalaciones estupendas en Tallaght, informé al casero del local de Harold's Cross de que íbamos a desalojar el edificio.

Sin embargo, tres semanas antes de la mudanza todo se vino abajo. El propietario del local de Tallaght llamó para decir que había cambiado de parecer, a pesar de que hacía meses que habíamos cerrado el trato dándonos

la mano. Según él, resultaba muy complicado obtener el permiso para abrir un gimnasio de artes marciales mixtas en su edificio, y se había echado atrás. Y ya era demasiado tarde para recuperar el alquiler del local de Harold's Cross, así que me quedé en el limbo.

Los cuatro meses que pasamos buscando un nuevo local fueron muy duros. Mientras tanto, tuve que dar clases a tiempo parcial en un gimnasio escolar en Crumlin. Era dolorosamente consciente de que cuanto más durara la búsqueda de un nuevo gimnasio, más perjudicial sería para el futuro del SBG Irlanda. ¿Cómo nos iban a tomar en serio como equipo internacional de lucha si solo entrenábamos unas cuantas veces por semana, en colchonetas pensadas para que las usaran niños en clases de educación física?

Trabajar solo a tiempo parcial hizo mella en mis ingresos, y como consecuencia tuve que volver a trabajar de portero en bares y discotecas varias noches a la semana. Un par de años antes, cuando el gimnasio estaba creciendo y pude dejar el trabajo de portero, me había dicho que si alguna vez tenía que volver a aquel trabajo sería señal de que había llegado el momento de renunciar al sueño de hacer carrera en las artes marciales. Empezaba a sentir la presión para buscar lo que mis padres llamaban «un trabajo de verdad». En un momento dado, me encerré en mi cuarto de baño, me acurruqué en el suelo y lloré durante un par de horas. Me daba miedo haber perdido años de mi vida metiéndome en un callejón sin salida, cuando habría podido aprovechar mi educación.

Por fin, a finales del verano encontramos un nuevo lugar. Estaba en una nave industrial de Rathcoole, a unos quince kilómetros del centro de Dublín. La situación no era ideal, ni mucho menos: hacían falta por lo menos dos trayectos en autobús para llegar allí desde el centro. Pero era un buen edificio para un gimnasio y no habíamos perdido ni un solo miembro durante el período de barbecho. El sueño seguía vivo.

5

Una tarde, a finales de 2006, un chaval flacucho de dieciocho años con la cabeza afeitada entró en el gimnasio de Rathcoole. Había ido al colegio con Tom Egan. Tom nos presentó.

—Este es un amigo mío, Conor McGregor. Lleva varios años boxeando, pero le gustaría entrenar con nosotros porque quiere dedicarse a las MMA.

No recuerdo exactamente lo que me dijo Conor en nuestro primer encuentro, pero sé que habló de sí mismo como un futuro campeón de la UFC. Se notaba enseguida que si a aquel chico no le iban a ir bien las cosas no sería por falta de confianza.

En su primera sesión de entrenamiento en el SBG, Conor estaba muy ansioso de impresionar. De modo que tumbó a Owen Roddy con un tremendo golpe en el estómago. No era así como hacíamos las cosas en los entrenamientos en el SBG, pero decidí dejarlo correr. Comprendía su entusiasmo, dado que era su primera sesión y a Owen le estaba yendo bastante bien en aquella época, habiendo ya competido profesionalmente en varias ocasiones. Conor quería hacer una demostración contra uno de nuestros mejores luchadores. Además, yo sabía que Owen no tardaría mucho en tomarse la revancha.

Pero lo que ocurrió a continuación fue decididamente inaceptable. Yo estaba en mi despacho cuando oí que alguien decía fuera «Ese tío está intentando tumbar a Ais». Supe al instante que era Conor, porque Aisling Daly había entrado a luchar con él después de Owen. Salí del despacho y vi a Ais llorando en el suelo del *ring*. Conor la había derribado con un golpe al cuerpo.

«Muy bien —pensé—. Te he dejado pasar una, pero si crees que puedes

venir aquí y abusar de la gente estás muy equivocado».

—Vale, Conor, ahora me toca a mí —dije.

Me puse un par de guantes, subí al *ring*, derribé a Conor y le estuve dando golpes hasta que recibió el mensaje alto y claro: «Esta gente son tus compañeros de equipo, no tus enemigos».

Cuando terminamos, Conor me miró y dijo:

—Sí, me lo merecía.

Cuando llegó por primera vez al gimnasio, ya era un luchador. Un luchador de la vieja escuela, simple y llanamente. El Club de Boxeo de Crumlin, donde Conor se había estado entrenando, es un club de peleas. Entrás allí y no ves más que peleas, peleas y más peleas. En el SBG, en cambio, lo importante es aprender.

Después de hacerle llegar mi pequeño mensaje, Conor y yo nos entendimos bien. Volvió al día siguiente y no tardó en encajar. Algunas veces todavía dejaba que su lado competitivo se apoderara de él, pero era difícil enfadarse con Conor porque siempre era gracioso y divertido. En una época hacíamos torneos de entrenamiento del tipo «el que gana, sigue», en el que la persona que es derribada queda eliminada y otro entra en su lugar. Pero cuando derribaban a Conor, él seguía peleando.

—Conor —le decía—, ¿te has fijado en que tu espalda tocó la lona? Ahí se acabó el asalto.

En todas las sesiones de entrenamiento era excepcionalmente intenso y competitivo. Y después hacía siempre muchas preguntas. Yo estaba en casa, viendo la televisión por la noche, y me seguían llegando mensajes de texto: «La maniobra evasiva que me has enseñado esta tarde, ¿podríamos repetirla mañana?». Cuando se trataba de aprender, tenía una mente obsesiva. No creo que desconectara nunca.

A la semana siguiente, estábamos haciendo el mismo entrenamiento y Conor consiguió derribarme. Antes de que pudiera ponerme en pie, Conor se irguió sobre mí y dijo:

—¿Te has fijado en que tu espalda tocó la lona? Ahí se acabó el asalto.

No era la primera vez que me hacía reír, y desde luego no fue la última. Lo mismo les pasaba a sus compañeros de equipo. Su forma de ser nos hacía gracia a todos, y además tenía cierto encanto. Sus compañeros sabían que era

muy chulito, pero nunca expresó esa chulería a sus expensas. Los otros luchadores del gimnasio le dieron respeto, y él correspondió de la misma manera. A Conor le encantaba formar parte del equipo.

Desde el principio, mirando a Conor, me vi pensando «Este es un campeón del mundo». Entre su personalidad y sus dotes atléticas, era evidente que la materia prima estaba ahí. Con la cantidad de entrenamiento adecuada, los luchadores pueden pulir sus habilidades hasta el nivel de la élite, pero... ¿desarrollar ese toque de oro necesario para elevarse por encima de la masa y llegar a campeón? Todavía no he visto a nadie que haya conseguido hacerlo. Eso es algo que tienes que tener dentro desde el principio. Conor lo tenía.

Estaba claro que allí había un potencial enorme, y su pegada era excepcional, pero en su trabajo en la lona había grandes lagunas que había que llenar. Y aquello no se iba a hacer de la noche a la mañana.

Otro motivo de preocupación era que parecía tener muchas distracciones fuera del gimnasio. Dublin no es una ciudad muy grande, y no tardé en averiguar que Conor se estaba juntando con la clase de gente que era mejor evitar si uno quiere llegar a ser un buen atleta profesional. Conor se pasaba horas en el gimnasio todos los días durante semanas... y de pronto desaparecía y no lo veías durante varias semanas más. Se le daba especialmente bien desaparecer cuando llegaba la hora de pagar las cuotas del gimnasio.

Pero en cuanto Conor regresaba al gimnasio, te concedía toda su atención. Además, él y Tom solían entrenarse juntos en casa. Tom ayudaba a Conor con el *jiu-jitsu* brasileño y Conor le transmitía parte de su experiencia en el boxeo. Cuando Conor llegó por primera vez al SBG, seguía boxeando, y yo no vi inconveniente en que hiciera las dos cosas. Sin embargo, no estoy seguro de que sus entrenadores de boxeo opinaran lo mismo. Con el tiempo, Conor tuvo que elegir. Su futuro estaba en las MMA.

Durante los tiempos de Rathcoole, trabajé con varios luchadores jóvenes muy prometedores que estaban en las primeras fases de su desarrollo, por lo que guardo muy buenos recuerdos de aquellos tiempos. Pero también fue un

período de importantes logros personales para mí.

En 2007 viajé a Turquía para competir en el Campeonato Mundial de Lucha, que se celebraba bajo la jurisdicción de la FILA, la Federación Internacional de Luchas Asociadas. Había abundantes competidores de primera fila, y cuando vi algunos de los nombres empecé a preocuparme por quedar en evidencia ante tan prestigiosa compañía. Pero supongo que no debería haberme preocupado.

Llegué hasta la final, donde fui derrotado con una presa de pie por Ricky Lundell, que después ha entrenado a estrellas de la UFC como Jon Jones y Frank Mir. Después de llegar hasta el último obstáculo, quedé muy decepcionado por no haber vencido, pero fue un gran hito para mí, que aprecio aún más cuando lo miro en retrospectiva. Fue un momento de enorme orgullo subir al podio para recibir mi medalla de plata, con la bandera irlandesa izándose detrás de mí y el himno nacional sonando. La gran mayoría de las banderas que se izaron en el torneo eran de Estados Unidos, así que fue una satisfacción ver la de Irlanda entre ellas.

También estábamos en Rathcoole cuando llegué a lo alto del *jiu-jitsu* brasileño. Un cinturón negro en JJB es difícilísimo de conseguir. Me gustan todas las artes marciales, pero si alguien te dice que es cinturón negro de karate, eso puede significar dos cosas muy diferentes. Puede ser una niña de ocho años ejecutando secuencias como si fuera una danza, como hacía yo cuando empecé. O puede ser Lyoto Machida, que ha estado años utilizando el karate para machacar brutalmente a la gente en las MMA. El caso es que si alguien te dice que es cinturón negro de karate es imposible saber si es capaz de pelear o no hasta que lo ves en acción. Pero si alguien te dice que es cinturón negro de JJB, puedes estar seguro de que es un tío duro de pelar.

Para convertirme en el primer irlandés que conseguía el cinturón negro de *jiu-jitsu* brasileño, después de tantos años de entrenamiento, tuve que superar un último y tremendo obstáculo. Matt Thornton vino al gimnasio de Rathcoole para hacerme pasar la última prueba. Le llaman «el hombre de hierro» y te exige pelear amistosamente con todas las personas del gimnasio y someterlas a una presa de abandono. Aquella noche había setenta personas en el gimnasio.

Fue una tarea abrumadora y tuve que darlo absolutamente todo, física y

emocionalmente. Cuando por fin terminó y Matt me puso el cinturón negro alrededor de la cintura, yo apenas podía contener las lágrimas. Estaba completamente sobrecogido. La primera noticia que había tenido del JJB fue en la tele de mi casa, cuando vi a Royce Gracie en la UFC 1. No tenía ni idea de qué estaba haciendo aquel tipo ni de cómo lo hacía, pero supe que quería aprender a hacerlo. Poco más de diez años después, aquí estaba yo, siendo reconocido como atleta de élite del mismo arte. Conseguir un cinturón negro de JJB había sido uno de mis objetivos durante mucho tiempo, pero durante la mayor parte de ese tiempo había parecido un castillo en el aire. Nadie en mi país había llegado a ese nivel, pero supongo que nunca me he dejado frenar por ese tipo de cosas.

Lo gracioso del *jiu-jitsu* brasileño es que llegar al escalón más alto no significa que hayas terminado el viaje. Ni mucho menos. El JJB es tan complejo que no puedes perfeccionar todos sus aspectos. Nunca llegas a la meta final. Así que, a pesar de la gran satisfacción que me produjo recibir el cinturón negro, no tardé en volver a la manera de pensar con la que siempre había afrontado el juego: «Vale, todavía hay mucho que aprender, así que volvamos a las colchonetas y reanudemos el proceso».

Aunque aquello fue un momento histórico para mí, también fue importante para el JJB y las MMA en Irlanda. El país tenía ya su primer cinturón negro, y había otros muchos, como Andy Ryan, progresando a buen ritmo. Era otro indicio de que el mundillo de las MMA en Irlanda avanzaba en la dirección correcta.

En 2007 ya se sabía que el SBG Irlanda tenía un equipo con el que había que contar. Owen Roddy, Aisling Daly y Tom Egan estaban ganando de manera habitual. Y también Gunnar Nelson. Gunni vino a Irlanda a entrenar por primera vez en 2006, un año después de conocernos en Islandia. En aquel corto período de tiempo había mejorado considerablemente. A Gunni le apoyaba mucho su familia, en especial su padre, Halli, y siempre estaban dispuestos a ayudarle en su persecución del éxito en las MMA, aunque ello le exigiera viajar para entrenar en Irlanda, Estados Unidos o donde fuera. Mientras Gunni estuvo en Dublín, se alojó en mi apartamento. Estaba

obsesionado con mejorar. A veces llamaban a la puerta de mi habitación a la una de la madrugada. Era Gunni, con una pregunta técnica que no le dejaba dormir.

—Gunni, vete a la cama. Ya hablaremos de esto mañana —respondía yo, medio dormido.

Combatió cinco veces en 2007, ganando cuatro combates en el primer asalto después de empatar en su debut. Estaba claro, ya a los diecinueve años, que había grandes cosas en el horizonte para Gunni. Una de sus mayores virtudes era su calma mental. Tanto si estaba viendo la tele como si estaba a punto de salir a pelear, siempre parecía que a Gunni no le preocupaba nada en el mundo. Se mantenía siempre completamente calmado, algo que no suele suceder. Después de una victoria, no había alegres celebraciones. Lo único que le preocupaba era dónde íbamos a comer. E inmediatamente dirigía su atención al próximo combate.

El ritmo de progreso de Gunni apenas tenía precedentes. Además de las MMA, estaba teniendo mucho éxito en torneos de *jiu-jitsu* brasileño. Solo tres años después de conocerlo, le puse el cinturón marrón. Fue un momento de mucho orgullo para mí: habíamos intimado mucho cuando se alojaba en mi casa durante sus viajes a Dublín, y éramos casi como hermanos. Y cuatro años después de emprender su viaje por el JJB, consiguió el cinturón negro. La única persona que podía rivalizar con aquel logro era el legendario excampeón de la UFC B. J. Penn.

También Conor McGregor entró en el equipo de lucha en 2007, como aficionado. Y debutó en el campo profesional en marzo del año siguiente. Arrasó a sus dos primeros contrincantes como un cuchillo cortando mantequilla, porque la calidad de su pegada era avanzadísima a nivel nacional. Después de su primera victoria, tuve que llamar a Conor a mi despacho el lunes por la mañana. Se había dejado llevar por la alegría y había tirado su protector bucal al público. Le había dado en la cara a un espectador, y al tío no le había gustado. Yo entendía la euforia de Conor, dado que era su primera pelea, pero quería hacerle saber que tenía que mantener el control. «No vuelvas a celebrarlo así —le dije—. En este gimnasio no hacemos las cosas así».

Para la tercera pelea profesional de Conor, decidí subirle el listón. El 28

de junio de 2008, en la Cage of Truth 3, iba a enfrentarse a Artemij Sitenkov, de Lituania. Era un luchador mayor y más experimentado, y aunque no iba a causarle problemas a Conor mientras los luchadores se mantuvieran en pie, Sitenkov tenía mucha experiencia en sambo, un arte marcial rusa que tiene sus raíces en varias formas de lucha libre e incluye numerosas presas de brazos y piernas. En otras palabras: yo sabía que, si bajaban al suelo, el combate se había acabado para Conor. Puede que una parte de mí sintiera que aquel boxeador tan gallito necesitaba ser sometido con llaves para poder apreciar la importancia de aquel aspecto del juego. Y puede que aquella parte de mí sintiera también que Conor necesitaba que le dieran una lección, porque su mente parecía más centrada en ir de juerga que en entrenar. Cuando los luchadores vienen a mi gimnasio, reciben de mí todo lo que necesitan. Pero no los llevo a rastras al gimnasio. Eso es algo de lo que cada uno tiene que responsabilizarse.

El plan para la pelea era que Conor golpeará y se echara atrás, pero Sitenkov no perdió tiempo en intentar derribarlo, de modo que el plan se fue a la porra. La verdad es que Conor resistió bien los intentos de derribo. Sitenkov optó por tirar de guardia: se dejó caer de espaldas, con las piernas rodeando la cintura de Conor. Conor intentó enderezarse y dar puñetazos, pero cometió un error que le costó caro. En un intento de pasar la guardia — atravesar las defensas de Sitenkov—, dejó que Sitenkov cambiara de posición y le aferrara la pierna buscando una presa de rodilla que le hiciera abandonar.

Yo estaba pensando «¿Qué demonios haces? ¡Todavía no sabes cómo pasar la guardia!». Evidentemente, la excitación de tener tantos amigos y familiares entre los pocos centenares de espectadores se le había subido a la cabeza a Conor, que intentó un ambicioso movimiento con demasiado entusiasmo, en busca del final. Todavía no tenía suficiente experiencia en lucha para llevarlo a cabo. Mientras Sitenkov intentaba estirarle la pierna y ejecutar la presa, Conor intentó evitarlo a puñetazos, estando los dos en el suelo. Pero al final Sitenkov consiguió lo que quería y Conor tuvo que abandonar.

Aquella noche conocí a los padres de Conor. Habían acudido a verle pelear y todo había terminado en 69 segundos. A los padres y allegados suele preocuparles que los luchadores salgan lesionados, pero esa no es nunca la

mayor preocupación de los luchadores mismos. Lo que más les preocupa a estos es hacer un mal papel ante sus conocidos. Eso me han dicho incontables veces los jóvenes en los vestuarios: «Pase lo que pase, no quiero hacer el ridículo».

Probablemente, participar en una pelea sangrienta y que te hagan pedazos es algo que una pequeña fracción de ellos disfruta. Pero que te noqueen o te hagan abandonar rápidamente es la peor pesadilla de cualquier luchador joven, y eso es exactamente lo que le ocurrió a Conor con Artemij Sitenkov.

No fue este el único problema que surgió de aquel combate. Como promotor de las veladas de Cage of Truth, solía darles a los luchadores jóvenes entradas para vender a sus amigos y familia. Después me daban el dinero, quedándose una comisión. Conor se había llevado veinticinco entradas que costaban veinte euros cada una, así que estamos hablando de quinientos euros en entradas.

Al final de la velada, cuando los otros luchadores estaban entregando el dinero de las entradas que habían vendido, Conor dijo que no lo llevaba encima.

—Lo siento, John, olvidé traerlo —dijo—. Te lo llevo al gimnasio la semana que viene.

Aquello no era raro en Conor. Casi nunca pagaba las cuotas del gimnasio, pero yo siempre era indulgente con él, tal vez sabiendo que algún día lo compensaría. Pero la verdad era que no tenía el dinero. A medida que vendía las entradas antes del combate, se iba gastando el dinero dando por supuesto que más adelante me lo pagaría. Al final se lo había gastado todo y no le quedaba ni un céntimo.

La semana pasó y no había señales de Conor. Después, la semana se convirtió en un mes. Con el tiempo, dejé de llamarle.

Había pasado aproximadamente otro mes cuando por fin recibí una llamada telefónica de la casa de McGregor, pero no era Conor el que estaba al otro lado de la línea. Era su madre. Aunque me la habían presentado en la pelea contra Sitenkov, la verdad era que no habíamos llegado a hablar. Cuando me llamó y me dijo quién era, pensé: «Ah, sí, ese mierdecilla que cogió mi dinero y salió corriendo. ¿Para qué podría llamarme su madre?».

—Me preguntaba si podría usted venir y ver a Conor —me dijo—.

Últimamente no ha estado entrenando nada y anda un poco perdido. Estamos preocupados por él.

Para ser sincero, al principio no quise saber nada. ¿Por qué iba a interesarme? Conor estaba en deuda conmigo. Yo no le debía nada. Mi gimnasio no estaba precisamente prosperando en el aspecto económico y yo no estaba en posición de quitarle importancia a quinientos euros.

—Disculpe —dije—, ¿cómo ha dicho que se llama?

—Margaret.

Ah. Aquello me afectó, porque resulta que mi madre también se llama Margaret. Es una tontería, pero me conmovió. Me hizo ver inmediatamente que aquella no era más que una madre angustiada que me pedía que ayudara a su hijo. Quince años antes, si yo hubiera estado pasando dificultades y mi madre le hubiera pedido a alguien que interviniera, ¿me habría gustado que aquella persona no le hiciera caso? Hablando con Margaret, quedaba claro que algo iba mal. Su voz no sonaba bien cuando me dijo que Conor estaba pasando un mal momento.

—No creo que nadie más que usted pueda ayudarle —dijo.

No me sorprendió enterarme de que Conor había ido por mal camino durante las semanas en que no había acudido al gimnasio. Aunque hacía poco tiempo que lo conocía, era perfectamente consciente de que tenía tendencia a descarriarse.

Accedí a ir a la casa de la familia en Lucan para tener una charla con Conor. Todos estaban allí: los padres de Conor y sus dos hermanas. Todos parecían angustiados, preocupados por Conor.

Me contaron más cosas: que parecía estar deprimido y se negaba a salir de su habitación. No quería entrenar. No quería hacer nada... aparte de decirle a la gente que se fueran a la mierda y le dejaran en paz.

Conor no sabía que yo estaba abajo con su familia. No me esperaba en absoluto. Subí la escalera y llamé a la puerta de su habitación.

—¿Qué? —gruñó una voz desde dentro.

Cuando abrí la puerta, Conor parecía completamente hecho polvo. Desde luego, no se parecía al atleta joven y sano que yo conocía.

Me senté en la cama y empezamos a hablar. Le dije a Conor que sabía que se estaba juntando con gente con la que no debería juntarse, y haciendo

cosas que no debería hacer. Le dije que estaba claro que aquello no le estaba haciendo ningún bien. Le pedí que me dijera si yo había perdido el tiempo. ¿Quería que me marchara de allí y no volviera nunca? ¿O quería empezar de nuevo desde cero?

Era viernes por la noche, así que le dije a Conor que si volvía al gimnasio el lunes olvidaríamos lo de las entradas y empezariamos desde el principio. Pero antes quería oírle aceptar su responsabilidad: «Sí, la he cagado, pero estoy dispuesto a hacer lo que haga falta para arreglarlo». Sin aquella condición, habría salido por la puerta sin más. Y no quería hacerlo. A pesar del incidente de las entradas, me gustaba Conor y sabía que tenía posibilidades de llegar lejos en las MMA. Su familia se había esforzado mucho para que yo fuera a su casa a hablar con él. Estaba dispuesto a darle a Conor otra oportunidad, pero del lunes en adelante aquello no iba a volver a ocurrir.

—Todo lo que necesites, te lo voy a dar —dije—. Pero no des un paso atrás ni te desvíes del camino. Tienes que devolvérmelo todo, el cien por cien.

Conor asimiló perfectamente el mensaje, me miró a los ojos y dijo:

—Tienes razón. Hagámoslo.

Reconoció que estaba llevando muy mala vida, juntándose con gente inadecuada y siguiendo un camino peligroso. Básicamente, echando a perder su vida. Hubo lágrimas —de los dos—, pero allí y entonces nos comprometimos el uno con el otro. El lunes siguiente, Conor volvió al gimnasio.

Si Conor no hubiera regresado, estaba en una pendiente tan resbaladiza que es difícil adivinar lo que habría sido de él. Pelear era su pasión. Sin aquello, ¿adónde iba a ir? Me alegra que la madre de Conor cogiera el teléfono y me llamara aquella tarde. ¡También me alegra que sus padres decidieran llamarla Margaret! Aquella conexión personal influyó en que yo interviniera, aunque ya sentía debilidad por Conor. Ya entonces era como una especie de hermano pequeño para mí.

Recibo muchas llamadas telefónicas de padres preocupados. Recuerdo que la madre de un chico me llamó para decirme que su hijo se negaba a hacer los deberes. Puso al chico al teléfono y yo le dije que no le dejaría

entrenar en el gimnasio si no hacía los deberes. Mientras hablaba con él, empecé a darme cuenta de que no reconocía su voz. Tampoco el nombre me resultaba familiar. Cuando la madre volvió a ponerse al teléfono, le pregunté si el chico era miembro del Straight Blast Gym.

—No —dijo ella—. Pero yo sabía que a usted le haría caso y que usted le corregiría.

Pues qué bien.

No hace mucho tiempo, a los chicos se los castigaba prohibiéndoles salir o quitándoles la Play Station. Ahora parece que se les dice que si no se portan bien no podrán ir al SBG.

Después de aquello, Conor todavía necesitaba un poco de supervisión. Si andaba por la calle a la una de la madrugada, yo me enteraba y se lo hacía saber. Él sabía que no debía forzar la suerte. Pero lo fundamental era que seguía viniendo al gimnasio. No se salía del carril. Yo aún no estaba convencido de que fuera a reaccionar de manera diferente si sufría otra derrota, pero eso solo el tiempo podría decirlo. Permitir que Conor empezara desde cero después del asunto Sitenkov me costó unos cientos de euros, pero pronto se iba a demostrar que la inversión había valido la pena.

6

Mantener vigilado a Conor McGregor no era, ni mucho menos, la única dificultad que tuve que afrontar en 2008. Después de casi dos años en Rathcoole, nos habíamos acomodado bien en el nuevo gimnasio. A pesar de estar situado en la periferia, el número de miembros seguía aumentando, sobre todo con grupos de jóvenes.

Y de pronto me vi golpeado por una adversidad inesperada que me llevó más cerca que nunca de tirar la toalla.

Una mañana, mirando el correo en mi despacho, encontré una carta del propietario del edificio. Era breve e iba al grano. A los negocios contiguos en la nave industrial no les gustaba que entraran y salieran chavales del gimnasio. Les preocupaba que alguno de ellos fuera atropellado por una furgoneta o una carretilla elevadora. Cuando lo pienso ahora, tenían toda la razón: era fácil que ocurriera un accidente. Pero en aquel momento, pensando en las consecuencias para el gimnasio, no lo vi de esa manera.

Me daban una semana para desalojar el local. Me quedé mirando la carta sin podérmelo creer. Encontrar el local de Rathcoole había sido tremendamente difícil, y menos de dos años después nos volvíamos a ver en la misma situación: buscando un nuevo lugar.

La verdad es que yo no estaba seguro de poseer la energía mental necesaria para pasar otra vez por todo aquello. Mi padre me ayudó a buscar un nuevo local, pero puse poco entusiasmo en la búsqueda. Afortunadamente, conseguimos convencer al propietario del edificio de que nos concediera unas cuantas semanas más de plazo, para poder seguir funcionando mientras buscábamos un nuevo local, pero yo sentía que solo estábamos posponiendo lo inevitable. Parecía que me estaba acercando a una encrucijada de mi vida.

Mis padres, aunque todavía no les convencía todo aquel asunto de las MMA, habían visto cuánto esfuerzo había invertido y me apoyaron durante aquella época difícil, pero en el fondo seguían siendo partidarios de que le sacara partido a mi título de ingeniería. Yo empezaba a entender su manera de pensar. Nunca había esperado hacerme rico con las MMA, pero había creído que podría ganarme la vida haciendo algo que me encantaba. Siete años después de abrir mi primer gimnasio, parecía que estaba de vuelta en la casilla de salida. Si, habíamos recorrido un largo camino y teníamos varios luchadores muy prometedores en el equipo, pero la realidad de mi situación era que tenía treinta y un años y un título de ingeniero, pero ninguna perspectiva de futuro clara y ni un céntimo en mi cuenta bancaria. Cuando evaluaba los pros y los contras de continuar mi carrera de entrenador de MMA, los contras pesaban mucho más que los pros. Por primera vez en mi vida, abrí el periódico por la sección de ofertas de trabajo y consideré mis opciones.

Harto y sin motivación, estaba a punto de renunciar por completo cuando me informaron de un posible local en Long Mile Road. Necesitaba un salvavidas, y podía ser aquello. No sabía si el local iba a ser adecuado, pero era el primer avance positivo en tres meses desde que habíamos dejado Rathcoole, así que me aferré a la esperanza de que pudiera salir algo bueno de todo aquello. Fui a echar un vistazo y llevé a mi padre conmigo.

—Este sitio es un basurero —dijo.

Y lo dijo antes de ver el árbol que creía al fondo del local. ¡Un árbol! ¡En un recinto cerrado! ¿Cómo era posible? Al parecer, el sitio había sido una serrería y había estado desocupado durante muchos años. Era absolutamente asqueroso. Pero era un espacio disponible, y yo recuperé el optimismo inmediatamente. Mi padre no veía que aquello pudiera funcionar, y yo procuré tranquilizarlo.

—No está tan mal. Esto se arregla con una buena limpieza, una capa de pintura y un leñador.

—¡Por Dios, John! Hay hongos en las paredes.

Una ventaja evidente que tenía el sitio era que estaba mucho más cerca del centro de la ciudad. Pero eso también tenía un precio. Yo ya debía 25 000 euros, porque había pedido un crédito para Rathcoole. Trasladarnos a Long

Mile iba a suponer pedir otros 15 000. Para ello, el banco necesitaba alguien que actuara como aval. Evidentemente, mis padres tenían fe en mí, porque dieron un paso adelante cuando los necesité, jugándose su casa en el proceso.

Con un crédito de 40 000 euros que pagar, firmé un contrato de alquiler para trasladar al mejor equipo de MMA de Irlanda a una vieja serrería, tan húmeda que tenía un árbol dentro. Puede que no parezca algo apasionante, pero después de un fin de semana de limpieza estuve preparado para dar un último empujón y encarrilar de nuevo el SBG Irlanda. En los dos días siguientes, casi todos los sesenta miembros aportaron su granito de arena para hacer que aquel sitio pareciera un gimnasio. Cada vez que el gimnasio ha cambiado de emplazamiento, la gente ha permanecido a mi lado, además de ayudar a montar la nueva versión del SBG. Les estoy eternamente agradecido por su increíble lealtad.

También mis padres, mi hermana y mi hermano contribuyeron enormemente a la limpieza y pintura. En cuando trajimos a alguien para quitar el árbol, la verdad era que el sitio tenía buena pinta: parecía un gimnasio en el que podríamos lograr éxitos.

Poco después de instalar nuestro campamento en Long Mile Road se presentó una gran oportunidad. Por primera vez, la UFC anunció que iba a celebrar una velada en la República de Irlanda. En el evento, que iba a tener lugar en Dublín el 17 de enero de 2009, participarían leyendas como Dan Henderson, Rich Franklin, Mauricio Rua y Mark Coleman.

Era un enorme avance para las MMA en Irlanda. La UFC había estado en Belfast dieciocho meses antes, pero casi todos lo vieron como otro acontecimiento en Reino Unido. Era importante que la UFC reconociera que tenía cada vez más fans en el resto de Irlanda. Desde su primer evento en 1993, la UFC se había convertido en la mayor organización mundial de artes marciales mixtas. Era adonde todos los luchadores aspiraban a llegar. En Irlanda, las MMA eran todavía un deporte minoritario, pero aun así la UFC había decidido venir. Era una enorme oportunidad para el SBG Irlanda.

Yo sabía que la UFC iba a buscar algún luchador local para competir en la velada. Tal como yo lo veía, no había ni sombra de duda de que el hombre

adecuado era Tom Egan. Con veinte años de edad y habiendo luchado —y ganado— solo cuatro veces, Tom aún tenía muy poca experiencia. Hasta entonces solo había competido en sitios pequeños, y el salto a la UFC sería tremendo. Era correr un gran riesgo, pero yo estaba convencido de que valía la pena correrlo. Si la UFC buscaba un luchador que representara las artes marciales mixtas irlandesas, nadie tenía más posibilidades de hacer un buen trabajo que Tom.

Cuando se anunció que la UFC 93 iba a tener lugar en el O₂ Arena, conseguí averiguar cómo ponerme en contacto con Joe Silva, el programador de la UFC. Durante semanas lo bombardeé con *e-mails*, explicándole por qué Tom Egan era el luchador que él necesitaba para representar a Irlanda.

Por fin me respondió: «¿Quieres meter en la UFC a un tío con solo cuatro combates?».

«Vais a meter en el cartel el debut de un luchador irlandés —respondí—. Confía en mí, llevo en el mundillo irlandés más tiempo que nadie, y te puedo asegurar que Tom Egan es el mejor luchador del país».

Aunque aún tenía que madurar en la lucha cuerpo a cuerpo, Tom estaba tan preparado como el mejor luchador de Irlanda en aquella época, y su pegada era particularmente impresionante. Era joven, carismático y podía mantener el tipo ante una cámara de televisión. A mí me parecía que todo aquello tenía que convencer a la UFC.

Pocos días después, Joe se puso en contacto conmigo para decir que la UFC le ofrecía a Tom Egan un contrato para cuatro peleas, empezando por la de UFC 93. Aquella era la buena noticia. La mala noticia era que el adversario de Tom era dinamita. John Hathaway era un peso welter inglés imbatido, y aunque también él hacía su debut en la UFC, Hathaway tenía mucha más experiencia, habiendo arrasado en Reino Unido hasta acumular un historial de 10-0. Pero lo más importante era que era un monstruo en la lucha cuerpo a cuerpo.

Tom y yo habíamos confiado en un combate con Don Hardy, que había debutado en la UFC pocos meses antes. Hardy, lo mismo que Tom, era sobre todo un pegador. Hathaway, en cambio, iba a someter a Tom a una dura prueba en una fase muy temprana de su formación como luchador de artes marciales mixtas. Aun así, aceptamos el desafío y nos preparamos para dar

un espectáculo. Tom iba a aparecer como una especie de mascota irlandesa, pero estábamos decididos a demostrar que se merecía la oportunidad.

Tener a la UFC en Dublín fue una experiencia asombrosa. Por primera vez, las MMA salían en las noticias de Irlanda. La organización hizo una gran campaña promocional, y las entradas —algo menos de diez mil— se vendieron en menos de dos semanas. Antes de convertirse en el primer luchador de la República de Irlanda que competía en el famoso octágono de la UFC, Tom tuvo que cumplir una frenética agenda de citas con los medios para promocionar el evento. Pero aquello no era ningún problema para nosotros. Era lo que nos habíamos estado esforzando por conseguir, así que procuramos pasárnoslo bien. Parecía irreal ver a Tom en conferencias de prensa y sesiones fotográficas con algunas de las mayores figuras del deporte. Hubo mucho alboroto en Dublín aquella semana, con personajes como el presidente de la UFC, Dana White, en la ciudad. Era la primera vez que veíamos la primera división. También era muy emocionante tener equipos de televisión de la UFC en nuestro pequeño gimnasio de Long Mile Road. Era divertido, y además muy beneficioso desde el punto de vista comercial. Conor McGregor se lo estaba pasando como nunca, y se pasó toda la semana haciéndose selfies con las leyendas de la UFC que estaban en Dublín.

Cuando por fin llegó la noche del combate e hicimos aquel primer recorrido hacia el octágono, el ruido que hacían los aficionados irlandeses era absolutamente ensordecedor. Yo había ayudado a Matt Thornton en el rincón cuando Rory Singer luchó en la UFC en Belfast en 2007. Pero ahora se trataba de uno de mis luchadores, y era una ocasión mucho más importante para mí. La UFC había sido la causa original de que yo me interesara por este deporte. Poco más de doce años antes, yo estaba estupefacto viendo por primera vez cómo peleaban aquellos tíos en aquel octágono. Ahora, un luchador que había entrenado iba a convertirse en uno de ellos. Pensar en esto resultaba abrumador, de modo que intenté relegarlo al fondo de mi mente.

De pie junto a la jaula, detrás de Tom, mientras Bruce Buffer lo presentaba a la multitud —«Desde DUBLÍN, IRLANDA...»— tuve que resistir el impulso de pellizcarme. Durante años había visto a Bruce rugir los nombres de luchadores de Estados Unidos, Brasil y otras partes del mundo, pero ahora le tocaba el turno a un irlandés. Un irlandés que formaba parte de

un equipo que había nacido en un pequeño cobertizo en Phibsboro solo seis años antes.

En cuanto a la pelea en sí, no vale la pena edulcorarlo. Hathaway consiguió bajar a la lona, dominar en la posición superior y a base de golpes forzar que pararan el combate cuando quedaban veinticuatro segundos del primer asalto. En cuestión de estilo, era uno de los adversarios más difíciles que podrían haberle encontrado a Tom. Con un poco de suerte, tal vez las cosas habrían sido diferentes. Simplemente, no estaba preparado para un tipo con aquel nivel de lucha cuerpo a cuerpo. No era en absoluto humillante perder con John Hathaway, que después lo hizo sumamente bien en la UFC y ha tenido la mala suerte de ver interrumpido su progreso debido a las lesiones.

A pesar de la derrota, nadie se sintió abatido. No conseguimos ganar, pero habíamos aprendido una barbaridad. Después de meter a uno de mis luchadores en la UFC, me di cuenta de que, aunque todavía no estábamos a aquel nivel, desde luego estábamos muy cerca. Hasta aquel momento, nos parecía que los luchadores establecidos de la UFC estaban en un pedestal, mirando desde arriba a los equipos pequeños como el nuestro. Lo que me enseñó la UFC 93 fue que no íbamos a tardar mucho en ponernos a su altura. No necesitábamos romper el modelo y empezar desde cero. Me había preguntado a mí mismo si necesitaríamos entrenar en América para ascender al siguiente nivel, pero ahora creía que, si seguíamos haciendo lo que habíamos estado haciendo hasta entonces, pronto llegaríamos a la cima.

Había estado analizando a los otros equipos. Durante toda la semana, en las salas de calentamiento, entrenando con algunos de los chicos de otros gimnasios y observándolos en las colchonetas, me di cuenta de que no tenían nada de extraordinario. Vale, nosotros íbamos un poco por detrás, pero era simplemente porque ellos llevaban más tiempo entrenando. No había absolutamente nada intimidante en lo que ellos hacían.

También me pareció que el ambiente familiar que nosotros teníamos era algo que le faltaba a los demás equipos. Nuestro equipo era básicamente un grupo de chavales locos de alrededor de los veinte años de edad. Varios de nuestros luchadores más prometedores eran chicos que habían ingresado en el gimnasio muy recientemente: tíos como Cathal Pendred, Chris Fields, Paddy

Holohan y Artem Lobov. En realidad, el equipo de lucha del SBG estaba empezando a florecer y muchos observadores me decían que tenía en mis manos una generación dorada de jóvenes luchadores. Cuando competíamos con otros gimnasios, mis luchadores machacaban a sus contrincantes. Supongo que aquello me hizo comprender que tal vez estuviéramos haciendo las cosas de manera algo diferente, y mejor. La situación en el gimnasio era la del «acero que se afila con acero», con todos los del equipo haciendo avanzar a los demás. Todos mis luchadores tiraban en la misma dirección, y aquello mantenía unos estándares altos. Tal como yo lo veía, estábamos toda la semana preparándonos en el laboratorio, y en las veladas de los sábados por la noche hacíamos los experimentos. Con mucha frecuencia, los resultados eran estimulantes.

En los días que siguieron a la UFC 93, no paraba de decirme a mí mismo: «Algún día vamos a ser importantes en la UFC, y ese día no está muy lejos».

A Tom Egan le habían hecho un contrato para cuatro combates, pero la UFC se deshizo de él después de aquella derrota. ¿Fue una mala jugada? Se podría ver de las dos maneras, pero a mí no me sorprendió. Los contratos por cuatro combates son lo normal para luchadores que entran en la UFC, pero esto se hace en beneficio de la organización, no del luchador. En realidad no te garantizan cuatro peleas. Si resulta que eres una superestrella, la UFC te tiene atado; pero si no funcionas, se pueden librar de ti sin ofrecerte un segundo bocado del pastel. Por desgracia, Tom no tuvo otra oportunidad, pero había abierto una brecha para que sus compañeros de equipo.

La UFC 93 no hizo más que acrecentar mi deseo de éxito. Al final de aquella semana, yo estaba mucho más fuerte que al principio. Ahora que sabíamos cómo entrar en la UFC, el siguiente paso era asegurarse de que la siguiente persona que traspasase esa puerta tuviera lo necesario para quedarse allí.

7

Como entrenador he tenido algunos éxitos en algunas áreas, pero una cosa que no conseguí en aquellos años fue convencer a Conor McGregor de que estudiara el arte del *jiu-jitsu* brasileño. Conor tenía una actitud muy indiferente en cuestión de lucha cuerpo a cuerpo. Solo entrenaba cuando yo le obligaba. ¿Para qué molestarse en forcejear cuando puedes tumbar a la gente de un golpe? Así era como Conor lo veía.

Después de que sus debilidades en este aspecto del oficio quedaran de manifiesto en su derrota ante Artemij Sitenkov, yo confiaba en que estuviera dispuesto a cambiar de actitud. Pero él se mantuvo desafiante. Conor estaba convencido de que jamás volvería a verse en la misma situación. Yo intenté lo mejor que pude hacerle ver la importancia de todos los aspectos de las artes marciales mixtas, pero él estaba seguro de que lo único que necesitaba para llegar a la cumbre era la potencia y la precisión de su mano izquierda. Cuando se recuperó del revés de Sitenkov con un par de victorias por KO técnico, esta creencia se reforzó aún más.

Con un currículum de 4-1, a Conor le ofrecieron una pelea en Cage Warriors para el sábado 27 de noviembre de 2010. Iba a ser un combate de pesos ligeros en el Neptune Stadium de Cork, contra un luchador invicto llamado Joseph Duffy, que acababa de terminar una temporada en *The Ultimate Fighter*, el *reality show* televisivo de la UFC. Duffy era muy competente en todos los aspectos del deporte y además tenía más experiencia que Conor, habiendo competido en diversas artes marciales desde muy joven, de modo que sabíamos que iba a ser un adversario muy difícil. En una jaula grande, para una de las principales compañías de Europa y ante las cámaras de televisión, aquel iba a ser el mayor combate de Conor hasta la fecha.

Duffy iba a pelear con Tom Egan en un combate de pesos welter no mucho antes de Cage Warriors 39. Iba a ser una velada poco importante en Donegal. Como hacemos en todos los combates profesionales, acudimos al pesaje veinticuatro horas antes de la pelea. Cuando Tom se presentó el día de la pelea por la tarde, el promotor insistió en que tenía que hacerse el pesaje el mismo día. Quería que Tom perdiera un kilo, pero yo no estaba dispuesto a meter a uno de mis luchadores en una sauna para perder peso pocas horas antes de recibir golpes en la cabeza. Así que aquel combate nunca tuvo lugar; pero como había visto a Duffy allí aquel día, sabía que era un tipo grande y que cuando se enfrentara a Conor iba a tener la ventaja del tamaño. Mientras Duffy estaba bajando del peso welter, Conor estaba subiendo desde el peso pluma.

A los veinte segundos, Conor le sacudió un tremendo golpe en la cabeza, que abrió una visible herida sobre el ojo de Duffy. Pero Duffy consiguió contrarrestar el ataque de Conor derribándolo con una zancadilla. Dieciséis segundos después de que la espalda de Conor tocara la lona, el combate había terminado. Como le había ocurrido con Sitenkov, Conor no dominaba la lucha cuerpo a cuerpo lo suficiente para desenvolverse cuando la pelea pasaba al suelo, y Duffy no tuvo dificultad para lograr el abandono con una estrangulación triangular de brazo. En total, la pelea había durado 38 segundos.

Cuando volvíamos a Dublín después de la pelea y Conor y yo nos marchamos cada uno por su camino, era difícil evitar la sensación de que probablemente no iba a volver a verlo. En vista de cómo había reaccionado a su única derrota anterior, esperaba que desapareciera de nuevo. Y esta vez no pensaba ir a buscarlo.

Cuando llegué al gimnasio el lunes por la mañana y encontré a Conor en las colchonetas, me llevé una tremenda sorpresa. Solo treinta y seis horas después de ser derrotado, ya estaba de vuelta en el gimnasio y dispuesto a corregir fallos. Tuvimos una charla y Conor reconoció que, aunque estaba muy decepcionado con el resultado, no estaba desesperanzado ni mucho menos.

—Joder, estas cosas pasan. Sé en qué me equivoqué y sé que tú puedes enseñarme a corregirlo. Vamos a ello —insistió.

Esta vez, la única reacción de Conor fue volver al tajo y perseverar. A partir de aquel día, no volvió a preocuparme el interés de Conor por la lucha cuerpo a cuerpo. A los pocos meses había empezado a apreciar todo lo que tienen de bueno el JJB, la lucha libre y otras formas de lucha cuerpo a cuerpo. No había manera de pararlo. Nunca tenía bastante.

Joseph Duffy había triunfado donde yo había fracasado. Él fue el responsable de que Conor aceptara que la lucha cuerpo a cuerpo no es una parte optativa de las MMA. Siempre le estaré agradecido a Joe por esto. En mi opinión, aquel lunes fue el primer día de Conor McGregor como luchador profesional de MMA. Para entonces, Conor ya llevaba cuatro años siendo miembro del equipo del SBG, pero aquella fue la primera vez que supe que iba a tener una larga carrera. Fue como un punto de inflexión. Seguía exudando los mismos niveles de confianza, pero al mismo tiempo aceptaba que tenía mucho trabajo que hacer si quería ser el mejor. El que reconociera que había cosas que tenía que mejorar era una clara señal de lo mucho que había madurado desde la primera vez que vino al gimnasio. Más vale tarde que nunca.

En la actualidad, si alguien viene al SBG con experiencia en la lucha a golpes y dice que no le gusta la lucha cuerpo a cuerpo, lo llevo aparte y le digo que eso no va a funcionar. Me parece bien que la lucha cuerpo a cuerpo no sea tu parte favorita de las artes marciales mixtas, pero no puedes prescindir de ella. Si lo haces, el deporte de las MMA no es para ti. Si tienes aspiraciones de llegar lejos, no puedes elegir las partes del oficio en las que quieres concentrarte. No permito que nadie diga: «Detesto la lucha cuerpo a cuerpo». Hago que se corrijan y digan: «Aunque la lucha cuerpo a cuerpo no es ahora mismo mi aspecto favorito de las MMA, estoy deseando aprenderla y mejorar». Creo que nos convertimos en lo que constantemente decimos que somos, de modo que las palabras que utilizamos son importantes.

Conor demostró su compromiso aceptando una pelea para febrero, once semanas después de su derrota ante Duffy. Era un encuentro de pesos pluma, lo que significaba que tenía que controlar su peso durante las navidades, una tarea nada fácil. La decisión de Conor fue otra clara señal de que su actitud había cambiado por completo como consecuencia de lo que había pasado en Cork. Trabajaba en todos los aspectos del oficio para prepararse para la

siguiente pelea, que iba a tener lugar en Derry contra Hugh Brady. Por fin estaba dispuesto a respetar todas las facetas de las artes marciales con el fin de lograr sus objetivos. Tras derribar a Brady con un uppercut, Conor se dedicó a golpearlo en el suelo hasta que pararon el combate, a los dos minutos y treinta y un segundos del primer asalto.

En la primera mitad de 2011, Conor peleó cuatro veces en otros tantos meses. Las cuatro peleas terminaron en victorias por KO o KO técnico, tres de ellas en el primer asalto. Uno de aquellos combates duró solo dieciséis segundos, un proceso bastante largo en comparación con el siguiente, que terminó por KO a los cuatro segundos. Dado que Conor estaba utilizando su pegada para obtener aquellas victorias, podría parecer que seguía siendo un boxeador sin experiencia en el suelo. Pero entre las cuatro paredes del SBG de Long Mile Road estaba trabajando sin descanso, todos los días, en la lucha cuerpo a cuerpo, e iba mejorando rápidamente.

Aquella racha de victorias le valió a Conor un contrato para cinco peleas en Cage Warriors. Tras la decepción de su primer combate para ellos, en septiembre de 2011 tuvo una oportunidad de enmendar el daño. Viajamos a Ammán, Jordania, para la Cage Warriors Fight Night 2, donde íbamos a enfrentarnos a Niklas Bäckström, un luchador sueco imbatido que se había ganado una gran reputación. Aisling Daly y Cathal Pendred estaban también en el cartel.

Aterrizamos en Ammán cuatro días antes de la pelea. Cuando bajé del avión, en mi teléfono había un mensaje avisándonos de un cambio de planes. Bäckström quedaba fuera. Al parecer, se había caído y se había roto un brazo al correr para tomar un tren en el aeropuerto. Como alternativa, podía haber una pelea de pesos ligeros contra un noruego, Aaron Jahnsen, que estaba dispuesto a hacer de sustituto de última hora. «Ningún problema», fue nuestra respuesta. Era un anticipo de lo que le esperaba a Conor, que pronto se iba a acostumbrar a que sus adversarios se retiraran de las peleas.

Siempre les he dicho a mis luchadores que nunca se obsesionen demasiado con su contrincante, porque no se puede dar nada por seguro hasta que te encuentras cara a cara con él la noche del combate. Algunas veces, después de dos o tres cambios de contrincante, un luchador frustrado ha entrado en mi despacho para decir que ya no quiere participar en el combate

porque hay demasiado lío. Yo nunca he entendido esta actitud. Tu adversario va a ser siempre un ser humano que pesa más o menos lo mismo que tú, con una cabeza, dos brazos y dos piernas. Recuerdo los preparativos para una de mis peleas, cuando el promotor no paraba de telefonarme para comunicarme un cambio de adversario tras otro. Al final le pedí que dejara de llamarme.

—Estaré allí esa noche —dije—. Lo único que necesito saber es que va a haber un contrincante en la jaula conmigo.

Esta es una actitud que he transmitido a mis luchadores, porque las retiradas de última hora son una parte del juego a la que tienes que acostumbrarte. Nuestra filosofía es que el adversario no importa, porque solo podemos controlar nuestras propias acciones, así que manos a la obra. Si el contrario es particularmente experto en un campo, por supuesto que tienes que asegurarte de estar preparado para ello. Pero perder tiempo obsesionándose suele ser perjudicial para tus preparativos.

La principal ventaja que obtuvo Conor del cambio de adversario fue que él ya estaba casi en el peso cuando llegamos a Jordania. Se había preparado para un combate de 66 kilos y ahora iba a competir a 72. Las cosas no eran tan fáciles para su contrincante, que tenía que perder ocho kilos debido a la llamada de urgencia. A Conor le encantó poder relajarse al sol en la mañana del día del pesaje, mientras Aaron Jahnsen corría por el borde de la piscina con ropa de sauna, con el fin de perder peso.

—Mira ese tipo —decía Conor, riendo—. ¿Le digo que venga corriendo aquí y me traiga un vasito de agua con hielo y una sombrillita?

Sin embargo, no nos tomábamos a Jahnsen a la ligera. Era un nórdico grande, intimidante, duro como un clavo, que hacía que Conor pareciera pequeñito. Y en la noche de la pelea puso al público de su parte al ondear una bandera jordana camino de la jaula.

Esta era sin duda la mejor ocasión en la carrera de Conor hasta entonces. El combate tenía lugar ante un par de miles de personas, en una cancha nuevecita al otro lado del mundo, y Setanta Sports lo iba a televisar en directo para Irlanda. Además, tenía mucha presión para quedar bien, dado que su último combate en Cage Warriors había terminado en derrota. Pero la presión no era problema; apenas la sentía. Como luchador joven y ambicioso, aquel era exactamente el tipo de entorno en el que Conor quería estar.

El punto fuerte de Jahnsen era la lucha cuerpo a cuerpo, pero a mí ya no me preocupaba la capacidad de Conor para hacerle frente. Había visto lo mucho que se había esforzado desde que había perdido con Joseph Duffy y sabía lo mucho que había cambiado. En la pelea con Duffy, él estaba saltando y dando golpes y hubo una sensación de pánico cuando lo derribaron. No estaba cómodo. La lucha con Jahnsen fue todo lo contrario. Conor no tenía prisa. Relajado y concentrado, estaba disfrutando de estar allí. Saboreando la experiencia.

Jahnsen hizo todo lo que se puede esperar de un tipo que se enfrenta a Conor McGregor. Lanzó unas cuantas patadas altas con la pierna derecha, que suelen ser peligrosas para un boxeador zurdo como Conor, pero no llegó a impactar. También se le daban bien los agarrones e hizo varios intentos de derribo muy potentes, pero todo aquello fue anulado con facilidad. Jahnsen era un adversario duro con bastante ventaja de peso, pero Conor hizo que pareciera fácil derrotarle con un KO técnico en el primer asalto.

Aquel combate demostró lo mucho que Conor había madurado en menos de un año, y ofreció una visión anticipada del luchador en el que poco a poco se iba a convertir. Era mucho más paciente al descargar sus golpes, mientras que antes casi parecía que tuviera prisa. También se notaba que había mejorado mucho en la lucha cuerpo a cuerpo. Parecía relajado cuando tuvo que contrarrestar un fuerte intento de derribo a los treinta segundos. Conor se mantuvo en pie mientras Jahnsen lo empujaba hacia atrás contra la jaula. En los abrazos, Conor se desenvolvía cómodamente, sin la sensación de pánico que se podría haber dado antes en esa situación. Estaba poniendo en práctica lo que había hecho en el gimnasio, así que no había motivos para preocuparse. Sabía lo que tenía que hacer. Su contrincante era duro, pero Conor hizo que pareciera fácil. Tras recibir unos cuantos golpes fuertes, Jahnsen se cubrió y Conor siguió golpeándole. El combate se detuvo a los tres minutos y veintinueve segundos del primer asalto.

Conor se estaba convirtiendo en un luchador de MMA más refinado, que desplegaba una amplia gama de habilidades. Ya no se basaba exclusivamente en aquella mano izquierda. No había poción mágica ni receta secreta. Los pasos de gigante que estaba dando se debían al trabajo duro y a nada más. Conor estaba haciendo las cosas correctas del modo correcto en el gimnasio,

y se le premiaba por ello en la jaula.

Como entrenador de MMA, entrenar a tus luchadores para competir no es tu única tarea. Ni mucho menos. Tienes que cargar con muchas responsabilidades. Una de tus múltiples tareas es hacer de niñera, cosa que he tenido que hacer varias veces a lo largo de los años. Una de aquellas ocasiones tuvo lugar en Jordania, en la velada de Cage Warriors Fight Night 2.

Conor McGregor nunca había peleado fuera de Irlanda, y Cathal Pendred (que empató en su pelea con Danny Mitchell) nunca había competido más allá de Gran Bretaña, de modo que daban mucha importancia a la experiencia. Después de haber volado a través de medio mundo hasta un hotel de lujo, los chicos querían sacarle el máximo partido a la hospitalidad. (Aisling Daly —que solo necesitó veinte segundos para hacer abandonar a Angela Hayes— ya había peleado dos veces en Estados Unidos, así que estaba menos nerviosa). En cuanto pasaron el pesaje, Conor y Cathal no dejaron en paz al personal del restaurante con sus peticiones al servicio de habitaciones. Y el día siguiente a las peleas lo dedicaron a probar la carta de cócteles al borde de la piscina.

A la mañana siguiente, cuando nos marchamos del hotel, los dos muchachos habían acumulado una factura considerable con sus extravagancias. Yo, que todavía no sabía nada, estaba esperando en un coche a la puerta del hotel, con Aisling y Philip Mulpeter, otro excelente luchador del SBG que estaba allí para echar una mano en el rincón. Cuando Conor y Cathal entraron en el coche que nos iba a llevar al aeropuerto, parecían un poco avergonzados y estaban sorprendentemente callados. Solo llevábamos un par de minutos de trayecto cuando sonó el teléfono del conductor. Tras una breve conversación en árabe con el que llamaba, el conductor colgó el teléfono, paró el coche, se volvió hacia nosotros y dijo:

—Hotel. Gran factura. Comida. Cerveza. Mucha cerveza. Dinero que pagar. ¿Son ustedes?

Fue entonces cuando Conor y Cathal se explicaron.

—Creíamos que toda la comida y bebida iba por cuenta de la casa, así que

Cathal y yo hemos estado tomando piñas coladas como si fuera el fin del mundo —dijo Conor.

Se habían dado cuenta de que estaban equivocados cuando fueron a devolver las llaves de su habitación. Los dos habían conseguido escabullirse discretamente de la recepción sin abonar la factura, pero el hotel no estaba dispuesto a dejarles escapar tan fácilmente.

—Vale —dije—. Vamos al hotel para que arregléis esto.

Los chicos me suplicaron que lo dejara pasar. Habían gastado tanto que les iba a costar casi todo lo que habían ganado con sus peleas, que eran unos mil euros por cabeza. Pero aquello era problema suyo. Le dije al conductor que diera la vuelta y volviera al hotel. Conor y Cathal pagaron su factura y, enfurruñados durante todo el viaje de regreso a Irlanda, apenas me dirigieron la palabra.

8

Todavía en 2012, el luchador del que más se hablaba de los de nuestro gimnasio no era Conor McGregor, sino Gunnar Nelson. De hecho, no había en Europa un luchador que no estuviera en la UFC que generara tanto interés como Gunni.

En febrero de aquel año extendió su imbatido currículum profesional a diez victorias, con otra llave de abandono en el primer asalto: la sexta de su carrera. Parecía que solo era cuestión de tiempo que la UFC se pusiera en contacto con nosotros, y la llamada llegó en julio. Le ofrecían un contrato a Gunni, empezando por un combate de pesos welter contra el luchador alemán Pascal Krauss, el 29 de septiembre en Nottingham.

Lo que hizo que Gunni mereciera la llamada de la UFC fue su habilidad como luchador, pero a la gente parecía intrigarle su comportamiento. Fuera cual fuese la situación, siempre estaba tranquilo. Parecía que sus emociones no cambiaban nunca. Ya estuviera dando clase a unos niños o en una sangrienta batalla en el octágono, Gunni siempre se comportaba igual. Es una de las mayores celebridades en Islandia, pero la fama no significa nada para él. Siendo un luchador europeo con cierto aire enigmático, yo creo que a mucha gente su personalidad le recordaba al legendario peso pesado Fiódor Yemeliánenko cuando saltó a la fama. Era un soplo de aire fresco.

Gunni había hecho progresos considerables, sobre todo en cuestión de lucha cuerpo a cuerpo. Habiendo empezado con el *jiu-jitsu* brasileño en 2005, consiguió el cinturón negro solo cuatro años después. Cuando firmó para su debut en la UFC, los tiempos en que yo derribaba a Gunni y le hacía cosquillas habían quedado muy atrás. En todo caso, los papeles se habían invertido.

Cuando Gunní dio el paso a la UFC, no había muchos luchadores con capacidad de simplemente ejecutar un derribo, pasar la guardia, montar y hacer una presa de abandono. Gunní lo hacía con facilidad y a menudo. En teoría es un concepto sencillo, y desde luego Gunní hacía que pareciera algo sin complicaciones, pero casi nunca se ve en otros luchadores. Era casi como volver a los tiempos de Royce Gracie.

Ya antes de que luchara en la UFC, yo estaba completamente seguro —y lo sigo estando— de que Gunní iba a acabar siendo campeón de la UFC. Pero algunos observadores tenían sus dudas acerca de su capacidad para progresar fluidamente en la competición. La escena regional de Europa y la UFC son niveles completamente diferentes, decían. Otros estaban convencidos de que Gunní iba a quedar indefenso en los pesos welter; decían que era demasiado bajito y que tendría que competir en los pesos ligeros. Esta teoría se reforzó cuando hubo un cambio de contrincante para su debut en la UFC, porque Pascal Krauss se vio obligado a retirarse. Su sustituto, Rich Attonito, también se retiró. Diez días antes de la pelea, el experimentado DaMarques Johnson —que ya había combatido nueve veces en la UFC— ocupó su puesto. Originalmente, el combate estaba anunciado para luchadores de 77 kilos, pero con el último cambio pasó a ser de 80. Y el día del pesaje, Johnson dio en la báscula 83 kilos. Con tanta insistencia para que Gunní compitiera en los pesos ligeros, ahora iba a debutar en la UFC en los pesos medios. Para los que lo veían desde fuera, todo estaba en contra de Gunní. Pero yo no tenía ninguna duda de que iba a sorprenderlos a todos.

Era la primera vez que volvía a la UFC después de la derrota de Tom Egan en Dublín tres años y medio antes, así que se podría suponer que había presión y nerviosismo. Sin embargo, durante los preparativos estaba completamente relajado. Esta vez sabía que estábamos allí por mérito propio y no debido a las circunstancias. Gunní se había ganado su sitio en la élite de las artes marciales mixtas. Era el lugar que le correspondía. Lo único que me ponía nervioso era que iba a conocer a Jeremy Horn, que estaría en el rincón de DaMarques Johnson. Con más de cien combates, Jeremy es una leyenda de las MMA y uno de los pocos tíos a los que le pediría una foto.

Cuando llegó el momento de que Gunní entrara en el octágono, todo salió como de costumbre. Hizo una magnífica actuación, haciéndole a DaMarques

Johnson exactamente lo mismo que les había estado haciendo a los luchadores del circuito europeo. Pudo conseguir un derribo bastante pronto, y a partir de ahí todo fue cuestión de tiempo. Gunni le ganó la espalda a Johnson, le hizo un estrangulamiento por detrás y a los tres minutos y treinta y cuatro segundos del primer asalto todo había terminado.

Parecía una ocasión digna de celebrarse: la primera victoria de Gunni en la UFC, y también la mía. ¿Tal vez unas botellas de champán en una fiestecita? Pues no: lo celebramos al estilo de Gunnar Nelson.

—¿Nos comemos un filete y volvemos al hotel?

Y eso fue exactamente lo que hicimos, pero no antes de que yo me hiciera mi foto con Jeremy Horn.

La victoria de Gunni culminó un septiembre muy satisfactorio para el equipo. Tres semanas antes, Chris Fields se había lucido ganando el título del peso medio en Cage Warriors contra el ucraniano Pavel Kusch. En aquella época, ganar un título de Cage Warriors venía a significar que eras el campeón de Europa de tu peso, de modo que era un acontecimiento. Pero aquel no era el primer título que ganaba el SBG en Cage Warriors. De hecho, el primero había llegado varios meses antes.

Tras su impresionante victoria sobre Aaron Jahnsen en Jordania, la siguiente aparición de Conor McGregor tuvo lugar en Londres, el 18 de febrero de 2012, en Cage Warriors 45. Su contrincante era un luchador inglés, Steve O’Keefe, muy competente en la lucha cuerpo a cuerpo, de modo que era otra oportunidad para que Conor exhibiera sus avances en este terreno.

Mientras esperábamos a que nos llamaran en el vestuario del HMV Forum de Kentish Town, Conor estaba viendo la pelea anterior a la suya en uno de los monitores de televisión. El luchador que ganó lo había hecho a base de feroces codazos en la cabeza de su oponente. Conor se volvió hacia mí y dijo: «Esto me ha gustado. Voy a hacer eso en mi pelea. Fíjate».

Conor derrotó a Steve O’Keefe en solo noventa y tres segundos. ¿Cómo consiguió la victoria? Con codazos a la cabeza.

Con el tiempo me iba a acostumbrar a que Conor predijera con exactitud

el resultado de sus combates. Se le daba muy bien.

En 2011, cuando firmó su contrato por cinco combates en Cage Warriors, Conor se fijó el objetivo de ganar el título de los pesos pluma de la compañía, que acababa de dejar vacante Danny Batten: el mismo Danny Batten que me había derrotado a mí diez años atrás. Después de la victoria sobre O'Keefe, Conor fue premiado con una pelea por el título. Cage Warriors anunció su primer evento en Irlanda —Cage Warriors 47—, que iba a celebrarse en The Helix, en el campus de la Ciudad Universitaria de Dublín, el 2 de junio de 2012. Con mis luchadores compitiendo por títulos en varias divisiones de Cage Warriors, el evento tenía un fuerte sabor a Straigh Blast Gym. En la mitad de los combates del cartel principal participaban luchadores del SBG: Cathal Pendred se enfrentaba a David Bielheden, veterano de la UFC y de Pride, Aisling Daly pelearía con Rosi Sexton, una pionera de las MMA femeninas, y el inglés Dave Hill se interponía en el camino de Conor en su intento de apoderarse del título vacante de los pesos pluma de Cage Warriors.

Desde el principio de la velada había una clara sensación de que se estaba cocinando algo especial. The Helix no es un recinto muy grande —apenas tiene capacidad para mil personas—, pero aquello sonaba como si medio Dublín se hubiera apretujado allí. Cuando hice el primer paseo hacia la jaula con Cathal Pendred, el ruido era increíble. Una fascinante y muy movida batalla terminó con una merecida victoria de Cathal, que envió un mensaje a toda la división de pesos welter: allí había un tipo capaz de subir hasta la cumbre.

No hubo tiempo para reflexionar acerca de la victoria de Cathal, porque tuve que salir inmediatamente para la siguiente pelea. El combate de Aisling Daly contra Rosi Sexton fue un brillante enfrentamiento que podría haber ganado cualquiera de las dos, pero Rosi consiguió superar por poco a Ais, a los puntos. Aun así, Ais aún podía llevar la cabeza bien alta después de una emocionante exhibición frente a una adversaria experimentada que había combatido en las principales compañías del deporte.

Por fin llegó nuestra oportunidad de llevarnos por primera vez al SBG Irlanda un cinturón de Cage Warriors. Para Cage Warriors era una pelea importante, y la habían promocionado como tal. Aquello dio a Conor ocasión de demostrar que era tan interesante en las entrevistas como en el octágono.

Aun así, yo no me había percatado bien de hasta qué punto Conor había cautivado la imaginación del mundillo de las MMA hasta que echó a andar hacia la jaula aquella noche en The Helix. Cathal y Aisling habían sido recibidos con un gran estruendo, pero cuando Conor apareció aquello subió a otro nivel. La gente estaba enloquecida. Me quedé francamente pasmado. «Esto es algo muy diferente», pensé. Es un tópico, pero había electricidad en el aire cuando Conor entró en la jaula. Dave Hill es un luchador excelente, sólido y muy completo. Su principal punto fuerte es la lucha cuerpo a cuerpo. Era el contrincante más duro que había tenido Conor hasta entonces. Pero habiendo visto lo bien que había entrenado Conor, yo estaba absolutamente seguro de que iba a salir victorioso. El ambiente reforzaba mi convicción. Parecía que Dave Hill no iba a pelear solo contra Conor; se estaba enfrentando a todo el estadio.

Cuando el árbitro, Neil Hall, reunió a los luchadores para darles las instrucciones previas, Conor estaba ocupado en su propia conversación con Hill, haciéndole saber, con su estilo inimitable, que en los próximos minutos no lo iba a pasar bien, mientras el recinto se llenaba de cánticos de «Solo hay un Conor McGregor». Inspirado por lo bien que lo habían hecho previamente sus compañeros de equipo, Conor estaba exaltado y decidido a dar un espectáculo.

Lo que siguió fue otra actuación redonda. Dave Hill solo tardó cuatro segundos en intentar su primer derribo. La respuesta de Conor fue una demostración perfecta de lo que había progresado en la lucha cuerpo a cuerpo. En lugar de limitarse a procurar caer bien, intentó hacer un estrangulamiento de guillotina para terminar el combate. Viendo que no iba a lograr el abandono, adoptó una postura defensiva y cuando Hill intentó pasar su guardia se puso en pie con facilidad. A partir de allí, Conor dominó tanto en los intercambios de golpes como en los de presas, y pronto se hizo evidente que la única duda era cuánto tiempo aguantaría Hill. Era un tipo sumamente resistente y soportó muchísimo castigo, pero Conor nunca estuvo en peligro. No consiguió terminar en el primer asalto (solo por tercera vez en su carrera), pero era cuestión de tiempo que sellara la victoria. Esta llegó cuando solo quedaban cincuenta segundos del segundo asalto: le ganó la espalda a su contrario y le hizo un estrangulamiento por detrás, logrando así

su primera victoria por abandono. Dominar en el cuerpo a cuerpo a un luchador que jamás había abandonado: no está mal para un tipo del que se suponía que no era más que un boxeador con una buena izquierda. Yo me considero básicamente un practicante de JJB, así que como entrenador estaba muy orgulloso y satisfecho.

Aquella fue la noche en que nació el fenómeno Conor McGregor. Lo celebró saliendo de la jaula de un salto y corriendo hacia el público, que lo rodeó y zarandeó. En todos los años que he pasado en este deporte, nunca había visto a la gente conectar así con un luchador. La popularidad de Conor entre los aficionados a las MMA había ido creciendo poco a poco, pero aquello era más que apoyar: era un movimiento... aunque a pequeña escala en el plan general de las cosas, porque las MMA todavía estaban en la periferia del paisaje deportivo irlandés. La gente se daba cuenta de que la confianza de Conor no era fingida ni fabricada. Era auténtica, y cuando llegaba el momento de la verdad, él cumplía las promesas que había hecho antes de la pelea. Además, era capaz de utilizar esa confianza para sacarles una ventaja de salida a sus contrincantes durante los preliminares. Juegos mentales, guerra psicológica... llamadlo como queráis, pero para Conor la batalla empieza mucho antes de plantarse ante su oponente en la jaula. Yo hago todo lo posible para transmitir mis conocimientos y experiencia a todos mis luchadores, pero por ese aspecto del estilo de Conor no puedo reclamar ningún crédito. Esa personalidad única es exclusiva de Conor McGregor. De vuelta en los vestuarios después de la victoria sobre Dave Hill, me di cuenta por primera vez de que Conor no iba a ser solo un luchador de éxito: iba a ser una superestrella.

Aquella noche volví a ver a los padres de Conor. Estaban tan aliviados como orgullosos. Conor había estado trabajando de fontanero, pero había dejado el trabajo para entrenar a jornada completa como luchador de MMA. Puede que Cage Warriors sea una compañía importante en Europa, pero todavía no es un lugar donde se recojan los suficientes beneficios como para que un luchador se dedique profesionalmente al oficio. Si no estás en la UFC, ser luchador de MMA es un negocio en el que se pierde dinero. Aun así, aquella velada fue tranquilizadora para los padres de Conor. Ningún luchador irlandés había ganado lo suficiente en las MMA para ganarse la vida, pero en

vista de los elogios que su hijo recibía, empezaban por fin a creer que Conor llevaba camino de ser el que cambiara la tendencia.

A la mañana siguiente consideré aquella velada de Cage Warriors como el mejor momento de la historia del SBG Irlanda. Cage Warriors era entonces la organización europea número uno, y ganar un título —por no hablar de la gran victoria de Cathal y la excelente actuación de Aisling— era una validación de todo lo que estábamos haciendo. Muchas personas relacionadas con los mejores gimnasios de Reino Unido y del continente, gimnasios que yo siempre había admirado y tomado como modelos, estaban diciendo en las redes sociales y en entrevistas que consideraban al SBG Irlanda el mejor equipo de Europa. Aquello me produjo un orgullo inmenso. Después de aquella noche, cada vez que asistíamos a una velada podía sentir cómo había aumentado el respeto que nos tenían otros equipos. Entrenadores que yo admiraba mucho venían ahora a pedirme consejo y opiniones. Para mí significaba mucho que yo como entrenador y el SBG como equipo recibiéramos aquel nivel de reconocimiento de nuestros colegas, que compartían los mismos objetivos.

Después de veladas como aquella de Cage Warriors 47, siempre me tomaba un momento para recordar los altibajos del viaje... pero sobre todo los puntos bajos, porque sin ellos nunca habría tenido suficiente ansia para esforzarme por los altos. Recordaba las noches duras cuando trabajaba de portero, los esfuerzos para encontrar sitios donde entrenar cuando nos marchamos de Harold's Cross y de Rathcoole, los desencuentros con mis padres... y sonreía, sabiendo que había valido la pena. A veces ganas, a veces pierdes, pero siempre aprendes.

En el gimnasio fue una época verdaderamente positiva. La convicción de que lo que estábamos haciendo crecía constantemente gracias al duro trabajo de los chicos se estaba manifestando en forma de resultados positivos.

Mis luchadores habían hecho sus primeros pinitos en el circuito nacional irlandés, ganando peleas y haciendo progresos. Cuando dieron el gran salto al nivel europeo, los resultados siguieron siendo los mismos. Para nosotros, Cage Warriors era como una mini-UFC en Europa. Proporcionaba una

iniciación perfecta para cuando llegara el momento de pasar a los grandes escenarios. La manera en que se organizaban los eventos, desde los exámenes médicos a las relaciones con los medios, era una reproducción a pequeña escala de cómo se hacían las cosas en la UFC. A veces veías que llegaban a la UFC equipos nuevos que quedaban completamente abrumados por las dimensiones de todo aquello. Pero esa transición iba a resultar muy fluida para nosotros.

Tras la victoria de Conor sobre Dave Hill, hubo muchas especulaciones acerca de su siguiente paso. Muchos creían que era inminente que la UFC le ofreciera un contrato, pero no se había puesto en contacto con nosotros, así que nos centramos en la defensa de su título en Cage Warriors. Se concertó una pelea con el aspirante americano Jim Alers, para el 1 de septiembre de 2012. Alers era un experto en la lucha cuerpo a cuerpo, de modo que otra vez se dijo que era un contrincante que podía causarle problemas en ese aspecto. Pero yo no veía a Alers como un ascenso de nivel en la competición. De hecho, en términos de habilidad, no lo consideraba tan bueno como Dave Hill. Alers tenía un historial de 8-1, pero la cosa no era tan impresionante como estos números parecen indicar. Fuera de la UFC, es mucho más fácil acumular un buen historial en el circuito estadounidense que en Europa. Muchos de los luchadores profesionales norteamericanos son el equivalente de buenos luchadores aficionados en Irlanda y Reino Unido. No es nada difícil conseguir tus primeras victorias como profesional en Estados Unidos. En mi opinión, una de las razones de que una pelea con Alers diera que hablar a la gente no tenía nada que ver con la fuerza y el estilo de los luchadores. Simplemente, hasta entonces Conor había estado peleando con europeos blancos. Alers era un afroamericano, y puede que para los fans irlandeses de las MMA el combate tuviera algo de exótico.

Por desgracia, Conor y Jim Alers no tuvieron ocasión de chocar los guantes. Dos semanas antes de la pelea, Conor se lesionó en una sesión de entrenamiento. Él y Artem Lobov solían entrenar juntos a puerta cerrada. Un domingo por la tarde, cuando el gimnasio estaba desocupado, se encerraron allí, se pusieron los guantes y empezaron a zurrarse. Aquellas sesiones de

entrenamiento no eran para pusilánimes. Conor y Artem eran muy amigos, pero ninguno de los dos era tímido a la hora de intercambiar golpes. A mí no me gustaba aquel método de entrenamiento, y se lo había dicho en muchas ocasiones. Cada vez que se lo decía, ellos ponían los ojos en blanco.

—Así hay que entrenar, entrenador. Tienes que entrenar igual que peleas.

A pesar de mis intentos de moderar sus sesiones privadas de entrenamiento, ellos dos seguían haciendo las cosas a su manera. Yo sabía que tenía que ocurrir algo grave para hacerles cambiar de parecer... y eso fue lo que ocurrió a solo dos semanas de la pelea de Conor con Jim Alers. Después de varios asaltos de entrenamiento a lo bestia, Artem le atizó a Conor un puñetazo en el maxilar superior. Dieron por terminada la sesión, pero Conor sabía que algo no iba bien. Tenía mucho dolor e incluso se le veía una mella en el pómulos, justo delante de la oreja. Al día siguiente, después de hacérselo ver en el hospital, Conor descubrió que tenía fracturado el arco zigomático, y que repararlo exigiría una cirugía que lo mantendría fuera de combate durante seis semanas como mínimo. Seguía queriendo pelear, pero eso ni se discutía. Era la primera vez —y hasta este momento, la única— que Conor se veía obligado a retirarse de un combate.

Tener que renunciar fue un duro golpe, pero algo bueno salió del desastre: el incidente convenció a Conor y Artem de que tratar de arrancarse la cabeza el uno al otro en un entrenamiento no era lo más juicioso. En cualquier gimnasio de deportes de combate va a haber entrenamientos feroces de vez en cuando. Estamos hablando de machos alfa de veinte a treinta años, de modo que a veces las cosas se descontrolan.

Yo me opongo firmemente a que los compañeros de equipo compitan unos con otros en los entrenamientos, aunque sé que en algunos gimnasios es algo que se fomenta. En muchos de estos gimnasios se trata de hacer una selección y reducir el número, para quedarse con cinco o seis luchadores capaces de derrotar a cualquiera.

Veamos, por ejemplo, las sesiones de entrenamiento «Doghouse» que se hacen en el gimnasio de Floyd Mayweather. Consisten en dos tíos sacudiéndose a base de bien hasta que uno de los dos abandona. He visto grabaciones y casi me pongo enfermo. Es irresponsable y una idiotez. Sin duda, el entorno que Mayweather ha creado va a producir uno o dos tíos

asombrosos, porque es obvio que se necesita una increíble resistencia física y mental para someterse a algo así. Pero yo no podría dormir pensando en la cantidad de personas que se arriesgan a sufrir un grave trauma en la cabeza con este tipo de actividad. Las cámaras de televisión deberían seguir la vida de estos tipos para conocer sus historias, porque puedo garantizar que no tienen finales felices. Yo quiero que toda experiencia en mi gimnasio sea positiva. Y eso no va a ocurrir si un compañero de equipo te deja KO después de un asalto de treinta minutos ininterrumpidos.

A lo largo de los años ha habido muchas ocasiones en las que me he sentado con un luchador en mi despacho y le he dicho: «Tienes que empezar a tomarte las cosas con calma. En este gimnasio te preparas para las peleas. No las ganas aquí. El gimnasio es un sitio para mejorar».

Al principio se quedan confundidos. Su filosofía es que cuanto más fuerte entrenes, más preparado estarás cuando llegue el momento de pelear. Pero, en realidad, si un luchador no se guarda nada al entrenarse durante seis u ocho semanas, lo más probable es que no llegue a la pelea. Para mí es importante comunicarles este mensaje, porque es un error que yo mismo cometí muchas veces.

Durante mi carrera de luchador, no existían distinciones entre una sesión de entrenamiento y un combate. Abordabas las dos cosas de la misma manera. Dabas todo lo que tenías, y así se hacía en todos los gimnasios. Durante mucho tiempo, así lo hice yo también como entrenador. Pero a mí me gusta basarme en la evidencia, y la evidencia me decía que aunque los luchadores consiguieran superar toda una temporada de entrenamientos peleando de ese modo, sus cuerpos habían quedado totalmente machacados antes de que llegara la hora del combate real, y no funcionaban al mejor nivel. Si no estaban lesionados, estaban completamente desgastados.

A mí me parecía que tenía que haber una manera mejor de hacer las cosas. Tomé algunas ideas de Matt Thornton, el fundador del Straight Blast Gym en Estados Unidos, y decidí introducir el sencillísimo concepto de reducir el contacto pero manteniendo el entrenamiento lo más realista posible. Se trata de recrear una situación de lucha real, pero sin el mismo nivel de impacto. Lanza todos los golpes fuertes que quieras, pero conténlos antes de conectar.

Lo llamamos *flow sparring*. Requiere experiencia e inteligencia por parte de los dos luchadores implicados. Si estás de pie sobre un tipo que está caído de espaldas y le sueltas una serie de golpes fuertes, la otra persona no puede hacer caso omiso de los golpes solo porque no le están alcanzando de verdad. Podría sentir la tentación de intentar una presa de pierna mientras tú le golpeas, pero tiene que respetar el hecho de que tú estás en posición de control y esos golpes no le permitirían cerrar esa presa de pierna en una pelea real. De lo contrario, acabaríamos con el luchador que controla siendo injustamente sometido porque su compañero de entrenamiento se niega a reconocer los golpes. Tienes dos tíos que dicen «¡Yo te di primero!», y eso complica todo el proceso. La próxima vez, el primer luchador podría decidir lanzar sus golpes de verdad.

En las sesiones de *sparring*, me gusta reproducir todos los aspectos de una pelea pero sin el daño físico. Así pues, si los luchadores pueden dominar el concepto del *flow sparring*, no necesitan llevar ninguna protección adicional. Pueden entrenarse con guantillas, que son las que usarán en combate. Incluso les animo a que se pongan los mismos calzones. Todos los detalles son importantes.

Recuerdo que, cuando me estaba preparando para uno de mis primeros combates, me ponía una camiseta en todos los entrenamientos. Cuando llegó el momento de pelear y de pronto me vi sin camiseta, me sentí incómodo. No me resultaba familiar, porque no era así como me había preparado. Así pues, si mis luchadores se entrenan sin camiseta y se quejan de que todo es muy resbaladizo e incómodo, yo les recuerdo que así es exactamente como estarán la noche de la pelea. Añadamos un poco de sangre, y resultará aun más difícil. Karl Tanswell, del SBG de Manchester, utiliza a veces sangre falsa en las sesiones de entrenamiento, para que sus chicos se acostumbren a ella. Si en un combate corre la sangre, ya están acostumbrados. Se trata de crear en el gimnasio un ambiente que se parezca a una pelea real en todos los aspectos, con excepción de la fuerza y la potencia.

Me costó un par de años introducir esta manera de pensar como norma del gimnasio, pero ahora se acepta que es el método de entrenamiento más productivo. Curiosamente, Conor y Artem son, probablemente, sus dos mayores defensores. Lo llamamos «actualizar el *software* sin dañar el

hardware». Mis luchadores aún pueden entrenar con fuerza, pero no tienen que sufrir daños innecesarios al hacerlo.

Muy pronto vimos que este cambio de enfoque daba buenos resultados. En los últimos años, no creo que ningún otro equipo pueda compararse con nosotros en cuestión de mínimo número de combates suspendidos, a todos los niveles, desde la UFC a los circuitos locales. No digo que seamos el único equipo que entrena de esta manera, pero no es algo que se vea mucho en otros gimnasios.

La pelea de Conor McGregor contra Jim Alers se reprogramó para Cage Warriors 51, que tendría lugar la noche de Fin de Año en The Helix. Para cambiar de ambiente y refrescar las cosas, decidimos trasladar nuestro campo de entrenamiento a Islandia. Sin embargo, cuando aún faltaban cinco semanas, la pelea se volvió a suspender. Esta vez fue Alers el que se descolgó. Preocupado porque ya habían pasado seis meses desde el último combate de Conor, hablé con la organización para ver si se podía encontrar una alternativa. Yo sabía que Cage Warriors quería incluir en el cartel un combate por el campeonato de los pesos ligeros. El título estaba vacante, y un aspirante oficial era Ivan Buchinger, un luchador eslovaco. Pero su contrincante original se había echado atrás. Dado que tanto Conor como Buchinger necesitaban contrincantes, sugerí un combate entre los dos por el título de los pesos ligeros. Se dio luz verde a la propuesta, y Conor se puso muy contento. Ahora iba a competir en 70 kilos, y no en 67, por lo que podría disfrutar de una cena de Nochebuena mucho más sustanciosa una semana antes de la pelea. Además, era una oportunidad de convertirse en el primer luchador de Cage Warriors con dos títulos simultáneos en dos categorías de peso.

Siempre he estado muy tranquilo antes de las peleas de Conor, pero en este caso aún más. Por primera vez no iba a enfrentarse a un tipo cuya única intención sería llevarlo al suelo. Había visto las peleas anteriores de Buchinger y esperaba que este fuera un combate de *kick-boxing*. Sin tener que concentrarse en el peligro de ser derribado, Conor tendría libertad para demostrar lo espectacularmente variadas que son sus habilidades en la lucha a

golpes. En sus otros combates, los adversarios de Conor siempre habían intentado luchar con él cuerpo a cuerpo, y todo quedaba un poco rudimentario. Pero en esta pelea yo estaba seguro de que los dos iban a permanecer en pie, y aquello me interesaba mucho como espectador.

Fue otra velada memorable en The Helix, como había sido la de Cage Warriors 47 en junio, ya que entramos en 2013 añadiendo otro título de Cage Warriors a la repisa del SBG. Conor ofreció una exhibición, una auténtica clase magistral, noqueando a Buchinger con un impresionante gancho de izquierda a la contra, a los tres minutos y cuarenta segundos del primer asalto.

Cuando Conor volvía al vestuario después de la pelea, con un cinturón de Cage Warriors colgado de cada hombro, yo estaba seguro de que la próxima vez que entrara en una jaula sería en su debut en la UFC.

9

Estaba en Islandia, ayudando a Gunnar Nelson a prepararse para su segunda pelea en la UFC, cuando recibí un par de llamadas telefónicas muy interesantes.

Era el 3 de febrero de 2013. Dos semanas después, Gunni iba a enfrentarse a Jorge Santiago en Londres, así que nos encontrábamos en las fases finales de su preparación.

La primera llamada que recibí aquella mañana era del gimnasio, en Dublín, informándome de que Conor McGregor no se había presentado a su clase la noche anterior. Aquello no me sorprendió mucho.

En la superficie, todo iba de maravilla para Conor. Tenía dos cinturones de Cage Warriors. El vídeo de su KO a Buchinger se había hecho viral, y todo el mundo parecía quererle. El día de Año Nuevo, varios de los grandes nombres del deporte, incluido el comentarista de la UFC Joe Rogan, se habían puesto en contacto con Conor a través de las redes sociales para hacerle saber lo impresionados que estaban.

«Acabo de ver tu pelea, Conor —tuiteó Rogan—. ¡Enhorabuena, estuviste sensacional! Espero verte algún día en la UFC. ¡Mucha suerte!».

Nos llovieron peticiones de entrevistas de los medios relacionados con las artes marciales mixtas. Incluso la prensa general de Irlanda, que aún no había acabado de aceptar las MMA, estaba empezando a mostrar algo de interés por aquel tipo de Dublín del que se decía a gritos que era una futura estrella de la UFC.

Conor estaba ansioso de tener una oportunidad de demostrar su valía en la UFC. Era el único sitio donde su carrera de luchador profesional podía ser económicamente viable. Su compañero de equipo Gunni Nelson se estaba

preparando para otra aparición en el mayor escenario del mundo, después de ganar 16 000 dólares por su debut en la UFC pocos meses antes: más de seis veces lo que le habían pagado a Conor por su última pelea. Conor nunca tenía un céntimo, y dependía de Dee, su novia, para que lo llevara de un sitio a otro en su viejo Peugeot, que había que empujar para que arrancara. A medida que pasaban las semanas sin una llamada de la UFC, Conor iba perdiendo la esperanza. Abatido y desilusionado, empezó a preguntarse si tenía sentido continuar. Tampoco ayudaba mucho que su entrenador estuviera en Islandia. Conor empezaba a perder el rumbo.

La segunda llamada que recibí aquel día puso fin a cualquier tentación que pudiera tener Conor de tirar la toalla. Estaba comiendo en un restaurante de Reikiavik cuando me sonó el teléfono. Era Halli Nelson, el padre de Gunni. Mientras yo ayudaba a su hijo a prepararse para su próxima pelea en la UFC, Halli me ayudaba a mí en las tareas de representación de Conor. La doble función de entrenador y manager de Conor se me estaba haciendo cada vez más difícil, ahora que Conor estaba tan solicitado.

—He estado hablando con Sean Shelby sobre Conor —dijo Halli.

Me gustó cómo sonaba aquello. Sean Shelby era el programador de la UFC.

—Le ofrecen un sitio en su cartel del 6 de abril en Suecia. Le pagan 8000 dólares más otros 8000 si gana. ¿Te parece bien aceptar eso?

—Un momento, Halli —dije—. ¿Me estás diciendo que la UFC le ofrece un combate a Conor?

—Sí. ¿Qué? ¿Te interesa?

—¡Pues claro que nos interesa! ¡Es la UFC! Aceptamos, no lo dudes. Me da igual cuánto dinero ofrezcan.

Estaba tan ansioso de darle la noticia a Conor que le colgué a Halli sin preguntar más detalles, como quién iba a ser el contrincante. Salí corriendo del restaurante a la nieve, y marqué el número de Conor.

No respondió. Lo intenté otra vez. Y otra. Y otra. Se me ocurrió que era probable que Conor me estuviera evitando. Estaría esperando una bronca por no haberse presentado a su clase. Pero seguí llamando, y al final Conor respondió.

—Mira, John, siento no haber ido a la clase anoche, pero...

- ¡Cállate y escucha! ¿Te gustaría pelear para la UFC en abril?
—¿Lo dices en serio? ¡Joder, claro que sí!

La llamada de la UFC no habría podido llegar en un momento más oportuno. Si Conor se hubiera descarriado más, podría haber pasado del punto de no retorno. En cambio, comenzó inmediatamente los preparativos para su debut en la UFC.

El SBG Irlanda recibió un par de importantes empujones durante este entrenamiento. Gunni Nelson obtuvo otra victoria en la UFC y Cathal Pendred destronó a Gael Grimaud y se convirtió en el campeón de peso welter de Cage Warriors. En nueve meses, el SBG había ganado los cuatro títulos de Cage Warriors, desde el peso puma al peso medio.

Hasta que la noticia del contrato de Conor por la UFC salió en los medios, no me enteré de que su contrincante iba a ser Marcus Brimage. Era un norteamericano que ya tenía un historial de 3-0 en la UFC, así que sobre el papel iba a ser un hueso duro de roer para Conor. Pero los combates no se libran en un papel. Yo no sabía nada de Brimage, y tampoco busqué muchos detalles sobre él. Lo que sí sabía era que cuando Conor se enfrentara a él en el octágono, el mundo iba a estallar. Con sus múltiples habilidades, Conor iba a poner algo completamente diferente sobre la mesa. Aunque Conor todavía no había debutado en la UFC, yo ya estaba convencido de que allí no había nadie, aparte de los cinco mejores, capaz de causarle problemas. Y como aquel tío estaba todavía en la parte baja del cartel (los «preliminares»), con su cuarta pelea en la UFC, no me preocupaba en absoluto. Además, en mi opinión, casi todos los «preliminares» de la UFC estaban un nivel por debajo de gente como Ivan Buchinger y Dave Hill, de modo que aquello no implicaba subir ningún peldaño para Conor, a pesar del interés que despertaba en los fans y los medios. Lo único que yo quería era que le permitieran presentarse en aquel escenario para demostrar al mundo de lo que era capaz. Ahora que la oportunidad había llegado por fin, la sensación era casi de alivio. Sentíamos que habíamos completado la parte más difícil del viaje: llegar a la UFC.

Después de las hazañas de Conor en Cage Warriors, tanto en la jaula

como en entrevistas, a medida que se acercaba el combate la excitación crecía en la comunidad de las MMA. Y llegó al máximo durante una entrevista con el conocido periodista Ariel Helwani en su programa en directo *The MMA Hour*. Conor nunca había aparecido ante tanto público, y menos en Norteamérica, así que iba a ser interesante ver cómo salía todo. Su carisma y su sentido del humor ya le habían hecho popular entre los aficionados irlandeses y de Reino Unido, pero ¿cómo se traduciría aquello al otro lado del Atlántico?

Vi la entrevista y lo que vi fue a Conor haciendo simplemente de Conor: ni trucos ni teatro, lo que ves es lo que hay. Así que no me esperaba la increíble reacción que produjo. Internet explotó. La verdad es que no me esperaba que la gente se quedara tan cautivada. Les pareció graciosísimo y les intrigaba su confianza en sí mismo. Yo ya sabía que tenía capacidad para llegar a lo más alto, pero al ver cuánto atraía su personalidad a la gente, pensé: «Esto no nos va a venir nada mal». A partir de entonces, los medios no se saciaban de él.

Además, Conor se tomó la molestia de señalar que aquello no iba solo con él:

—Cuando llegue a la UFC voy a echar abajo la puerta para que mis compañeros de equipo me sigan. Vamos a tomar el poder.

Puede que Conor fuera el que atraía toda la atención, pero ayudar a sus amigos del gimnasio a hacer realidad sus sueños era tan importante para él como su propio éxito.

El debut de Conor en la UFC iba a tener lugar el sábado 6 de abril de 2013, en la Ericsson Globe Arena de Estocolmo, con capacidad para 16 000 espectadores. Conor y yo partimos de Dublín el martes por la mañana. Su pelea con Marcus Brimage estaba enterrada en el fondo de los combates preliminares de un cartel de trece luchas, pero se anunciaba como «El combate estelar del pueblo». Fui a recoger a Conor a casa de su familia, en Lucan, donde había organizado una pequeña sorpresa para él. Habíamos hecho la mayor parte de su entrenamiento en Islandia —donde Conor y otros luchadores del SBG podían prepararse lejos de las distracciones de la familia

y amigos— y por las noches veíamos episodios de la serie policiaca irlandesa *Love/Hate*. Aquella mañana, antes de salir hacia el aeropuerto, yo había conseguido que Peter Coonan, que interpreta el papel de Franno en la serie, le hiciera una visita a Conor. Evidentemente, Conor no se lo esperaba, y aquello le dio ánimos antes de viajar.

La verdad era que íbamos muy justitos de tiempo si queríamos tomar el vuelo —Conor se había retrasado, como siempre—, de modo que nos metimos a toda prisa en el Peugeot de Dee y al final ella consiguió que arrancara. Mientras nos alejábamos de la casa, Conor le pidió a Dee que parara en la oficina de correos de Lucan.

—Tengo que ir allí a cobrar el paro —dijo.

Conor estaba cobrando 188 euros por semana del seguro de desempleo.

—Conor, yo te presto el dinero —dije—. No tenemos tiempo.

Pero Conor insistió en parar. Durante las semanas anteriores a la pelea, había estado en todas las televisiones, radios, páginas web y periódicos de Irlanda, donde se hablaba del muy promocionado joven que intentaba convertirse en el primer irlandés que triunfaba en la UFC. Y allí estaba el tío, haciendo cola en la oficina de correos de su barrio, camino de su debut en la UFC pero esperando para cobrar 188 euros sin los que no podía pasar. Mientras yo estaba en el coche presa del pánico, convencido de que íbamos a perder el vuelo, la gente que había en la cola le pedía fotos y autógrafos a Conor. Afortunadamente, llegamos al aeropuerto con el tiempo justo.

Cuando llegamos a Estocolmo, me sorprendió encontrarme con una cara conocida. Allá por 2003, poco después de que Matt Thornton me acogiera en la familia del Straight Blast Gym, tuve que viajar a Oregón para obtener mi certificado de instructor del SBG. Parte del proceso incluía una pelea en el gimnasio, en la que mi contrincante fue un tipo llamado Chris Connelly. Tuvimos una buena pelea, pero no volví a ver a Chris... hasta que pasé por el vestíbulo del hotel de Estocolmo. Sabía que Chris había entrenado a Marcus Brimage en Alabama, pero desde entonces Brimage había pasado al American Top Team de Florida, y no se me había ocurrido que Chris pudiera estar en su rincón en el combate. Me alegré de volver a verlo después de tanto tiempo. Dado que una vez más íbamos a estar en bandos contrarios, tuvimos una breve conversación y acordamos dejar a un lado la amistad hasta

después del combate, cuando podríamos ponernos al día adecuadamente con unas cervezas. Así lo dejamos, pero todavía hubo algunos momentos incómodos en el hotel a lo largo de la semana. Así son las MMA. Aunque ha crecido considerablemente en los últimos años, sigue siendo una comunidad pequeña. Ya me he acostumbrado a asegurarme de que las rivalidades de la competición no interfieran con las amistades.

Cuando me desperté el miércoles por la mañana, Conor me dijo que le dolía mucho una muela del juicio. El dolor le había tenido despierto toda la noche. Aquello, combinado con haber tenido que reducir peso hasta 67 kilos, significaba que no se sentía precisamente en la cima del mundo. Aun así, se las arregló para poner buena cara en sus diferentes compromisos con los medios. A última hora de la tarde, el dolor de la muela le tenía muy fastidiado, y a mí me preocupaba que la cosa empeorara si la dejábamos correr. Una lesión es algo que un luchador suele poder aguantar, pero un dolor de muelas es el tipo de dolor que te puede volver loco. Fuimos a ver a un dentista.

El dentista que encontramos nos aseguró que no había motivos para preocuparse. Había un poco de infección en la muela, y él la iba a eliminar. Conor estaría bien de nuevo en siete días.

¿Siete días? Faltando solo 72 horas para la pelea, aquello no nos iba a servir. Le explicamos la situación al dentista, que propuso limpiar la muela con el fin de reducir la infección. No sería una solución definitiva, pero aliviaría a Conor lo suficiente para aguantar unos pocos días.

Conor suele entrar en modo animal en los pesajes. Tal como lo explica él, en esta fase está dispuesto a pegarse con cualquiera por una comida. Añadamos el factor de que ya está irritado por la pérdida de peso, y el duelo de miradas suele ser tenso. Con mucha frecuencia, alguien tiene que interponerse para evitar que las cosas se pongan feas. El ejecutivo de la UFC Garry Cook, que supervisó sus primeros pesajes desde que entró en la organización, se vio forzado al límite en este. Conor se irguió sobre Brimage y los dos chocaron las cabezas antes de que los separaran. Al público le encantó. Más tarde, en los vestuarios, Brimage y Chris Connelly nos sonreían y comentaban que el incidente iba a servir para «promocionar más la pelea». Pero Conor no estaba jugando.

—No te acerques a mí, joder —dijo—. Te voy a destrozar.

Para la noche de la pelea llegaron refuerzos del SBG: Owen Roddy y Artem Lobov volaron desde Dublín para unirse a mí en el rincón de Conor. Exceptuando a algunos familiares y amigos de Conor, yo no esperaba que hubiera muchos fans irlandeses en el público. Pero cuando salimos Conor fue recibido con un rugido brutal. Miré al público y había verde por todas partes. Ver que tanta gente había invertido tanto esfuerzo y dinero para estar allí en el debut de Conor en la UFC era sencillamente sobrecogedor.

Aunque en Irlanda había aumentado mucho el interés de los medios generalistas por Conor, no habíamos atraído a ningún patrocinador para la pelea. La mayoría de los luchadores de la UFC salen a combatir con gorras, camisetas y calzones publicitarios, además de pancartas con todas las marcas que respaldan. Conor hizo aquel primer paseo con sus propios calzones y la tricolor irlandesa. Pero tener problemas para conseguir patrocinadores muy pronto iba a ser cosa del pasado.

Marcus Brimage estaba listo para la batalla y salió sin miedo. Pero, como estaban a punto de descubrir los pesos pluma de la UFC, intercambiar golpes con Conor McGregor es una estrategia que nunca termina bien. Poco más de un minuto después de empezar el combate, Conor estaba celebrando su primera victoria en la UFC y Brimage estaba en la lona, preguntándose qué había ocurrido.

En su entrevista en el mismo octágono con el comentarista de la UFC Kenny Florian, Conor tenía al público comiendo en su mano. Dado el modo en que se había desembarazado de Brimage, yo tenía bastante confianza en que Conor recibiera el premio al «KO de la noche», que consistía en 60 000 dólares: un suplemento significativo si se tiene en cuenta que su paga por la pelea era de 16 000 dólares. Cuando la entrevista estaba terminando, le susurré a Conor: «Pregunta por el dinero». Dana White, el presidente de la UFC, estaba allí, y yo pensaba que se dejaría persuadir por un irlandés descarado, joven y recién llegado que reclamaba el premio. Conor agarró el micrófono y gritó:

—¡Dana! ¡Sesenta de los grandes, *baby*!

Conor había hecho una bonita exhibición de pegada y juego de piernas evasivo. La gente nunca había visto pegar así. Casi todos los tíos de la UFC

vienen de algún tipo de lucha y después añaden los golpes, y todo es muy básico y rudimentario. Pero Conor, con su gran variedad de golpes secos, sus movimientos en diagonal y su manera de moverse, estaba a años luz por delante. Yo sabía que solo necesitaba una oportunidad de demostrarlo, y él la había agarrado con las dos manos.

Cuando volvimos al vestuario después de la pelea, miré mi teléfono móvil y quedé estupefacto ante la reacción al resultado. Unas pocas personas estaban hablando ya de Conor como posible adversario del campeón de los pesos pluma de la UFC, José Aldo. La mayoría de los aficionados se reía de esta idea. Era demasiado pronto para mencionar siquiera a Conor en la misma frase que a Aldo, decían. Pero en el equipo del SBG no se reía nadie. Conor iba camino de la cumbre, y si Aldo era el tipo que ocupaba la posición más alta, a por él íbamos.

A Conor lo llevaron directamente a un cuarto privado del estadio para presentarle a Dana White, que se hizo una foto con él. Dana no podía contener su entusiasmo por tener una nueva estrella en la UFC. Reconocía que Conor era algo especial. Los fans irlandeses llevaban mucho tiempo atormentando a Dana en las redes sociales para que llevara a Conor a la UFC. Ahora comprendía por qué.

—¡Bienvenido a la UFC! —dijo Dana riendo—. Ha habido mucho bombo. Y parece que iba en serio. La gente está como loca en Twitter, tío. Se están volviendo locos de remate. Irlanda está majareta. ¡Estamos a tope!

En la conferencia de prensa posterior, Dana no tenía elogios suficientes para Conor:

—Estoy impresionado. Para empezar, es su primera pelea en la UFC. Y esta noche ha entrado en el octágono como si hubiese peleado cien veces en la UFC. Desde que sonó la campana, estaba completamente relajado... e incluso después de lograr el KO, parecía que había estado aquí y lo había hecho cien veces. Este muchacho tiene nervios de acero. Es un fiero. Estoy impresionado.

La verdad era que la victoria de Conor parecía la conclusión de un viaje en una montaña rusa emocional. Cinco años atrás, me había sentado en su cama en casa de sus padres y él lloraba porque su vida no parecía tener rumbo. Y aquí estaba ahora, la comidilla de la UFC, con el mismísimo

presidente de la organización a sus pies. Era difícil asimilarlo todo, así que me escapé en busca de un cuartito tranquilo donde pudiera tener unos minutos para mí. Me tumbé en el suelo y dejé que la oleada de emoción me recorriera. Necesitaba un poco de tiempo para dejar que todo se estabilizara. Tomarme ese ratito de soledad se ha convertido en un ritual que sigo después de cada gran combate.

—Para ser sincero, no sé qué está pasando aquí —dijo Conor más tarde—. Acabo de oír lo de los sesenta mil dólares y ya estoy pensando en qué los voy a gastar. Desde luego, me voy a comprar un buen coche, y puede que unos cuantos trajes a medida.

Camino de la pelea en Suecia, Conor había cobrado el paro. En el viaje de vuelta, llevaba un cheque por 76 000 dólares en el bolsillo. Yo me eché hacia atrás en mi asiento, cerré los ojos y sonreí. Ahora que Conor se había dado a conocer al público, ya nada iba a ser como antes.

10

Supongo que es bastante paradójico que, aunque lo primero que me atrajo de las artes marciales fue la serenidad de las clases de karate, gran parte de mi actividad actual se centra en el *show* business de la Ultimate Fighting Championship. Grandes estadios, multitudes vociferantes, música ruidosa, luces intensas... Una velada de la UFC es todo lo contrario de aquel tranquilo y sosegado ambiente del dojo que experimenté por primera vez a los cuatro años. A pesar de ello, nunca me ha resultado difícil concentrarme en mi tarea. Sí, cuando salgo a la palestra detrás de Conor McGregor y los fans se vuelven locos, nos envuelve una tremenda cacofonía de ruidos. Al principio es como si te dieran un puñetazo en la barriga. Pero cuando estoy junto a la jaula y es hora de trabajar, puedo decir sin mentir que nunca soy consciente de la presencia de una multitud, ya sean miles de personas en un gran estadio norteamericano o un par de centenares en un local de la Asociación Atlética Gaélica de Dublín. Lo único que veo y oigo es lo que está ocurriendo en la jaula. A pesar del ruido que hacen los aficionados, siempre he sido capaz de proyectar la voz sin tener que gritar. Mis luchadores me han dicho muchas veces que, por mucho público que haya, ellos siempre me oyen por encima de todo el ruido. Parece algo casi íntimo. Solo estamos yo, mi luchador y el problema que tenemos delante. Es como si simplemente estuviéramos charlando sobre cómo resolverlo.

Lo que es indudable es que dirigir a luchadores en veladas pequeñas durante tantos años me permitió cogerle el tranquillo a la rutina para cuando estuviéramos listos para la UFC. Cuando se cierra la puerta de la jaula, la situación es siempre la misma: mi luchador contra otro luchador. Todo lo demás —el local, el público, el ambiente, las consecuencias del resultado—

es irrelevante. En el SBG Irlanda hablamos con frecuencia de esto. ¿Qué importa que la jaula esté en el gimnasio un día cualquiera o en un estadio de Boston o Las Vegas un sábado por la noche? Eso puede tener un efecto emocional o psicológico, pero solo si tú lo permites. Si te lo propones, es como si la pelea tuviera lugar en el mismo ambiente en el que has estado entrenando las seis u ocho semanas previas. Entiendo muy bien que mucha gente lea esto y piense que no es tan sencillo, y probablemente no lo es para el 99 por ciento de la gente. Pero los luchadores que más triunfan son los que aprenden a afrontar una pelea de la misma manera que la sesión de entrenamiento del martes por la tarde.

Mi primera experiencia real de una multitud verdaderamente enloquecida tuvo lugar en la segunda pelea de Conor McGregor en la UFC. Entre su último combate en Cage Warriors y su debut en la UFC, la masa de seguidores de Conor en Irlanda había aumentado espectacularmente. Pero aquello no fue nada en comparación con cómo se dispararon las cosas después de la victoria sobre Marcus Brimage. Se dijo que había sido una sensación instantánea, lo que no es correcto, porque el reconocimiento fue el resultado de años y años de trabajo duro. Pero a partir de entonces le resultaba difícil andar por la calle en Dublin sin que lo rodearan pidiéndole fotos y autógrafos. Todos los programas de televisión, emisoras de radio, periódicos y sitios web querían entrevistas. Conor aparecía habitualmente en las páginas traseras de los periódicos, e incluso en el *Late Late Show*. Esto no tenía precedentes para un luchador de MMA en Irlanda. Conor estaba abriendo caminos para el deporte en su país. Después de haber estado siempre en la periferia, las MMA empezaban a unirse al fútbol, el *rugby* y los deportes gaélicos en la primera fila del paisaje deportivo irlandés.

Ya iba siendo hora de delegar los compromisos comerciales y mediáticos de Conor en otra persona, porque aquel aspecto de su carrera necesitaba ya mucho más tiempo, experiencia y habilidad empresarial que lo que teníamos entre Halli Nelson y yo. Yo empezaba a necesitar un par de horas cada mañana solo para revisar mi correo y espigar entre las peticiones de entrevistas para encontrar mensajes importantes relacionados con la marcha cotidiana del gimnasio. Tiempo después, Conor puso la responsabilidad gestora en manos de Audie Attar y el equipo de Paradigm. Se hicieron cargo

de todo lo que hacía fuera del gimnasio, lo que permitió a Conor maximizar su rentabilidad mientras él y yo nos concentrábamos en el trabajo oficial: ganar combates.

Tras su victoria sobre Brimage, la UFC estaba ansiosa por llevar a Conor al otro lado del Atlántico, y ¿dónde podría hacerse el lanzamiento mejor que en la capital irlandesa de Estados Unidos? Su siguiente enfrentamiento tendría lugar en Boston, contra Andy Ogle, el 17 de agosto de 2013. Dada la impresionante actuación de Conor en su debut, hubo muchas peticiones de que se le diera un contrincante de más categoría. Pero Ogle también era nuevo en la UFC y tenía un historial de 1-1 en el octágono. Siendo realistas, era un peso pluma del nivel más bajo. Es posible que aquello le fuera bien a la UFC en aquel momento. Todavía era pronto para Conor, y lo más probable es que no quisieran acelerar innecesariamente su progreso. Además, la posibilidad de que aplastara a un inglés iba a gustar al numeroso público irlandés que inevitablemente asistiría a la velada de Boston.

Seis semanas antes de la pelea, Ogle se retiró y Max Holloway ocupó su puesto. El cambio no significaba nada para nosotros. Holloway tampoco era una gran figura; tal como nosotros lo veíamos, no era más que otro tipo que había que tumbar en el camino hacia el título. Pero, en retrospectiva, el cambio vino bien. Después de enfrentarse a Conor, Holloway ganó ocho peleas seguidas, y en mi opinión se convirtió en el segundo mejor peso pluma de la UFC, así que para Conor fue un combate más importante de lo que parecía en aquel momento.

Por su parte, Conor ya opinaba que era una pérdida de tiempo enfrentarse a nadie que no fuera el campeón. Ya se consideraba a ese nivel, de modo que todas estas peleas intermedias eran una mera formalidad.

Fuera cual fuera el contrincante, el combate iba a ser un gran evento, porque era la primera vez que Conor competía en Estados Unidos. Como suele ocurrir en el negocio del espectáculo —del que la UFC sin duda forma parte—, entrar en el mercado norteamericano es una fase imprescindible del viaje hacia el éxito.

Conor necesitaba un visado de trabajo para competir en Estados Unidos, pero el proceso de solicitud empezó tarde —cuando faltaban unas cuatro semanas para la pelea— y obtener un visado laboral para Estados Unidos

puede resultar bastante difícil en el mejor de los casos. Por razones que yo no entendía, la UFC nos indicó que el modo más rápido de resolverlo era volar a Canadá, pasar un par de días en Ottawa haciendo papeleo, y después volar desde allí a Las Vegas para hacer más papeleo. Al parecer, entrar en Estados Unidos por Canadá aceleraría el proceso. Faltando menos de un mes para la pelea, interrumpir la preparación para volar a Norteamérica —y después volver a Irlanda y dos semanas después cruzar otra vez el Atlántico hasta Boston— no nos parecía la mejor opción, pero había que hacerlo.

Poco después de aterrizar en Ottawa, la muela de Conor entró en acción de nuevo. Al parecer, la presión en la cabina de los aviones agravaba el problema. Tenía muchas molestias. Como habíamos hecho en Estocolmo, Conor y yo recorrimos Ottawa en busca de un dentista. Nunca olvidaré al tipo al que acabamos acudiendo. Me recordaba al doctor Nick de *Los Simpsons*, y llevaba una consulta muy cutre que se llamaba «No Más Dolor» y nosotros rebautizamos como «Más Dolor», porque no pudo hacer gran cosa por la muela de Conor. De hecho, estaba más interesado en hacerse fotos con Conor y llamar a sus amigos para hacerles saber que tenía una estrella de la UFC en su consulta. Aquello nos pilló por sorpresa, porque habíamos tenido la impresión de que la reciente fama de Conor estaba básicamente limitada a Irlanda. Y, sin embargo, estábamos en Canadá y un dentista se estaba comportando como si acabara de entrar Al Pacino: «¡Dios mío! ¡Es Conor McGregor en persona!».

En cuanto a la muela, me aseguré de que se la extrajeran después de la pelea con Holloway. Ya nos habíamos hartado de patearnos las calles de ciudades desconocidas en busca de dentistas.

Desde Ottawa volamos a Las Vegas para hacer más papeleo. Para Conor fue el primero de muchos viajes a Las Vegas, y le dio ocasión de pasar tiempo estrechando relaciones con jefazos de la UFC como Dana White y Lorenzo Fertitta. Conor y yo nos alojamos en el Palace Station Casino. Es un hotel muy básico, nada que ver con las *suites* del Red Rock a las que Conor se iba a acostumbrar con el tiempo. Después volvimos a Dublín para completar la preparación, y dos semanas después volamos a Boston.

Fue estupendo llegar a Boston. Además de ser un hogar lejos del hogar para los irlandeses, nos permitió reencontrarnos con Tom Egan. Tom se había

instalado allí pocos años antes, y no habíamos estado en contacto en mucho tiempo. Desde su derrota en la UFC 93, había seguido peleando a buen nivel, aunque no había podido encadenar una racha de victorias que volviera a atraer la atención de la UFC. Además, estaba empezando a convertirse en un entrenador prometedor. Fue fantástico volver a verle. E incluso nos ayudó a encontrar un sitio donde entrenar los últimos días antes de la pelea. Entrenamos en el gimnasio de boxeo de Peter Welch, que era también donde Conor iba a recibir a los medios. Aquello fue interesantísimo, porque era la primera vez que los medios norteamericanos tenían acceso directo a Conor. Él estuvo sensacional y ellos lamieron el plato. El combate estelar en Boston era Chael Sonnen contra Maurício Rua, pero la mayor parte de la cobertura mediática se reservaba para Conor. Su pelea contra Max Holloway estaba todavía en la parte baja del cartel, pero no cabía duda de cuál era el enfrentamiento que más estaban deseando ver los aficionados.

El miércoles anterior a la velada, Conor y yo íbamos andando por una calle de Boston cuando noté un cambio en su actitud. Dejó de hablar a mitad de una frase y alzó los hombros como un perro que anticipa una pelea. Entonces me di cuenta de que un grupo de cuatro hombres venía hacia nosotros. No reconocí a ninguno de ellos, pero todos estaban mirando fijamente a Conor. Empecé a ponerme nervioso, pensando para mis adentros: «Vale, ¿qué demonios va a pasar aquí?»:

Cuando llegamos hasta ellos, nos dejaron un amplio espacio y pasaron de largo. Los dos grupos seguimos nuestro camino.

—¡Tío mierda! —dijo Conor, volviendo la mirada hacia ellos.

—¿De qué demonios iba todo esto? —pregunté.

—Es ese cabrón. Dice muchas gilipolleces.

El nombre que Conor mencionó no me sonaba de nada, pero me explicó que se trataba de un peso pluma de la UFC que también estaba en el cartel de Boston y que, al parecer, había hablado mal de Conor en una entrevista o en las redes sociales.

—Me faltó al respeto —añadió Conor—. Eso no me gusta. No me gusta nada.

Aunque solo había peleado una vez en su carrera en la UFC, muchos luchadores ya estaban metiéndose con Conor en los medios. Puede que

estuvieran envidiosos de la publicidad que estaba recibiendo. De pronto parecía que se estaba ignorando a tíos que llevaban años en la UFC mientras que Conor, aquel gallito recién llegado, era el centro de todas las atenciones. Algunos expresaron su frustración hablando mal de Conor. Cuando lo hacían, Conor se lo apuntaba. Siempre. Si eres un luchador de la UFC que alguna vez dijo algo negativo de Conor, ten por seguro que ha tomado nota.

Esto no se aplica solo a los luchadores. Recuerdo que una vez Conor grabó una especie de vídeo-mensaje en plan «Buena suerte en el día de tu boda» para un amigo de un amigo de un amigo de Owen Roddy. Aquel mismo día, yo estaba charlando con Owen en mi despacho cuando Conor irrumpió en la sala.

—¡No mandes ese vídeo! —le gritó a Owen—. Acabo de darme cuenta de que sé quién es ese tío. Es un mierda.

Al parecer, el tipo que se iba a casar se había metido con Cathal Pendred en Twitter un par de años antes.

Siempre me ha gustado eso de Conor. Se lleva la parte del león de los elogios, la atención y el reconocimiento, pero si alguien habla mal de alguien del SBG, Conor se lo tiene en cuenta. Se preocupa por sus compañeros de equipo con una memoria de elefante. Si le menciono con quién va a pelear Paddy Holohan la próxima vez, Conor dice algo por el estilo de «He visto sus últimas peleas, de lo que tenemos que tener cuidado es...».

En el gimnasio, muchas veces se lleva aparte a sus compañeros y les da consejos. Conor es un gran tipo para tener a tu lado, un tipo estupendo de verdad.

En el TD Garden de Boston, antes de la segunda pelea de Conor en la UFC, me di cuenta de que algunos de los otros luchadores del vestuario estaban tomándole la medida a Conor. Diego Brandão era uno de ellos. Iba a tener que esperar su oportunidad.

Esa fue la primera ocasión en que un enorme convoy de fans de Conor viajó a Estados Unidos. Cuando pienso en lo lejos que está dispuesta a llegar la gente para mostrar su apoyo, me siento abrumado. Los aficionados irlandeses son increíbles. Con cada pelea, su presencia crece más. Y, desde

luego, saben divertirse. A veces se los critica por pasarse de la raya con la juerga, pero muy pocas veces he encontrado tíos tan borrachos que molestaran. El ambiente es impresionantemente positivo y su apoyo es emocionante. Hay gente que se está gastando los ahorros de su vida para estar ahí. Eso me estimula y estimula a mis luchadores.

Cuando llegó el momento de que Conor saliera al octágono, no teníamos ni idea de lo que había planeado la UFC. Normalmente te llevan hasta la cortina que separa la zona de vestuarios de la del público. Y cuando te dan la señal, tú sales por detrás. Pero esta vez, después de salir del vestuario, nos pararon en la zona de seguridad del pasillo. La ropa de Conor estaba patrocinada por Dethrone Royalty, pero Conor llevaba la bandera tricolor sobre los hombros. Conor esperó a que le dijeran que saliera, con Tom Egan y yo detrás de él. Parecía que había mucho personal de la UFC por allí, y de pronto aparecieron ante nosotros un montón de cámaras. No se me había ocurrido hasta entonces, pero la UFC le estaba dando a Conor el tratamiento de salida prolongada y luces apagadas que se suele reservar para los luchadores del combate estelar de la noche. Otro acontecimiento sin precedentes.

Cuando Conor apareció, el ruido del público era ensordecedor. Parecía que todas las personas del estadio estaban ondeando una bandera irlandesa. Intenté mantener la calma, como si aquello no tuviera nada de particular, pero el estómago me daba botes.

Conor solo había peleado una vez en la UFC. Incluso para las más importantes estrellas y leyendas del deporte es raro tener una recepción como aquella. Pronto íbamos a descubrir lo que es participar en una pelea estelar de la UFC, pero aquello era un anticipo perfecto.

No tengo ni idea de lo que pasaba por la cabeza de Max Holloway al ver la entrada de Conor y darse cuenta de que, a pesar de ser un luchador norteamericano en Norteamérica, estaba a todos los efectos en territorio enemigo. Tuvo que ser un momento intimidante para aquel hawaiano de veintiún años, entonces el segundo luchador más joven de la UFC. Creo que desde los primeros instantes de la pelea parecía un tipo que intenta llegar al final como sea. No parecía que estuviera intentando ganar. Y digo esto como gran admirador de Max Holloway. Por lo general, Max es muy agresivo y se

lanza hacia delante con una lluvia de golpes. Contra Conor se limitó a estar a la defensiva desde el principio. Estaba sumamente evasivo, se defendía con inteligencia y era difícil pegarle, pero ni una vez amenazó con ganar la pelea. Si observas aquel combate y lo comparas con otros de Holloway, la diferencia de actitud es muy evidente. Cuando mejor está Conor es cuando consigue animar a sus contrincantes a que vayan a por él, porque es muy bueno en el contraataque. No sabría decir si Holloway fue listo o tenía miedo, pero parecía que su única prioridad era sobrevivir. Es difícil acabar con un tío así.

Conor estaba completamente cómodo, dominando a Holloway en los golpes durante el primer asalto y medio, antes de derribarlo y continuar su dominación en el suelo. Al final del segundo asalto, cuando Conor se puso en pie para volver al rincón, me pareció notar que se le doblaba la rodilla izquierda. Era como si se hubiera tambaleado al ponerse en pie. Pero no dijo nada durante el descanso y yo no le pregunté. Me limité a animarle a que siguiera como hasta entonces.

—Estás muy guapo —le dije.

Ojalá no lo hubiera dicho, porque el micrófono de la TV lo captó y desde entonces la gente me ha estado gritando esa frase en todas partes. Me gustaría pensar que me están piropeando, pero por desgracia solo se están burlando de mí.

Al principio del tercer y último asalto, Conor optó otra vez por exhibir su habilidad para el derribo y la lucha cuerpo a cuerpo, y siguió controlando hasta el final. Pero no parecía él. Parecía tener problemas de movilidad, y tuve que suponer que la culpa la tenía una lesión. Cuando terminó la pelea, con Conor en una cómoda posición dominante y Holloway en guardia, se volvió hacia mí y sonrió.

—¿Qué? —pregunté.

—Tengo la rodilla mal.

Me puse en pie para entrar en el octágono. Cuando entré, Joe Rogan entraba también para hacer su entrevista poscombate. Durante la entrevista, Conor le dijo a Joe que había notado un chasquido en la rodilla cuando intentaba pasar la guardia de Holloway. Al terminar, Rogan se dirigió a mí y me dijo:

—Me parece que es el LCA.

La del ligamento cruzado anterior es una de las lesiones más graves que puede sufrir un luchador, pero yo me negué a aceptarlo y le quité importancia:

—No, seguro que no es nada de lo que haya que preocuparse.

Pero en el fondo tenía la fuerte sensación de que aquello no iba a ser nada bueno, y después en el vestuario empecé a estar muy preocupado. Por lo general, una lesión en el LCA mantiene a los luchadores inactivos durante al menos un año. Un paréntesis tan largo sería un duro golpe para la carrera de Conor. Le pregunté a Stitch Duran, que aquella noche trabajaba de *cut man* de la UFC, si podía atarle un paquete de hielo a la rodilla de Conor.

—¿Sabes qué? Si algún otro me hubiera pedido algo así, le habría mandado al cuerno, pero hago lo que sea por mis chicos irlandeses favoritos —dijo.

Después vino el médico e hizo algunas pruebas preliminares, pero le resultó imposible decir con exactitud cuál era el problema. Para conocer la gravedad de la lesión, Conor iba a necesitar una resonancia magnética.

Yo tenía que volar a casa al día siguiente, así que mientras me dirigía a Dublín, Conor iba a la Costa Oeste para ver a un especialista de Los Ángeles. Estaba tranquilo.

—Creo que es solo una lesión leve —dijo—. Tres o cuatro semanas y estaré listo para pelear en Manchester a finales de octubre.

Yo no compartía su optimismo. Cuando llegué a casa, me había resignado a que probablemente iba a pasar mucho tiempo antes de volver a hacer el paseíllo hasta el octágono con Conor.

11

Para los libros de historia, agosto de 2013 fue el mes en que Conor McGregor obtuvo su segunda victoria en la UFC, pero también fue el mes en el que yo encontré el gimnasio de mis sueños. El local de Long Mile Road nos había servido bien, pero parecía que había llegado la hora de mejorar. El éxito de Conor empezaba a tener un efecto positivo en las afiliaciones, y yo confiaba en que el número siguiera aumentando. La oportunidad de entrenar en el mismo gimnasio que Conor McGregor resultaba muy atractiva.

Una señal de que las cosas iban por buen camino fue que se me ocurriera cambiar de gimnasio por iniciativa propia, en lugar de verme obligado a hacerlo, como me había ocurrido en anteriores ocasiones. Aunque no estaba intentando mudarme con mucha urgencia, estaba ojo avizor por si surgía algo interesante. Y así encontré un local disponible en Naas Road, a cinco minutos en coche de donde estábamos y a la vuelta de la esquina de mi apartamento. Era espacioso —más de novecientos metros cuadrados— y luminoso: el lugar perfecto para un gimnasio. Por supuesto, cuando lo vi por primera vez estaba completamente vacío, pero ya lo tenía todo planeado en la cabeza. Tenía todo lo que siempre había deseado de un gimnasio.

El problema era que en realidad no podía permitírmelo. Si trasladaba el SBG a Naas Road, mis gastos mensuales se multiplicarían por siete... y todavía estaba pagando al banco aquel crédito de 40 000 euros. Una tarde, después de ver el edificio, volví a casa y me resigné al hecho de que estaba fuera de mi alcance. Pero no podía quitármelo de la cabeza. Lo deseaba tanto que volví aquella misma noche, me acerqué al edificio y me quedé fuera un buen rato, simplemente mirándolo. Hice lo mismo a la siguiente noche. Y a la siguiente. Sí, estaba acechando un edificio. Un par de semanas después, mi

padre fue conmigo a echarle un vistazo.

—Es un sitio muy bueno, John —dijo—. Pero no te lo puedes permitir y nunca lo llenarías. Es enorme. Olvídalo y sigue atento por si encuentras otro sitio. Sería una locura arriesgarse.

Pero yo me negué a olvidarlo. Estaba obsesionado con trasladar el gimnasio a aquella nave. Parecerá una tontería, pero tenía una visión de cómo sería el gimnasio y no podía quitármela de encima. Era exactamente como siempre había imaginado mi gimnasio ideal. Aunque el interés por el SBG iba en aumento, aún tenía poco más de cien miembros. Pero aquello no bastaba para disuadirme. La lógica parecía indicar otra cosa, pero estaba seguro de que el traslado sería un éxito. Estaba convencido de que habría un «efecto pecera» y llenaríamos cualquier espacio en el que nos metiéramos. En cuanto regresé de Boston tras la victoria de Conor sobre Max Holloway, empecé el papeleo para la siguiente mudanza del SBG Irlanda.

En la mañana del viernes siguiente a la victoria de Conor sobre Holloway, recibí una llamada de Audie Attar, el manager de Conor. Parecía presa del pánico.

—John, Conor ha desaparecido —dijo Audie—. Se ha llevado mi coche y no contesta a mis llamadas. Lleva varias horas desaparecido.

—Un momento, Audie —respondí—, ¿qué problema hay? ¿Por qué ha desaparecido así?

—Se ha enterado de que tiene roto el LCA. Va a estar inactivo mucho tiempo.

Conor había ido a Los Ángeles el miércoles para hacerse una resonancia magnética. El jueves por la noche recibió el resultado de la prueba... por Twitter. Dana White había concedido a Fox Sports una entrevista, en la que reveló al mundo —incluido Conor— la noticia de que se había roto el ligamento cruzado anterior. A nadie de la UFC se le había ocurrido informar a Conor, a mí o a su manager de una cosa tan importante. Conor se enteró de que tal vez no pudiese volver a pelear en todo un año a través de una red social, como cualquier otra persona. Era una lesión que podía poner en peligro su carrera y que precisaría cirugía reconstructiva. Me puso furioso

que Conor se hubiera enterado de la mala noticia por internet. Él tampoco estaba contento, y por eso había perdido los papeles y se había marchado en el coche de Audie.

Aunque la rotura del LCA es una lesión relativamente habitual, la recuperación puede ser muy difícil. Es un camino muy largo. Después de años de trabajo duro, la carrera de Conor estaba empezando a despegar por fin. Y ahora se encontraba con un parón inesperado. Era comprensible que sus primeros pensamientos fueran abrumadoramente negativos.

Llamé a Conor y él respondió. Al principio estaba furioso, así que le dejé que se desahogara. Después procuré calmarlo antes de abordar la realidad de la situación. Estaba lesionado. Tenía que operarse. Después le esperaban seis meses de rehabilitación. Eso no se podía evitar. No había alternativas. Tenía que enfrentarse a ello. Conor tenía dos opciones: podía compadecerse de sí mismo, tirar la toalla y olvidarse de sus objetivos, o podía afrontar el desafío que la lesión representaba y prometerse volver más fuerte cuando todo terminara.

—Conor, los campeones vencen todas las adversidades. Eso es lo que los diferencia de los aspirantes —dije—. Ha habido adversidades en el pasado, hay adversidades ahora mismo y habrá más adversidades en el futuro. Pero las has superado antes y las vas a superar ahora. ¿Por qué? Porque vas en camino de convertirte en campeón de la UFC y este no es más que un obstáculo menor en el camino. Dentro de un año nos estaremos riendo de todo esto.

En una situación así, apelar al espíritu competitivo de Conor es la mejor manera de llegar a él. Y eso fue lo que decidí hacer. Lo convertimos en una competición. Puede que no estuviera en condiciones de luchar durante un tiempo, pero aquello no significaba que no pudiera competir en otros aspectos.

—Vas a asombrar a la gente con lo rápido que te vas a recuperar de esto. Y si antes creían que eras bueno, se van a quedar estupefactos con lo que les vas a demostrar cuando vuelvas. Te recuperarás de esta lesión más deprisa que St-Pierre.

Este era el tipo de cosas que le tocaban la fibra sensible a Conor. La oportunidad de compararse con una leyenda de las MMA cautivó su atención.

Georges St-Pierre, excampeón de los pesos welter de la UFC, había sufrido la misma lesión en 2011, y había recibido grandes elogios al regresar solo 322 días después de la operación para derrotar a Carlos Condit. Conor se aferró a aquello.

—Sí, joder. Voy a batir récords con esto. La gente aún no ha visto nada.

Aquel fue el principio de su proceso de recuperación. El 7 de septiembre, Conor fue intervenido en Los Ángeles por el prestigioso doctor Neal ElAttrache, que ya había trabajado con varias grandes estrellas del deporte estadounidense, como Tom Brady y Kobe Bryant. La UFC se aseguró de que Conor recibiera el mejor tratamiento. Pasó los cinco meses siguientes en Los Ángeles, sometiéndose a un riguroso programa de rehabilitación bajo la dirección de Heather Milligan, una excelente fisioterapeuta que iba a desempeñar un papel vital en la recuperación de Conor.

Aquel fue el período más largo que pasamos separados, pero hablábamos por teléfono todos los días. Yo sabía que Los Ángeles era el lugar ideal para su rehabilitación. Allí tenía acceso cotidiano al mejor tratamiento médico, y una abundancia de sol que por desgracia Dublín no puede proporcionar le ayudaba a mantener una mentalidad positiva. Incluso hizo amistad con varias celebridades. Arnold Schwarzenegger —que era el novio de Heather Milligan— fue a visitarlo durante una sesión de rehabilitación.

Hubo altibajos por el camino, como es de esperar cuando un deportista profesional se ve apartado de la actividad por una lesión durante un período tan largo. Hubo algunas ocasiones en las que Conor me llamó para decirme que estaba acabado, que ya no quería seguir. Pero yo sabía que solo necesitaba que lo animaran, y aquellos pensamientos pronto quedaron olvidados. Como entrenador suyo, era lo único que podía hacer en aquella situación: contribuir a mi manera en mantener a Conor en el estado mental correcto. Él echaba de menos la rutina cotidiana del gimnasio y los entrenamientos con sus amigos. Mientras Conor se limitaba a ejercicios de pantorrilla y en una bicicleta estática, sus compañeros de equipo estaban entrenando y preparándose para pelear. A menudo le enviaba vídeos de los chicos entrenando en el gimnasio para asegurarme de que no empezara a sentirse distanciado del equipo. Aunque había días malos, los informes de Conor eran casi siempre positivos: «Otra buena jornada de trabajo —solía

decir—. Hago progresos todos los días. Soy una máquina».

Nunca tuve ninguna duda sobre la capacidad de Conor para superar el proceso de rehabilitación desde el punto de vista físico, pero la clave del éxito era el aspecto psicológico. Conor mantenía la mente activa. No se quedaba sentado compadeciéndose de sí mismo, comiendo helado y viendo la tele. Aprovechó la oportunidad para aprender. Aunque no podía entrenar, yo le enviaba preguntas en mensajes de texto: cómo respondería si se veía atrapado en ciertas posiciones durante un combate. Aquello mantenía su mente centrada y activa.

Desafiaría a cualquier profesional médico a competir con Conor en un cuestionario sobre la anatomía de la rodilla. Durante su rehabilitación, la estudió a fondo. Conor llegó a obsesionarse con conocer todos los detalles del funcionamiento de la rodilla con el fin de entender claramente su rehabilitación. No hay nada que no sepa del asunto. También estudió con detalle las recuperaciones de otros deportistas profesionales con lesiones similares.

Heather Milligan le enseñó mucho sobre el movimiento en el cuerpo humano, y aquello tuvo una considerable influencia en su manera de abordar el entrenamiento para sacar lo mejor de sí mismo en el plano físico. También le animó a aceptar aún más el concepto del entrenamiento ligero. Heather le dijo a Conor que sus músculos estaban demasiado tensos, y él se empeñó en asegurarse de estar siempre relajado y flexible. Aprendió la importancia del masaje, y llegó a entender que levantar grandes pesos no es tan necesario para ganar fuerza. Lo que había que hacer era concentrarse en el entrenamiento «suave».

Conor estuvo mucho tiempo compitiendo sin ver compensaciones económicas, de modo que cuando entró en la UFC, una de sus prioridades era maximizar sus potenciales ganancias. Gracias sobre todo al premio al «KO de la noche» que le habían dado tras derrotar a Marcus Brimage, había empezado muy bien en este aspecto. Sin embargo, el parón por la lesión le dio una buena oportunidad de aprender a llevar las cosas a otro nivel. Cuando no estaba en el gimnasio o recibiendo tratamiento, Conor dedicaba mucho tiempo a aprender cómo funciona el negocio de la UFC y cómo debe comportarse un luchador con los medios de comunicación. Se dio cuenta de

la importancia de promocionarse eficazmente, sobre todo teniendo en cuenta que la lesión podría haberle apartado de los focos. La mayoría de los luchadores solo aparecen en los medios cuando tienen una pelea a la vista, pero Conor tenía otras ideas. A pesar de la lesión, estaban empezando a llegar importantes ofertas comerciales de compañías deseosas de colaborar con él. Aquello sirvió para animar a Conor a desarrollar su sentido comercial. No peleó durante casi un año, pero en este tiempo Conor consiguió convertirse en una estrella aún más grande. Durante su período de inactividad, la gente no paraba de preguntarme cómo iba su recuperación. Incluso la ancianita que atendía el mostrador en la tienda de mi barrio me preguntaba: «¿Cómo va su rodilla? ¿Se va a poner bien?».

Conor no pudo entrenarse ni pelear durante mucho tiempo, pero durante su recuperación mejoró en absolutamente todos los aspectos. Mientras día a día se acercaba a la plena forma, su mente se fue volviendo invulnerable. Vista en retrospectiva, la lesión fue una bendición disfrazada, porque le dio a Conor ocasión de dar un paso atrás y evaluar claramente sus posibilidades, de modo que estaba preparado para sacar el máximo partido a las oportunidades cuando estas se presentaron. Su manera de afrontar la lesión fue un perfecto ejemplo de la filosofía de «ganar o aprender» que yo predicaba en el SBG. Para el 99 por ciento de la gente habría sido una experiencia negativa, pero Conor la convirtió en positiva. En lugar de perder durante el tiempo de inactividad, él aprendió.

En diciembre de 2013 me hice por fin con las llaves del local de Naas Road. El proceso de negociación del alquiler se había dilatado meses, y fue un alivio tenerlo todo por fin firmado y sellado. Cuando tuve algunas complicaciones con los abogados, jugué por primera vez la carta de Conor McGregor. Me preguntaban por mis planes para el edificio y yo les decía «¿Conocéis a Conor McGregor? Pues va a entrenar aquí». Después de aquello, todo fue mucho más fácil.

Una vez más, no habría podido trasladar el gimnasio sin la increíble colaboración de sus miembros. Muchos de ellos sacrificaron sus fines de semana para ayudar en la mudanza. Jimmy Donnelly, en particular, invirtió

muchísimas horas en equipar el nuevo local. Su ayuda fue importantísima para mantener controlados los costes, porque yo ya estaba sintiendo la presión financiera.

Programamos la gran inauguración para el sábado 11 de enero de 2014. Cuando terminamos el trabajo, el nuevo gimnasio tenía una zona de recepción, una barra de cafetería, una tienda de artes marciales, un octágono de competición, un *ring* de boxeo, vestuarios, salas de consulta y fisioterapia, despachos y zonas separadas para lucha cuerpo a cuerpo y lucha a golpes. Yo estaba encantado con cómo había quedado todo. Por supuesto, no soy objetivo, pero mi sensación inicial era que sería difícil encontrar unas instalaciones mejores en todo el mundo. Ya solo tenía que pagarlas.

Conor volvió de Estados Unidos para la inauguración, lo que desde luego ayudó a conseguir algo de publicidad. Yo quería que se quedara en Los Ángeles para continuar con su recuperación, pero él insistió en estar presente en una ocasión tan importante para el SBG Irlanda. Era una señal de su calidad humana, porque se encontraba en una fase crítica de su rehabilitación. Yo esperaba que aquel día se presentaran unas cien personas, pero como estaban allí todos mis mejores luchadores, se presentaron unas mil quinientas. Todavía ahora no me puedo creer que atrajéramos a semejante multitud. No hacía tanto tiempo que no conseguíamos atraer tanta gente a los combates, así que no hablemos de la inauguración de un gimnasio. El local estaba completamente abarrotado, con gente de todas las edades. Aquel fue otro indicio de lo rápidamente que estaban creciendo las MMA en Irlanda.

En el primer fin de semana, el número de socios del gimnasio se duplicó. Aquello significaba que ya había cubierto los gastos adicionales debidos a la mudanza. Me sentí muy aliviado, porque no tenía un plan B si las cosas se ponían feas. La reputación del equipo seguía mejorando, pero no había ninguna garantía de que aquello fuera a continuar. ¿Y si el retorno de Conor no salía bien? Yo sabía que la burbuja podía reventar fácilmente. Pero aquel primer fin de semana me quitó de encima una gran parte de la carga económica. Confiaba en que seguiríamos atrayendo nuevos miembros, porque rápidamente se corrió la voz de que eran unas instalaciones de primera clase que prestaban servicio a todos los niveles. Todavía era pronto, pero parecía que la apuesta se iba a ganar. Aquel mismo año recibí una carta

del banco confirmando que mi crédito se había saldado por fin. Fue uno de los momentos más satisfactorios de mi vida. No lo olvidaré nunca. Cuando pienso en ello, sigo sin poder evitar sonreír.

Después de la mudanza a Naas Road, el aumento del número de socios me permitió hacer algunos arreglos en el funcionamiento del gimnasio. Introdujimos un proceso de consulta y programas básicos para principiantes. Esto iba dirigido a los que sentían curiosidad por las artes marciales pero también se sentían un poco intimidados. Era importante que la gente supiera que si ingresaban en el SBG podían aprender desde cero a su propio ritmo. No se les iba a meter en una sesión de lucha con Conor McGregor al primer día.

Solo un pequeño porcentaje de los miembros del SBG entrenan para competir. Mucha gente viene a nosotros porque quieren perder peso o mejorar su salud y su estilo de vida en general. Oír sus historias de éxito es tan satisfactorio para mí como una gran victoria en la UFC de uno de mis luchadores. Ver que a alguien formar parte del SBG le ha cambiado la vida significa mucho para mí. La mayoría de ellos nunca ha puesto el pie en una jaula ni participado en una competición.

Además, este enfoque hacía que el gimnasio fuera un sitio adecuado para los niños. Los llamábamos «los Gorilas en Crecimiento». Dada mi experiencia de niño acosado e incapaz de defenderse, aquello había sido una prioridad para mí durante mucho tiempo. Hablo habitualmente con padres preocupados porque su hijo sea acosado. Owen Roddy es fantástico en este tema. En sus clases tiene «charlas de colchoneta» con los chicos, en las que les explica la mejor manera de manejar estas situaciones, animándolos a hablar con un profesor e informar a sus padres de lo que está pasando. Pero también les enseña cómo responder si son atacados físicamente en el patio del colegio. Los matones son como animales depredadores. Pueden sentir si alguien va a ser una presa fácil o no. Nosotros procuramos asegurarnos de que nuestros chicos mantengan el tipo y transmitan confianza en sí mismos. Si en el colegio se corre el rumor de que estás entrenando en el mismo gimnasio que Conor McGregor, de pronto ya no eres una presa tan fácil. Los

matones se buscan otra víctima. Nadie quiere meterse con un tipo que va por la calle con una bolsa de gimnasio al hombro.

Cuando el gimnasio empezó a prosperar, una de mis preocupaciones era que cada vez resultaba más difícil mantener la sensación de que el SBG era como una pequeña familia. Por desgracia, hizo falta una terrible tragedia para recordarnos a todos la importancia de mantenernos unidos.

Kamil Rutkowski era una figura clave en el Straight Blast Gym. Había llegado a Irlanda desde Polonia y había entrado a formar parte del SBG poco después de mudarnos a Long Mile Road. No podía existir una persona más alegre, amistosa y servicial que Kamil, y en el gimnasio no había nadie más popular. En muy poco tiempo se convirtió en un sobresaliente practicante del *jiu-jitsu* brasileño, y cuando nos mudamos a Naas Road era ya un entrenador brillante y uno de mis amigos de más confianza.

Una noche de abril de 2014, pocos meses después de comenzar la andadura en Naas Road, Kamil y yo éramos los únicos que quedaban en el gimnasio. Estábamos preparándonos para echar el cierre e irnos a casa cuando Kamil entró en mi despacho y preguntó si podíamos hablar. Hacía días que parecía de mal humor, así que no me sorprendió. Se veía que le estaba dando vueltas a algo.

Cuando nos sentamos a hablar, Kamil no parecía el mismo. Se comportaba de una forma muy rara. Parecía irritado y nervioso. Yo nunca le había visto así. Durante un rato estuvo divagando acerca de cuestiones menores del gimnasio. Todo era muy extraño. Nada de lo que decía tenía sentido. Luego se quejó de que algunas personas del gimnasio — incluyéndome a mí— estaban hablando mal de él a sus espaldas. Aquello no se sostenía, porque no había en el gimnasio nadie más querido y respetado que Kamil. La conversación acabó poniéndose muy tensa, y me preocupaba que fuera a arrojarse sobre mí por encima de la mesa, pero le insistí en que nada de lo que decía era cierto y que no tenía por qué preocuparse.

Yo sí que estaba muy preocupado por Kamil cuando llegué a casa aquella noche. Nuestra conversación no había sido nada propia de él. Me puse en contacto con otros entrenadores, y todos coincidieron en que su conducta reciente les preocupaba. Decidimos recurrir al profesor Dan Healy, un neurólogo del Hospital de Beaumont que ejerce como médico del equipo del

SBG, para que hablara con Kamil. En retrospectiva, había habido señales de que Kamil tenía problemas. Había estado colgando en Facebook muchas fotos de él solo, y había otros detalles que no concordaban con su carácter habitual, siempre alegre. Se había apartado de personas del gimnasio que lo consideraban un buen amigo. Aunque resultaba difícil detectarlo en aquel momento, estaba claro que sufría una depresión.

En la mañana siguiente a nuestra conversación, Kamil vino al gimnasio y dio su clase de las seis y media, como de costumbre. Cobró algunas cuotas, hizo alguna que otra cosa más y se marchó en su coche. A primera hora de la tarde empezamos a preocuparnos, porque llevaba varias horas ausente y aquello no era nada normal. Lo llamé, pero su teléfono estaba apagado. Cuando se acercaba la hora de la cena, seguíamos sin noticias de Kamil, así que llamamos a la policía.

Aquella noche, a eso de las nueve, yo estaba en las colchonetas dando una clase cuando por el gimnasio se corrió la voz de que habían encontrado a Kamil. Pero no eran buenas noticias. Una pareja que había salido a pasear por los montes de Dublín lo había encontrado colgado de un árbol. Tenía treinta y cinco años.

Es difícil describir tus sentimientos en un momento así. No es tristeza. No es ira. Es solo vacío. Nada. Durante un rato me quedé allí sin decir palabra. Después, Kieran McGeeney tiró de mí y me llevó aparte. Fue entonces cuando sentí el golpe y una ola de emoción me tragó. Aquella noche, mi hermana Ann y yo nos quedamos los últimos en el gimnasio para tener tiempo de asimilar la realidad de lo ocurrido. Pero, sobre todo, nos contamos anécdotas que nos recordaban la excelente persona que había sido Kamil. Ann se ocupaba de la recepción del gimnasio, y Kamil siempre cuidaba de ella. Ella decía que era su perro guardián. Kamil era un miembro imprescindible del SBG, y su muerte dejó un hueco inmenso.

Un par de noches después le hicimos una despedida a Kamil en el gimnasio. Vinieron todos. Algunos dijeron unas palabras de recuerdo. Fue una ocasión muy emotiva, sobre todo para el hermano de Kamil. Le invitamos, y yo le entregué un cinturón negro de JJB en nombre de Kamil. Entre todos reunimos dinero para enviar el cuerpo de Kamil a Polonia, con su familia. Y para pagar el entierro. Estuvo bien poder hacer eso, porque le quitó

algo de presión a su familia en un momento tan difícil.

Después supimos que Kamil sufría un fuerte dolor a causa de una lesión en la espalda. La medicación que le habían recetado no combinaba bien con los efectos de la depresión, y parece que aquello empujó a Kamil más allá del punto de fractura.

Para ser completamente sincero, yo no sabía nada de la depresión. A lo largo de los años lo había pasado mal algunas veces, pero nunca hasta ese extremo. La muerte de Kamil me enseñó que la depresión es un problema grave que no se debe menospreciar o pasar por alto. Puede pasarle a cualquiera. Fue una lección para todos los del SBG y animó a otros a sincerarse si les preocupaba su salud mental. En consecuencia, el gimnasio se convirtió en un lugar donde la gente se sentía cómoda hablando de esos temas. Se dieron cuenta de que está bien no sentirse bien, pero el primer paso debe ser decírselo a tus íntimos. No te aísles y lo mantengas todo dentro de ti. Aquello aumentó nuestra conciencia sobre un asunto muy importante. Después, otros se sinceraron. Aisling Daly fue una de ellos. Reconoció que padecía depresión, algo de lo que yo no tenía ni idea. Desde entonces, Ais ha hablado públicamente de ello, y hacerlo la ha ayudado a soportarlo.

También a Conor McGregor le afectó la muerte de Kamil. Escribió esto en Facebook:

Todos sufrimos dolor en la vida, así que, por favor, hablad unos con otros y prestar atención a los sentimientos de los demás. Ofreced ayuda y consejos. Todos somos uno. El suicidio es un problema que nos afecta a todos en la vida; por favor, prestad atención, vuestras palabras son poderosas para vosotros y para los que os rodean. Utilizadlas para cobrar valor. Todos sentimos las mismas emociones, buenas y malas, solo que en diferentes momentos de nuestra vida. La conciencia lo es todo. Nuestras relaciones con otros valen más que ninguna otra cosa. Merecen todo nuestro tiempo y nuestra atención. Tengo el estómago revuelto. Su vida era el gimnasio, su vida era el *jiu-jitsu*. Ojalá le hubiera prestado atención en lugar de hablar y preocuparme de mi propia mierda sin importancia. Al final, todo eso no importa nada. Absolutamente nada. ¿De qué coño sirve el dinero si empuja a la gente a hacer cosas impensables?

Posteriormente, el SBG empezó a colaborar con Pieta House, una organización benéfica que ayuda a gente que ha intentado suicidarse o

autolesionarse, y ahora participamos todos los años en su evento Darkness Into Light. También tenemos carteles por todo el gimnasio que le recuerdan a la gente que preste atención a la depresión y al hecho de que puede darse como consecuencia de una conmoción cerebral.

Lo que le ocurrió a Kamil fue horroroso, pero no se puede hacer nada con el pasado. Lo que sí puedes hacer es aprender de él, y hacer todo lo posible para que no vuelva a ocurrir. Es importante sacar algo bueno hasta de las peores situaciones, y la muerte de Kamil unió más al equipo. Es posible que el cambio de local y el aumento del número de socios hubieran causado una ligera desconexión, pero aquello nos volvió a unir. A principios de 2016, el SBG Irlanda tenía setecientos socios, pero sigue siendo una familia... aunque es una familia enorme. Existe un sistema de apoyo, de modo que sabes que si estás pasando una mala racha tienes tres o cuatro personas que cuidarán de ti.

La muerte de Kamil fue la peor pérdida que ha sufrido el SBG, pero también nos proporcionó la lección más valiosa que hemos recibido nunca.

12

Puede que la carrera de Conor McGregor en la UFC se hubiera interrumpido a causa de la lesión del ligamento, pero varios de sus compañeros del SBG se estaban acercando a sus sueños de competir en la principal organización de artes marciales mixtas. En 2013, Paddy Holohan, Cathal Pendred y Chris Fields compitieron en *The Ultimate Fighter*, un *reality-show* de televisión dedicado a descubrir nuevos luchadores para la UFC.

Cathal, en particular, lo veía como una última oportunidad de conseguir un contrato en la UFC. En mi opinión, no tendría que haber dependido de *The Ultimate Fighter* para entrar en la UFC. Ya había demostrado que merecía un puesto en la plantilla al derrotar a varios de los mejores pesos welter de Europa antes de convertirse en campeón de Cage Warriors. He perdido la cuenta de las veces que contacté con la UFC para que le dieran una oportunidad a Cathal, pero la respuesta era siempre la misma: para que lo tuvieran en cuenta, tenía que acabar con sus contrincantes.

Este era el problema de Cathal: aunque ganaba con claridad las peleas, casi siempre lo hacía a los puntos, y no por fuera de combate o abandono. Aunque su historial era bueno, aquel aspecto obraba en su contra, porque a la UFC le gusta ver finales emocionantes.

Cathal entró en el SBG a finales de 2008, poco después de mudarnos a Long Mile Road. Entonces era un novato que acababa de interesarse por las artes marciales mixtas y nunca había entrenado en este deporte. En realidad era un jugador de *rugby* bastante prometedor, que había ganado una medalla en la Copa Senior de las Escuelas Leinster con el Colegio Belvedere, junto a tipos como Cian Healy e Ian Keatley, que después jugarían en la selección irlandesa.

Como solo estaba empezando, Cathal tuvo que trabajar mucho, pero desde luego tenía la actitud correcta. Estaba increíblemente ansioso de aprender y mejorar. Consciente del hecho de que en general sus contrincantes le llevaban ventaja en cuestión de habilidad y técnica, Cathal sabía que tenía que igualar las cosas trabajando más duro que ellos y deseándolo más. Y nadie lo deseaba más que Cathal. Pocas semanas después de llegar al gimnasio, aceptó una pelea. Era de esos tipos que aprenden con la práctica. Se lanzó de cabeza y compensó su falta de experiencia en las MMA con un notable empeño en obtener resultados. Después de cada victoria, Cathal me decía siempre lo mismo:

—La próxima vez quiero pelear con alguien mejor. Consígueme el mejor contrincante que puedas encontrar. Quiero pelear con los mejores del mundo en la UFC lo antes posible.

Pronto se hizo evidente que Cathal era un tío muy especial. Yo solía llamarle «el macho cabrío». Podías abandonarlo en una montaña durante varias semanas, sin comer nada más que hierba, y cuando volvieras él habría engordado. Tenía esa clase de actitud mental que te hace salir siempre adelante, sean cuales sean las circunstancias. La dureza es probablemente un requisito previo cuando te ganas la vida peleando con gente en una jaula, pero Cathal le dio un nuevo significado a la palabra. Era absolutamente a prueba de balas. Antes de pelear con Danny Mitchell en Jordania, estuvo ocho horas en la sauna —sin descansos— para dar el peso. He visto a algunos derrumbarse y acabar llorando después de ocho minutos en una sauna, así que no hablemos de horas. Ese es Cathal Pendred. Fuera lo que fuese lo que tenía que hacer para triunfar, Cathal lo hacía. En términos de fuerza mental, es absolutamente único. No creo que vuelva a entrenar a nadie como él.

Durante una de sus primeras peleas, entré en la jaula al terminar el primer asalto y Cathal estaba a gatas, buscando algo en la lona.

—Cathal —dije—, ¿qué demonios estás haciendo? ¡Ven aquí y siéntate!

—Lo siento, entrenador —respondió él—. Estoy buscando mis dientes.

Cathal ya había logrado un buen puñado de grandes victorias antes de competir en *The Ultimate Fighter* en 2013, pero la pelea que más destaca para mí cuando pienso en su carrera fue la que hizo contra David Bielkheden en Cage Warriors 47, en junio de 2012. Probablemente quedó ensombrecida

por el hecho de que en aquella misma velada Conor ganó el título de los pesos pluma, pero el combate de Cathal contra Bielheden fue absolutamente increíble: una de las mejores peleas de MMA que han tenido lugar en suelo irlandés.

Teniendo en cuenta las credenciales de los dos luchadores, seguramente esta pelea no debería haberse permitido. A primera vista, parecía demasiado desigual. Bielheden era cinturón negro de *jiu-jitsu* brasileño y llevaba más de diez años luchando profesionalmente. Ya había competido en las principales organizaciones del mundo. Cathal tenía catorce años cuando Bielheden debutó en las MMA. Cuando Bielheden entró en la UFC, Cathal todavía no había entrado por la puerta del SBG. Considerándolo todo, era una pelea en la que Cathal no debería haber tenido ninguna posibilidad. Pero eso era algo que Cathal ya había oído incontables veces. Puede que fuera un recién llegado a las MMA, pero una vez que empezó, Cathal ya no paró. Estaba constantemente en el gimnasio. Aunque no tenía a sus espaldas los años y años de entrenamiento que tenían sus contrincantes, el coraje y la determinación de Cathal eran atributos que los otros nunca podrían igualar.

En el primer minuto de la pelea, Cathal casi dejó fuera de combate a Bielheden con un uppercut. Aquello estableció el tono para una actuación memorable. Dominó los dos primeros asaltos y demostró su valor y resistencia en el tercero y último, soportando una reacción desesperada de Bielheden. La victoria fue sin duda la más importante de Cathal hasta aquel momento, y una demostración de que era capaz de llegar hasta el final. Cuando decidimos aceptar el combate contra Bielheden, sabíamos que aquello iba a determinar si Cathal tenía lo que hay que tener para competir con luchadores del nivel más alto, o si estaba destinado a permanecer para siempre en el circuito regional. Su respuesta a esta pregunta fue más que clara. Después de aquello, ya nunca tuve ninguna duda de lo que Cathal podía conseguir. Si su ética del trabajo le había permitido ya derrotar a hombres que habían estado luchando al máximo nivel antes de que él diera su primer puñetazo, no iba a haber nada que le impidiera hacer realidad sus sueños.

Una de las cosas curiosas de la victoria de Cathal sobre David Bielheden fue que tuvo lugar en The Helix, en el campus de la Ciudad Universitaria de Dublín, donde Cathal había estado examinándose solo un par de semanas

antes. Durante la preparación para la pelea, Cathal venía a entrenarse al gimnasio muy temprano por la mañana, se marchaba corriendo a los exámenes y después volvía por la tarde a seguir entrenando hasta que el gimnasio cerraba. Más adelante, Cathal se graduó en ciencias analíticas. Cada vez que uno de los chicos del gimnasio se quejaba de que no encontraba tiempo para entrenar, yo señalaba a Cathal y le decía que dejara de lloriquear.

En menos de un año, Cathal era el campeón de Cage Warriors y había hecho estragos en toda la división de los pesos welter. Estaba ansioso de tener una oportunidad de pelear en la UFC, pero parecía que la llamada no iba a llegar nunca. Entonces le surgió una oportunidad con otra gran organización estadounidense llamada World Series of Fighting. Le ofrecían a Cathal diez mil dólares por luchar y otros diez mil si vencía. Aquel dinero podía cambiarle la vida: era aproximadamente diez veces más que lo que estaba ganando en Cage Warriors. Pero el problema era una cláusula de su contrato con Cage Warriors, que le permitía marcharse a la UFC, pero no a otra organización. No queriendo perder a una de sus mayores figuras, Cage Warriors se negó a ceder en el contrato. Fue una situación frustrante, porque Cathal, que estaba a punto de cumplir veintiséis años, estaba en una etapa en la que necesitaba ganar dinero con la lucha. Se había graduado con un título y tenía presiones para utilizarlo, como me había ocurrido a mí años atrás. Ahora tenía por fin una oportunidad de ganarse la vida con el deporte en el que había puesto el corazón y el alma durante varios años, pero una línea en un contrato le impedía aprovecharla.

Chris Fields se casó en julio de 2013. Cathal y yo estuvimos hablando en la boda. Él estaba muy molesto por el asunto de la World Series of Fighting. Me lo llevé afuera, al aparcamiento, para tener una charla, y él se echó a llorar de rabia y frustración. Me dijo que a lo mejor había llegado la hora de abandonar, que aquello podía ser una señal de que debía retirarse de la lucha. A veces había estado tan apurado de dinero que había dormido en mi apartamento o en el suelo del dormitorio de su hermano. Pasó temporadas viviendo en su coche. Pero de ninguna manera iba yo a permitirle abandonar ahora que estaba tan cerca de su objetivo. La UFC había anunciado una temporada de *The Ultimate Fighter* para pesos medios y ligeros. Aunque Cathal era un peso welter, yo tenía absoluta confianza en que podía tener

éxito peleando con siete u ocho kilos más.

—Las pruebas son en Las Vegas —dijo—. No puedo permitirme viajar allá.

Insistí en prestarle a Cathal el dinero porque sabía que me pagaría... no solo con dinero, sino también con la satisfacción de verlo por fin en la UFC. Eran unos mil euros, y él se resistía a aceptarlos, pero yo no iba a aceptar un no por respuesta.

—Cathal, yo no corro ningún riesgo —dije—. Ya has superado obstáculos mucho mayores. Sé que le sacarás el máximo partido a esta oportunidad.

Tras volver a Dublín para la inauguración del nuevo gimnasio en enero de 2014, Conor McGregor pudo hacer casi todo lo que quedaba de su rehabilitación en Irlanda. A los dos meses de volver a casa, parecía que nunca hubiera estado lesionado. Tenía más envergadura, estaba más fuerte y era más rápido, y sus movimientos eran mucho más fluidos. No es que yo lo hubiera dudado, pero era evidente que se había esforzado muchísimo durante su estancia en Estados Unidos. Conor estaba desesperado por conseguir una pelea, y cuando la UFC reveló en marzo sus planes respecto a Irlanda, pudo fijarse una fecha para su retorno. La organización iba a regresar a Dublín para una velada el 19 de julio, su primer evento en Irlanda desde que Tom Egan había competido en UFC 93, cinco años y medio antes. Aunque Conor todavía no tenía el alta médica para competir, sabíamos que la UFC no iba a venir a Irlanda sin poner a Conor en el cartel.

Hasta finales de abril no se anunciaron más detalles sobre la velada. Conor era cabeza de cartel. Iba a enfrentarse a un luchador norteamericano llamado Cole Miller, y parecía que el enfrentamiento interesaba mucho a los aficionados, porque los dos habían estado intercambiando insultos en entrevistas y redes sociales.

Cuando nos dijeron que Conor iba a ser la figura estelar de UFC Fight Night 46, sentimos una mezcla de sobresalto y alivio. Después de la lesión, a una parte de mí le preocupaba que el progreso de Conor en la UFC hubiera quedado reducido a nada, y que tuviera que volver al final de la cola. Puede

que algunos crean que antes de que Conor se sometiera a la operación la UFC le había pasado un brazo por el hombro y le había dicho que no se preocupara, que en cuanto regresara lo iban a catapultar directamente a un combate estelar en su ciudad natal. Pero les aseguro que no fue así. No se le dio ninguna garantía. Nosotros suponíamos que iba a regresar en un combate preliminar de una velada poco importante en algún país extranjero. Pero esto era algo muy especial. Ser cabeza de cartel en una velada de la UFC en la ciudad donde se crio... es el material del que están hechos los sueños. Por eso fue tan importante la actividad de Conor en los medios de comunicación mientras estaba lesionado. Si se hubiera retirado al anonimato, de ningún modo le habrían dado una posición tan destacada. A pesar de estar de baja, obtenía frecuentes titulares con sus entrevistas y continuó el proceso de convertirse en una superestrella. Después de haberse lesionado en un combate preliminar, ahora regresaba en el evento estelar. Un logro absolutamente impresionante en sí mismo.

Y aquella no era la única buena noticia para el SBG. Gunnar Nelson estaba programado en la pelea subestelar de la noche, y también teníamos un par de debutantes. A Paddy Holohan se le daba la oportunidad de echar a andar compitiendo en el primer combate de la velada. Y por fin llegó la tan esperada llamada para Cathal Pendred. Evidentemente, estos dos habían causado buena impresión durante sus apariciones en *The Ultimate Fighter*, lo bastante buena para conseguirles contratos de la UFC, aunque Chris Fields no tuvo tanta suerte. Cathal había estado en el limbo desde el final de las grabaciones de su temporada en *The Ultimate Fighter*, en octubre de 2013. Su contrato le impedía competir en cualquier otra parte hasta que se emitiera el programa en la primavera siguiente, y Cathal había tenido que esperar unos cinco meses hasta que por fin supo que la UFC le iba a dar una oportunidad en Dublín. Fueron tiempos duros, pero el resultado de la pelea hizo que valiera la pena.

Iba a ser una velada grandiosa para el equipo, con cuatro luchadores compitiendo en un cartel de la UFC en Dublín. Una de las primeras cosas que había dicho Conor cuando firmó con la UFC fue que iba a echar la puerta abajo para que sus compañeros le siguieran. Empezaba a dar la impresión de que había cumplido su palabra. La anterior vez que la UFC había venido a

nuestra ciudad, estábamos suplicando un puesto en el cartel para la «cuota de irlandeses». Esta vez eran ellos los que venían a nosotros para que llenáramos el espectáculo, con el SBG participando en cuatro combates diferentes... incluidos los dos estelares. Estábamos allí por méritos propios. No se podían haber dado mejores circunstancias para el retorno de Conor al octágono. Mientras su popularidad seguía creciendo, también crecía el perfil de las artes marciales mixtas en Irlanda. La UFC Fight Night 46 iba a ser una gran fiesta para celebrar eso.

Conor había estado mucho tiempo en el dique seco, pero yo no tenía ninguna duda de que estuviera listo para reaparecer. Lo había estado observando atentamente en los entrenamientos, y veía que la rehabilitación le había dejado en mejor forma que nunca. Algunos fans y parte de los medios dudaban de que pudiera volver a ser el mismo luchador, y tenían razón... porque era aún mejor que el luchador que habían visto antes. Cuando yo veía que la gente se hacía aquellas preguntas, me limitaba a sonreír y pensaba: «Esperad y veréis. No tenéis ni idea de lo que vais a presenciar».

El tiempo transcurrido entre la operación de Conor y su retorno a la acción iba a ser de 315 días. Siete días menos que en el caso de Georges St-Pierre.

Los preparativos para el evento fueron muy divertidos. Parecía que todos los días había periodistas y equipos de televisión en el gimnasio, intentando llegar hasta Conor, Gunni, Cathal y Paddy. Periodistas irlandeses que nunca habían hablado de las MMA intentaban de pronto meter baza en el asunto. Irlanda estaba atacada por la fiebre de la UFC. No había manera de escapar. Las entradas se vendieron en cuestión de minutos, lo que acabó provocándome dolores de cabeza. Recibía mensajes de personas con las que no había hablado en años. «Con dos me apañó, John. No necesito más. Gracias».

Seis semanas antes de la velada, recibimos la ya casi obligatoria llamada informándonos de que el contrincante de Conor se había caído del cartel. Aquellas llamadas habían dejado de sorprenderme. Cole Miller se había lesionado, y ahora Conor iba a enfrentarse a Diego Brandão... al que se

anunciaba como cinturón negro de *jiu-jitsu* brasileño y feroz golpeador. Algunos habían dicho que Cole Miller iba a ser el tipo que por fin desenmascarara a Conor McGregor. Ahora decían que iba a ser Brandão.

Como de costumbre, el cambio nos daba lo mismo. Conor iba a estar allí el 19 de julio de 2014. Pusiera a quien pusiera la UFC ante él, yo estaba convencido de que iba a ser despachado sin dejar lugar a dudas.

En los días anteriores a la pelea, Brandão parecía verdaderamente dispuesto. Conor ya había empezado a dividir las opiniones en el mundo de los MMA. La gente que lo admiraba estaba con él fervientemente. Los del lado opuesto de la valla no podían soportar verlo u oírlo. Querían verlo derrotado y no se cortaban a la hora de hacérselo saber a sus contrincantes. Brandão estaba recibiendo mensajes en las redes sociales pidiéndole que «le enseñara modales a McGregor» y que «hiciera callar a ese irlandés», y cosas por el estilo. Pero es posible que estuviera sintiendo toda esa presión, porque cuando se plantó ante Conor en los calentamientos públicos ante los fans de Dublín, se le veía muy nervioso. Tenso. Era como un perro atado con una correa, pero yo sabía que era más ladrador que mordedor.

—Ya está implicado emocionalmente en la pelea —me dijo Conor después—. Esto no va a acabar bien para él.

El asunto continuó durante el pesaje. Normalmente, la UFC pone en fila a todos los luchadores entre bastidores, por parejas, de manera que los contrincantes están uno al lado del otro mientras esperan a salir y subirse a las básculas delante de los aficionados. No sé por qué lo hacen así. Es un poco ridículo, porque a veces tienen que esperar allí hasta treinta minutos. Pero yo sabía que Conor no se iba a quedar quietecito al lado de Brandão como un colegial obediente, así que me lo llevé a la parte delantera, lejos de los otros. Desde entonces he hecho lo mismo en todos los pesajes, y los empleados de la UFC ya no insisten en que se ponga en fila con todos los demás. Saben que es más seguro que Conor y su contrincante mantengan las distancias.

Aun así, Conor y Brandão no se quitaron los ojos de encima mientras ambos daban zancadas hacia delante y hacia atrás como un par de depredadores hambrientos midiéndose el uno al otro en la selva. A continuación, Brandão se quitó la camiseta y se puso a exhibir sus músculos.

Conor hizo lo mismo, y después alzó su bandera irlandesa. Brandão respondió agarrando su bandera brasileña. Era todo un poco infantil, pero al mismo tiempo divertido. Y yo me daba cuenta de que Conor era el que controlaba la situación. En estas situaciones, siempre sé que hay método en su locura. Justo antes de que nos tocara salir a escena, empezaron a intercambiar algunas palabras, y fue entonces cuando Brandão dijo algo que me pareció muy raro.

—Cuando tengamos la revancha en Brasil, ya veremos lo duro que eres.

¿Qué demonios? ¿Todavía no habían peleado, y aquel tío ya estaba hablando de revanchas? Para mí, aquello daba a entender que ya había asumido la derrota. De verdad, no lo entendía. Conor se echó a reír.

—¿Una puta revancha? Voy a destrozarte de tal manera que no vas a querer volver a verme nunca, y menos en una revancha.

Era curioso ver lo alterado psicológicamente que estaba Brandão. Cuando lo había visto antes, aquella misma semana, estaba en una forma física impresionante, y era evidente que se había entrenado con dureza extrema para la pelea, a pesar de habersele avisado relativamente tarde. «Desde luego, este tío está preparado», habría dicho yo. Pero estaba claro que su mente no estaba preparada. Emocionalmente estaba desbaratado, y esto se hizo más evidente a medida que pasaba la semana.

Aquello me recordó algo que siempre me decía mi madre: «¿Por qué no le dices a Conor que sea más amable con sus contrincantes? A lo mejor así no entrenarían tanto y eso sería mejor para él. Parece que siempre los está pinchando con un palo».

Pero eso es exactamente lo que Conor pretende. Quiere derrotar a la mejor versión de su contrincante para que no queden dudas, incertidumbres ni excusas. Brandão era un ejemplo de luchador que parecía haberlo hecho todo bien en el aspecto físico, pero eso no iba a servirle de mucho porque emocionalmente estaba hecho polvo.

Es una tradición que el presidente de la UFC, Dana White, reúna a los luchadores para darles una especie de arenga después del pesaje. Cuando entraron en la sala, la pelea verbal entre Conor y Brandão continuaba. Brandão gritaba sin parar, como un maniaco. Había perdido por completo los papeles. Agarró una botella de agua y se la tiró a Conor. No le dio en la

cabeza por muy poco, pero casi provocó un altercado. Después, al salir, a Brandão casi había que sujetarlo y Conor se lo estaba pasando en grande. Sentí lástima por Brandão. El miedo lleva a la ira y al odio, y él no estaba en su mejor momento mental. No era un buen presagio para lo que iba a tener que afrontar veinticuatro horas después.

La UFC Fight Night 46, en el O₂ Arena de Dublín, el sábado 19 de julio de 2014, fue la mejor noche de mi vida profesional. Nada la ha superado desde entonces, y estoy seguro de que nada la superará.

Varios factores se combinaron para que aquella noche fuera absolutamente perfecta. El gimnasio de mis sueños acababa de abrirse y estaba prosperando; tenía cuatro luchadores compitiendo en el cartel; todo ocurría en mi ciudad, y la ocasión misma era simplemente increíble. Qué ambiente. Pero tal vez lo más importante era que mis padres estaban allí para presenciarlo. Pude conseguirles asientos de pista, de modo que podían verlo todo perfectamente. Tenerlos allí significaba muchísimo para mí. Estaba deseando impresionarlos. Después de años y años de desacuerdos sobre el rumbo que tomaba mi vida, sentía que por fin iba a demostrarles para qué había servido todo. Ellos no seguían las MMA en los medios, de modo que no eran verdaderamente conscientes del nivel que habían alcanzado las cosas. Era su oportunidad de verlo por sí mismos; de ver que, después de todo, yo no había malgastado tantos años de mi vida.

Resultaba adecuado que fuera Paddy Holohan el que lo empezara todo en la primera pelea de la noche. Yo lo llamaba «Berserker», que era un tipo de antiguo guerrero vikingo. Los berserkers no conocían el miedo y eran siempre los primeros en lanzarse a la batalla, arrastrando tras ellos al resto del ejército. Es una buena descripción para Paddy. Era un luchador invicto que solía pelear en el primer combate del cartel, y nunca fallaba a la hora de sentar las bases de una velada triunfal.

Desde que entró a formar parte del equipo del SBG, Paddy ha sido como un hermano pequeño para mí. Las MMA, y el *jiu-jitsu* brasileño en particular, son su vida. Entre otras muchas cosas, tenemos eso en común. También comparte mi pasión por enseñar. No imagino un solo día en el que no esté

comprometido con el deporte. Paddy era solo un joven novato de Tallaght cuando empezó a entrenar conmigo, así que para mí era un momento especial poder acompañarlo en un recinto tan famoso, a pocos kilómetros de donde nació, cuando hacía su debut en el mayor espectáculo del mundo, ante un público de casi diez mil personas en directo y millones más que lo veían por televisión en todo el mundo. En los vestuarios ya se sentía que se estaba preparando un ambiente especial en el anfiteatro, pero no estábamos preparados para el estruendo que nos saludó cuando apareció Paddy. Periodistas veteranos que habían estado cubriendo nuestro deporte desde hacía años lo describieron después como el evento más ruidoso de la historia de la UFC. Paddy fue el primero en saborearlo. Ni siquiera sé qué canción sonó cuando salió, porque el rugido de la multitud ahogaba por completo la música. Alrededor del octágono, el personal de la UFC se cruzaba miradas de complicidad. Imagino que se estaban preguntando «¿Por qué demonios hemos esperado tanto para volver aquí?».

«El público de aquí es algo nunca visto —dijo después Dana White—. Llevo trece años haciendo esto y nunca he visto nada parecido. Los luchadores nunca han visto nada parecido. La gente de los medios, que se pasa la vida cubriendo peleas de la UFC, no ha visto nunca nada parecido. Es una locura. Es un nivel completamente diferente».

El adversario de Paddy era un norteamericano llamado Josh Sampo. Habiendo luchado ya dos veces en la UFC, Sampo tenía ventaja en cuestión de experiencia. Pero al final le sirvió de muy poco. Paddy es un irlandés apasionado y patriótico. Era imposible que decepcionara en su debut en la UFC ante aquel público. Normalmente, en el primer combate de una velada de la UFC el estadio está todavía casi vacío. Pero aquella noche en Dublín el recinto estaba absolutamente abarrotado cuando Paddy y Sampo iniciaron la acción.

Habría sido muy fácil que Paddy se dejara atrapar y arrastrar por la situación, en detrimento de su actuación, pero absorbió perfectamente aquella energía positiva. Se lo estaba pasando bien, y Sampo estaba un poco asustado por todo aquello. Poco más de un minuto después de empezar la pelea, Paddy lo derribó con un uppercut. Mientras procuraba pasar la guardia de Sampo, Paddy logró evitar un intento de presa de brazo antes de ganarle la espalda a

Sampo y obligarle a abandonar con una estrangulación por detrás. El comienzo perfecto. Uno liquidado, faltaban tres.

No le resultó tan fácil a Cathal Pendred, pero es que a Cathal nunca le ha interesado hacer las cosas de la manera fácil. A mitad del primer asalto de su combate de pesos medios contra Mike King, Cathal fue derribado de un derechazo, y ya en el suelo King le descargó una lluvia de golpes. Cathal estaba en apuros, no cabía duda. Pero Cathal simplemente no abandona nunca y yo confiaba en que sería capaz de capear el temporal. King siguió descargando golpes, y después intentó una estrangulación por detrás. Al ver que Cathal resistía, su contrincante intentó una presa de brazo. Cuando quedaban cuarenta segundos del asalto, Cathal consiguió escapar y la multitud casi hizo saltar el techo del estadio. A aquellas alturas, la conducta de King era reveladora. Había echado el resto intentando acabar con Cathal cuando parecía estar al borde de la victoria. Pero cuando Cathal se puso en pie, King quedó desconcertado. Al mirar a Cathal, la expresión de su cara decía: «¿Qué demonios tengo que hacer para vencer a este tío?».

Cuando Cathal volvió a su rincón al terminar el primer asalto, King estaba hundido, apoyando las manos en la jaula, resoplando con fuerza. Estaba completamente agotado, apenas podía tenerse en pie. En cambio, Cathal parecía que aún no había empezado.

Hay ocasiones, entre asalto y asalto, en las que un entrenador tiene que dar instrucciones concretas. A veces son consejos técnicos. Otras veces es un consejo emocional. Y algunas veces puede ser una mezcla de las dos cosas. Esta vez yo tenía un mensaje simple para Cathal.

—Míralo, Cathal. Está acabado. Ha gastado toda la energía de su cuerpo en este asalto. En su cabeza, ya está derrotado. Tú ya has pasado por esto muchas veces. Sal ahí, aprovecha la oportunidad cuando se presente y demuéstroles a todos que está derrotado.

Muchas veces me preguntan cómo sé qué consejos hay que darle a un luchador en cada situación concreta. El final de aquel primer asalto es un buen ejemplo. En aquella ocasión, aunque físicamente estaba bastante fresco, Cathal todavía se estaba recuperando de un primer asalto muy duro e intentaba despejarse la cabeza, así que no tenía sentido bombardearlo con información técnica que su mente no estaba en condiciones de procesar. Le

habría entrado por un oído y salido por el otro. En una situación como aquella, lo mejor es conectar con el lado emocional del luchador. Ya has pasado por esto, no hay nada que temer, ahora le llevas ventaja... en estas circunstancias, esa es la clase de cosas que movilizan algo. Estas líneas de comunicación entre entrenador y luchador no se crean de la noche a la mañana. No se pueden fingir ni forzar. Si Cathal hubiera sido un luchador de otro equipo en aquella misma situación, yo no le habría servido de nada. Se tarda mucho tiempo en desarrollar el nivel de confianza y comprensión necesario para poder hacer algo útil entre asalto y asalto. Es parecido a una relación de pareja: cuando llegas a la fase en la que los dos están familiarizados y cómodos en compañía del otro, basta un movimiento de cabeza o cualquier otro gesto menor para comunicar un mensaje que en otros tiempos habrías tenido que expresar con palabras. En los últimos años han venido a entrenar en el SBG muchos luchadores de gimnasios de todo el mundo. Numerosos luchadores prometedores y entusiastas han entrado por nuestra puerta, y todos son bienvenidos, pero siempre les explico que tendrá que pasar aproximadamente un año antes de que yo pueda ayudarles. Por supuesto, puedo enseñarles algunas cosas técnicas, pero la relación luchador-entrenador no se puede fabricar de la noche a la mañana. Surgirá si tiene que surgir, pero eso lleva tiempo.

Cathal se tomó su tiempo en aquel segundo asalto, antes de derribar a su adversario, ganarle la espalda y hacerle abandonar con una estrangulación por detrás. Dado que lo que había impedido que Cathal consiguiera un contrato con la UFC era la escasez de victorias claras, fue muy satisfactorio verle ganar por abandono en su debut. No era la primera vez que Cathal veía premiado su carácter decidido e implacable. Al verle empapándose de los aplausos de un público entusiasmado, yo no podía alegrarme más por él. Nadie se lo merecía más.

Sin duda, aquella victoria sobre Mike King se recordará como uno de los debuts más rentables de la historia de la UFC. Cathal cobró ocho mil dólares por pelear más otros ocho mil por ganar. Pero además, él y Mike King cobraron otros cincuenta mil dólares cada uno como premio al Combate de la Noche. Y aquello no fue todo para Cathal. Pocas semanas después la UFC reveló que King había dado positivo en dopaje, por lo que se le despojó de su

premio y se le dio el dinero a Cathal. ¿La victoria más importante de tu carrera —contra un tipo más grande y dopado— y 116 000 dólares en el bote? Yo diría que es un buen principio para tu vida en la UFC.

Poco después, Cathal me devolvió los mil euros que le había prestado para ir a *The Ultimate Fighter*... más unos sustanciosos intereses.

—Gracias por creer en mí, entrenador —dijo—. Hiciste una inversión inteligente.

Mi siguiente tarea en la UFC Fight Night 46 era dirigir a Gunnar Nelson en el combate preestelar contra Zak Cummings. Gunni llevaba años entrenándose intermitentemente en el SBG, de modo que los aficionados irlandeses ya sabían que merecía su apoyo, pero aquello fue un punto de inflexión. Esa fue la noche en la que le acogieron de verdad como uno de los suyos. Dublín había sido su segunda casa durante mucho tiempo, y fue estupendo ver que los fans estaban con él en cuerpo y alma. Quedó aturdido por la recepción, y por primera vez le vi manifestar alguna emoción antes de una pelea.

En cuanto a la pelea en sí, fue un Gunnar Nelson clásico. Una entrada madura y paciente, seguida por rápidas maniobras de *jiu-jitsu* y una bonita presa de abandono que llegó casi al final del segundo asalto. Gunni dio un paso más hacia la disputa del título.

Por último, el combate estelar. El recorrido desde el vestuario hasta el octágono con Conor McGregor, camino de su pelea con Diego Brandão, no lo olvidaré mientras viva. Para el público irlandés, Conor ya no era un simple deportista. Era un icono. Un símbolo del orgullo nacional. El paseíllo fue una demostración de ello. En estas situaciones, el estruendo es tan fuerte que llega un momento en que no lo oyes. Es una sensación muy extraña. Sabes que estás rodeado por el griterío, pero de algún modo todo te parece apacible. Durante mucho tiempo, los aficionados irlandeses a las MMA habían esperado la ocasión de aclamar a uno de los suyos en el escenario más grande de todos. Ahora que había llegado el momento, lo estaban aprovechando al máximo. El ruido que hacían durante la presentación de Conor no se parecía a nada que yo hubiera oído antes. La medición oficial dio 111 decibelios, más fuerte que el que hace un avión al despegar.

Cuando empezó la contienda, Conor tenía un aspecto soberbio. Era como

si jamás se hubiera lesionado. Brandão intentó utilizar su *jiu-jitsu*, pero Conor no tuvo dificultades para eludir el peligro. Cuando su mano izquierda entró en acción, el combate se acabó para Brandão. En poco más de cuatro minutos, Conor había regresado victorioso de su lesión, derribando a Brandão de un puñetazo y comiéndoselo en la lona para conseguir un KO técnico en el primer asalto.

—Dije que lo iba a tumbar en el primer asalto, y en el primer asalto lo he tumbado —dijo Conor después—. Habría que ser muy especial para venir aquí, a mi ciudad, y arrebatarme esto. No hay un hombre vivo que pueda venir a esta tierra y ganarme. Lo dije el año pasado: no estamos aquí solo para participar: estamos aquí para tomar el mando.

Aunque hemos vivido muchas grandes noches desde entonces, y sé que aún vendrán muchas más, a veces sigo soñando despierto y deseando poder transportarme de regreso a aquella noche, solo para experimentarlo todo otra vez. Fue absolutamente increíble.

Después de cada pelea, hacía una escapada para ver a mis padres y disfrutar de un breve momento de celebración con ellos. Cuatro combates, cuatro victorias. Aquel día en que los llevé a ver The Shed y madre se echó a llorar parecía ya un recuerdo muy lejano. En muchos aspectos —como alguien me indicó después—, aquella maravillosa velada, con todo lo tremenda que fue, había sido el resultado de lo que empecé en aquel pequeño cobertizo trece años atrás. Mis padres estaban orgullosísimos.

Cuando el público que tenían cerca me vio con mis padres, les preguntaron «¿De qué conocen ustedes a John?». Cuando dijeron quiénes eran, los fans querían hacerse selfies con ellos; y al final de la velada, mis padres casi fueron sacados del estadio a hombros de la multitud. Mi padre me dijo que nunca se había sentido tan orgulloso. No tengo palabras para expresar lo importante que era aquello para mí. Habiendo tenido una relación difícil con él en mi niñez, recibir aquel nivel de aprobación de mi padre significaba más de lo que jamás podré explicar. Probablemente todo hijo anhela la aprobación de su padre. Yo sentía que por fin la había conseguido. Si me hubiera convertido en el mejor ingeniero del mundo, no le hubiese impresionado tanto como aquello.

Después del combate, Conor se tomó la molestia de darme las gracias

públicamente:

—John ha cambiado nuestras vidas. Ha sido una inspiración para todos nosotros. Es un maestro del movimiento humano. Es un genio de este deporte.

Tenía gracia que dijera que yo estaba cambiando las vidas de mis luchadores, porque, tal como yo lo veía, eran ellos los que estaban cambiando la mía. Supongo que es en momentos así cuando sabes que estás haciendo las cosas bien como equipo.

13

Si yo parecía particularmente animoso en la época de aquella velada de la UFC en Dublín no era solo porque las cosas le fueran bien al equipo. También fue por esa época cuando me di cuenta de que había conocido a la mujer con la que quería pasar el resto de mi vida. Tres días después de la velada de la UFC, le pedí a esa mujer que se casara conmigo. No fue una mala semana.

Como era de esperar, recibía un montón de mensajes, en el correo electrónico y las redes sociales, de gente que preguntaba sobre las artes marciales. En julio de 2013 recibí un mensaje de una chica de Belfast que estaba interesada en recibir clases de *kick-boxing*. Le recomendé que acudiera a Jamie Crawford, un buen amigo mío de allá que es un excelente instructor de muay thai y *kick-boxing*. Normalmente lo dejo así cuando alguien contacta conmigo buscando esa clase de información, porque no tengo tiempo para entablar conversaciones amistosas con todo el mundo, pero, por alguna razón, cuando la chica de Belfast respondió, yo le contesté. Ella respondió, yo respondí de nuevo, y así sucesivamente. Teníamos el mismo sentido del humor y conectamos desde el principio.

A finales de julio tomó un tren a Dublín y yo fui a la Connolly Station a recibirla. Fue la primera vez que vi a Orlagh Hunter. La llevé a Pintxo's, en Temple Bar, uno de mis bares de tapas favoritos, y hemos sido pareja desde entonces. En junio del año siguiente, cuando ella terminó sus estudios universitarios, se mudó a Dublín y se vino a vivir conmigo.

Orlagh es una gran aficionada a los deportes, con unos conocimientos enciclopédicos, sobre todo en cuestión de fútbol. Ha jugado desde pequeña y es hinchada del Liverpool. Cuando le presenté a mis padres, mi padre quedó

encantado: ¡una hinchada del Liverpool impresionantemente guapa con la que podría pasar horas hablando de fútbol! En su opinión, había encontrado la mujer perfecta. Los domingos, cuando vamos con mi familia al *pub*, Orlagh y mi padre no paran de hablar del partido del día anterior o de esa misma tarde. Por lo que a mí se refiere, es como si estuvieran hablando un idioma extranjero. Afortunadamente para mí, siento una pasión similar por las artes marciales mixtas. Cuando uno de mis luchadores tiene una pelea confirmada, suele ser Orlagh la que me da informes detallados sobre su adversario.

Con lo deprisa que estaban creciendo las cosas en el gimnasio, yo necesitaba más personal, y en cuanto se vino a Dublín Orlagh empezó a trabajar allí a jornada completa. Compartimos un despacho y ella se ocupa de todas las peticiones de ingreso y otras cuestiones logísticas, lo que me quita muchísimo peso de encima. Estamos juntos todo el día, todos los días, y creo que una relación tiene que ser muy especial para que eso funcione. Pero Orlagh es mi mejor amiga y yo no querría que las cosas fueran diferentes. Además, nació el 12 de noviembre de 1991, exactamente dos años antes de que tuviera lugar el primer evento de la UFC. Me parece adecuado que los dos grandes amores de mi vida personal y profesional cumplan años el mismo día.

La victoria de Gunnar Nelson en Dublín era la cuarta de su carrera en la UFC. Ya estaba en el número doce de la división de pesos welter, y la gente empezaba a considerarlo un aspirante legítimo.

Once semanas después de la velada de Dublín, la UFC tenía programado un gran evento en Estocolmo. Necesitaban un cabeza de cartel y, siendo un luchador nórdico popular y en rápido ascenso, Gunnar era el hombre indicado. Justo dos semanas después de que venciera a Zak Cummings, la UFC anunció un combate estelar entre Gunnar Nelson y Rick Story en UFC Fight Night 53, para el 4 de octubre de 2014. Story iba a ser el adversario con más experiencia y mejor reputación que se había enfrentado a Gunnar hasta entonces.

Iba a ser el segundo combate estelar del SBG en la UFC en solo unos meses. Aún mejor: aquella noche teníamos luchadores compitiendo en dos

carteles distintos de la UFC, en dos lugares diferentes del mundo. Solo un par de horas después del evento de Estocolmo, Paddy Holohan iba a competir en UFC Fight Night 54 en Canadá. Por desgracia, todavía no dominábamos la clonación humana, así que yo no podía estar en el rincón de Paddy en Nueva Escocia. Con Cathal Pendred también en el cartel de Estocolmo, nos proponíamos obtener tres victorias en dos sitios diferentes en una misma noche.

Por razones obvias, la gente tiende a asociarme más con mis luchadores irlandeses. Pero siempre me he sentido muy unido a Gunnar Nelson. Habiendo estado con él desde una edad tan temprana, entre nosotros se ha establecido una gran amistad. Tiene fama de no mostrar nunca ninguna emoción, pero yo siempre he sabido si estaba bien o no.

Con todo el impulso que llevaba y estando en lo alto del cartel, la atención se centró en Gunni durante los preparativos del combate. Había mucha más publicidad de la que él acostumbraba a tener, pero parecía tomárselo todo con calma. Camino de la pelea, todo parecía ir bien. Le teníamos muchísimo respeto a Rick Story, que es un gran profesional y un contrincante muy peligroso, pero yo tenía mucha confianza. Story ya había peleado contra grandes especialistas en *jiu-jitsu* —Demian Maia lo había machacado un par de años antes— y yo sentía que esa iba a ser una oportunidad ideal para que Gunni mostrara sus habilidades. Estaba convencido de que ganaría y daría un recital de sus cualidades.

Pero aquella sensación cambió de pronto cuando empezamos el calentamiento previo a la pelea. Gunni es probablemente mi único luchador de la UFC al que todavía caliento personalmente. Desde luego, con Conor ya no lo hago, desde que me rompió un diente antes de una de sus primeras peleas. Eso lo dejo para gente a la que le gusta que le peguen en la cara, como Artem Lobov.

Mientras ayudaba a Gunni a prepararse, noté en él una falta de energía inédita en todos los años que llevaba entrenándolo. Estaba completamente flojo y resoplando.

—Gunni, ¿estás bien? —pregunté.

—Sí, estoy bien —fue la poco convincente respuesta.

Pero yo me daba cuenta de que estaba como ausente. Conocía a Gunnar

Nelson mejor que a cualquiera de los luchadores con los que he trabajado, y aquel no era él.

Era la hora de salir al octágono para el primer combate estelar de Gunní en la UFC y teníamos un problema. Yo lo presentía. A simple vista, Gunní parecía igual que siempre: relajado y sin mostrar emociones. Como dijo Dan Hardy en sus comentarios cuando la pelea estaba a punto de empezar: «Nadie diría que es el combate estelar. En su rincón, Gunnar Nelson parece que esté esperando el autobús».

Puede que su comportamiento fuera el mismo de siempre, pero la actuación que siguió no fue propia de Gunní. En realidad empezó bien, y parecía muy activo al principio del combate. En menos de dos minutos, derribó a Story con una bonita zancadilla interior. Pero entonces empezaron a sonar las alarmas. A los pocos segundos, Story estaba otra vez en pie. Yo nunca había visto que nadie se le escapara así a Gunní, ni en el gimnasio ni en una pelea. Por lo general Gunní solo necesita un derribo, y se acabó lo que se daba. Y así debería haber sido.

Cuando Rick Story consiguió ponerse en pie casi inmediatamente después de aquel primer derribo, se confirmó mi sensación de que Gunní no era el mismo. Conectó varios golpes verdaderamente fuertes, pero Story seguía atacando y presionando, como la bestia parda que es. Al final del segundo asalto, Gunní había agotado todas sus energías. ¿Qué podíamos hacer? Yo sabía que Story no le iba a hacer abandonar, pero me preocupaba que le pudiera noquear. Me conformaba con que llegase al final, pero no estaba seguro de que le quedara energía para lograrlo. Le observé con mucha atención durante toda la pelea, y nunca he estado tan cerca de tirar la toalla por un luchador.

Después de la pelea, recibí muchas críticas por los consejos que le di a Gunní al final del cuarto asalto y antes del quinto y último.

—Quedan cinco minutos. El último asalto... y a recuperarte. Solo tienes que hacer lo que has estado haciendo durante los últimos asaltos. Cuando él ataque, alza las manos. Él sabe que está perdiendo a los puntos, así que en ese asalto va a usar las manos como una fiera.

Sabía que mis palabras iban a ser captadas por la televisión y que probablemente me iban a poner verde por ellas. Por supuesto, no creía que

Gunni fuera ganando la pelea. Desde mi punto de vista, la pelea ya estaba perdida. En aquel momento, mi prioridad era que la terminara sin ser derrotado, y por eso mi consejo pretendía animarle a ir sobre seguro y tener cuidado. Era lo mejor que podíamos hacer en aquellos momentos. No tenía sentido hacer que se arriesgara a sufrir más daños buscando un resultado que no estaba a su alcance. Como entrenador, tienes que sopesar lo que te gustaría que ocurriera frente a lo que crees que el luchador puede hacer. Yo creía que Gunni podía aguantar cinco minutos más y perder a los puntos. Después nos marcharíamos de allí y averiguaríamos cuál había sido el problema. Una pelea de cinco asaltos no es ninguna broma. Tuve que quitarme el sombrero ante Rick Story, porque llegó hasta el final y parecía mucho mejor preparado que en sus anteriores peleas. Gunni también se había preparado bien, pero era evidente que algo iba mal.

Después del combate, la gente no paraba de preguntarme por qué no le había dicho a Gunni que intentara un derribo al empezar el quinto asalto... como si bastara con decirlo para que ocurriera. Esto no es un videojuego, es una competición en la vida real con los mejores luchadores del mundo. Yo podía ver lo que otros no veían. A Gunni no le quedaban fuerzas para un derribo porque estaba completamente agotado.

Perdió a los puntos: 50-44, 49-46 y 47-48. Curiosamente, uno de los jueces había puntuado a favor de Gunni, pero ni siquiera nosotros estábamos de acuerdo con ello.

La reacción de Gunni fue la misma de siempre. Era la primera derrota de su carrera, pero, igual que cuando gana, lo único que le preocupaba era comer algo y descansar.

Poco antes, aquella misma noche, Cathal Pendred había ganado a los puntos a Gasan Umalatov, a pesar de haber estado por debajo de lo habitual en él. Y después, en la misma noche, Paddy Holohan perdió a los puntos ante Chris Kelades. No fue nuestra noche más memorable y triunfal, pero, como siempre, aprendimos muchas cosas.

Más tarde, cuando nos sentamos a charlar sobre lo que había ido mal con Gunni, reconoció que su cabeza no había estado donde debía, porque tenía un problema personal. Había intentado quitárselo de encima y relegarlo al fondo de la mente para concentrarse en la pelea, pero era evidente que no lo había

conseguido y aquello había influido negativamente en su actuación.

El público casi nunca tiene en cuenta las vidas personales de los deportistas profesionales en caso de derrota o mala actuación. En cada competición, los aficionados esperan ver la mejor versión de su atleta o equipo favorito. No les entra en la cabeza que los interesados puedan estar pasando por un momento difícil en sus vidas privadas, como le puede ocurrir a cualquiera. Esperan que funcionen siempre en piloto automático, pero es mucho más complicado que eso. Si tienes un mal día en la oficina a causa de un problema personal, es probable que no pase nada y vuelvas al día siguiente en mejor forma sin que nadie se haya dado cuenta. Pero cuando tu trabajo está siendo escrutado por un público de millones de personas, no es tan fácil disimular.

No había pasado ni un día desde la derrota de Diego Brandão, y Conor ya estaba incordiando a la UFC para que programara su siguiente combate. Después de estar apartado de la acción durante tanto tiempo a causa de la lesión de rodilla, Conor estaba ansioso por recuperar el tiempo perdido y no quería esperar mucho a su siguiente oportunidad de competir. Siempre le había motivado la competición, así que estaba impaciente por volver. Bombardeó a Dana White con mensajes de texto en los que Conor se ofrecía a aceptar inmediatamente cualquier pelea desde los pesos pluma a los welter. Los mensajes pararon solo tres días después de haber derrotado a Brandão, cuando nos enviaron detalles del siguiente compromiso de Conor. Después de la pelea de Dublín, Dana había dicho que probablemente el siguiente combate de Conor tendría lugar en Las Vegas. La UFC sabía que tenía que llevarlo a la capital mundial de la lucha, donde se celebran sus grandes eventos de televisión de pago. Sería allí, en UFC 178, en el famoso MGM Grand Garden Arena, donde Conor se enfrentaría, el 27 de septiembre, a su adversario de mayor categoría hasta entonces.

Dustin Poirier estaba el quinto en la división de pesos pluma, mientras que Conor había subido hasta el noveno puesto. Aunque Poirier era seis meses más joven que Conor, el luchador norteamericano tenía mucha más experiencia, con diez peleas en la UFC ya en su haber, en comparación con

las tres de Conor. Para entonces ya era un tema recurrente que al siguiente contrincante de Conor se le anunciara como el tío que iba a demostrar ser un enemigo muy superior, y aunque Poirier era sin duda el más experimentado hasta entonces, la verdad era que a mí eso no me preocupaba. De hecho, le consideraba menos peligroso que Brandão, y tenía una confianza absoluta en la pelea. No me malinterpreten: Poirier es un buen luchador, pero llevaba mucho tiempo en el mundillo, había estado en muchas guerras y parecía la clase de luchador que ha dejado atrás sus mejores peleas.

Solo diez semanas iban a separar los combates contra Brandão y Poirier —un ritmo bastante rápido—, pero a nosotros no nos parecía gran cosa. A mis chicos les gusta estar todo el tiempo en forma para pelear, lo que nos permite mantenernos más activos que la mayoría. A veces ponemos a Ricky Hatton, el excampeón mundial de boxeo, como ejemplo de lo que no hay que hacer en este aspecto. Hatton solía ganar muchísimo peso entre pelea y pelea, abandonando por completo la dieta y el entrenamiento, pero si te mantienes en forma puedes estar listo para aprovechar cualquier oportunidad que surja. Y esta nos parecía perfecta.

La verdad es que pelear en Las Vegas por primera vez nos parecía impresionante. Nada superará nunca la velada de Dublín, pero Las Vegas es donde uno quiere competir si está metido en deportes de combate al máximo nivel. Cuando era niño y me quedaba levantado hasta tarde para ver pelear a Mike Tyson un domingo de madrugada, la pelea era en Las Vegas. Parecía que aquel iba a ser el lanzamiento de Conor a la primera fila de Estados Unidos. Y cuando el cabeza de cartel, el campeón del peso ligero de la UFC Jon Jones, se vio obligado a cancelar su defensa del título contra Daniel Cormier debido a una lesión, Conor se convirtió en una atracción aún mayor en el cartel.

Después de ganar 32 000 dólares (más un premio de 50 000 al «luchador de la noche») por derrotar a Diego Brandão, Conor estaba dando un importante salto hacia delante en el apartado financiero para su debut en Las Vegas. Sin tener en cuenta los diversos patrocinios que ahora podía obtener, la UFC le garantizaba a Conor 75 000 dólares por pelea, más otros 75 000 si vencía. Aquello le convertía en el segundo luchador mejor pagado del cartel, solo superado por el campeón de los pesos pluma de la UFC, Demetrious

Johnson, cuyo combate por el título del peso pluma contra Chris Cariaso era ahora la cabeza del cartel. Había muchos más luchadores de primera en el cartel de UFC 178 —Donald Cerrone, Tim Kennedy, Dominick Cruz—, que llevaban allí mucho más tiempo que Conor, pero que no cobraban tanto. Puede que esto no agradara a algunos de ellos, pero las ganancias de Conor eran una indicación del impacto que había causado en la compañía en un período tan corto. Los días de hacer cola para cobrar el subsidio de paro en la oficina de correos de Lucan eran ya un recuerdo lejano.

Tal como dijo por entonces el director general de la UFC, Lorenzo Fertitta:

Al fin y al cabo, esto es un negocio. Este hombre puede atraer espectadores de un país entero. Cuando Conor pelea, toda Irlanda cierra. Hace subir los niveles de audiencia de los programas de pago. Fue la estrella en Irlanda por primera vez y nos hizo ganar 1,4 millones. Naturalmente, vamos a premiar a los luchadores que son muy buenos en el octágono y tienen muchas victorias y cosas así, pero cuando un tío provoca la excitación que provoca Conor, está en condiciones de forzar un poco las negociaciones a su favor, porque aportas eso a la UFC.

Con el fin de aclimatarnos, decidimos viajar a Las Vegas unas cuatro semanas antes del combate. Conor tenía que reunirse con Artem Lobov y conmigo para tomar el avión, pero cuando llegamos al aeropuerto nos llamó y dijo que estaba muy acatarrado y que no se sentía en condiciones de volar.

—Me pondré bien —dijo Conor—. Solo necesito unos días para ponerme mejor. Adelantaos vosotros y yo os seguiré esta misma semana.

No me convencía mucho lo de viajar sin Conor, pero si no se sentía bien tampoco iba a entrenar, así que decidimos seguir adelante y esperar a que Conor se recuperara mientras nosotros tomábamos el sol en Nevada. Y me alegro de haberlo hecho, porque Artem y yo nos lo pasamos muy bien aquellos días. Muy bien.

La única vez que yo había estado en Las Vegas habían sido los pocos días que pasamos allí cuando Conor estaba gestionando su visado para la pelea en Boston, aproximadamente un año antes, pero no habíamos podido hacer mucho, y el hotel en el que nos alojábamos era una porquería. Esta vez fueron a recibirnos al aeropuerto y nos llevaron al Red Rock Resort. Es un

hotel de lujo en las afueras de la ciudad, a media hora en coche de la avenida principal. Los propietarios son los hermanos Fertitta, Frank y Lorenzo, que también son propietarios de la UFC. Al llegar no teníamos ni idea de dónde nos iba a meter la UFC, así que cuando fuimos a parar al Red Rock nos quedamos muy impresionados. Cuando nos enseñaron nuestra habitación, nos quedamos estupefactos. Era un sitio increíble, con una terraza maravillosa y un frigorífico enorme, repleto de comida y bebida.

—Conor se va a llevar un disgusto cuando vea lo que se está perdiendo —dijo Artem.

—Tiene que haber un error —respondí yo—. Es imposible que nos tengan en un sitio como este todo el mes. A lo mejor es solo la primera noche, a modo de bienvenida, y mañana por la noche nos llevan a una habitación mucho más modesta. Esto es demasiado bueno para ser verdad.

Decidimos que bien podíamos disfrutar de la hospitalidad mientras durara. Los dos primeros días, cada vez que tomábamos alguna bebida en la habitación la reponíamos después con bebidas que comprábamos en el supermercado, porque dábamos por supuesto que saldría mucho más barato. No queríamos que nos cobraran un ojo de la cara por unas latas de cerveza. Tomamos un taxi para ir al centro, pero el trayecto de ida y vuelta nos costó cien dólares, así que decidimos quedarnos en el hotel a partir de entonces, porque aquello nos pareció muy caro. Y así estuvimos hasta que Artem se puso a hablar con una chica rusa que trabajaba en la recepción.

—¿Vais a ir al centro esta noche? —preguntó ella.

—No —dijo Artem—. Sale demasiado caro ir y volver.

—¿Y por qué no le decís a Dave que os lleve?

—¿Quién es Dave?

—Vuestro chófer.

—¿Tenemos un chófer?

—Sí, está a vuestra disposición veinticuatro horas al día. Os llevará adonde queráis.

—¿Gratis? —intervine yo.

—Pues claro. Todo es gratuito para vosotros.

—¿Hasta la comida y la bebida?

—Todo.

También nos dijo que la habitación en la que estábamos costaba 1500 dólares por noche. Artem y yo nos miramos y tratamos de no echarnos a reír. Durante los días siguientes pasamos mucho tiempo haciéndonos llevar de un lado a otro por Dave en una limusina. La mayoría de las veces ni siquiera queríamos ir a ninguna parte. Éramos como dos niños entusiasmados por que se nos llevara por Las Vegas en limusina. Tampoco nos cortamos con la comida y la bebida, acumulando una factura enorme. Vaciamos el frigorífico, pero el hotel lo volvió a llenar casi inmediatamente. Era todo muy infantil, pero ¿qué se puede esperar de dos tíos con un montón de tiempo libre en Las Vegas?

Cuando Conor llegó por fin, sintiéndose otra vez fresco y sano, nos burlamos de él por haberse perdido toda aquella diversión.

—Lo siento, Conor —dije—. Ya nos hemos pillado la habitación buena. Me temo que tú tendrás que conformarte con una habitación individual normalita.

Pero resultó que nuestra habitación no era nada en comparación con la que le tenían reservada a Conor. Él se alojaba más arriba, en el penúltimo piso, en una *suite* de 7500 dólares por noche con dos mayordomos. La única *suite* mejor que aquella estaba en la última planta, y en ella se alojaba Alicia Keys. El hecho de que nos trataran con tanto lujo era un indicio de lo mucho que la UFC estaba empezando a valorar a Conor. Él no iba a tardar en acostumbrarse a ello.

Artem y yo lo pasamos muy bien durante unos días, pero nos metimos en faena en cuanto llegó Conor. Por suerte, no tenía ninguna secuela de la enfermedad, así que durante las últimas semanas antes del combate pudo esforzarse mucho. Lorenzo Fertitta tiene un gimnasio privado en el sótano, lo que nos venía muy bien, y allí fue donde entrenamos. En las fases finales del entrenamiento Conor parecía en perfecta forma, lo cual aumentó mi confianza en que nos esperaba una victoria rotunda.

A medida que se acercaba la velada, iba quedando claro que, aunque en el cartel de la UFC 178 había muchos combates muy buenos, ninguno se estaba anunciando con tanto bombo como el de McGregor contra Poirier. Según la UFC, el once por ciento de las 10 500 entradas para el evento se había vendido en Irlanda, pero en los últimos días la presencia irlandesa en la

ciudad parecía indicar que el cálculo se había quedado corto. La ciudad estaba invadida por aficionados irlandeses. Era difícil creer que tantas personas hubieran viajado tan lejos para ver la pelea. El apoyo y la simpatía eran increíbles. No podíamos ir a ninguna parte sin que nos pararan y nos desearan lo mejor. Y no eran solo los irlandeses. Conor también tenía seguidores norteamericanos, de todo el mundo... y muy apasionados. Parece que Conor no tiene fans casuales. La gente que le sigue lo hace casi religiosamente. Ya en Dublín habíamos visto cómo las cosas iban yendo más que bien, pero fue en Las Vegas donde nos dimos cuenta de que Conor McGregor era un fenómeno global.

Un par de días antes de la pelea nos mudamos del Red Rock al hotel del MGM Grand, para estar más cerca del lugar donde se iba a celebrar el combate. Un día antes de la velada, en la mañana del día de los pesajes, mientras Conor estaba en las últimas fases de su reducción de peso, tuve que correr escaleras abajo desde nuestra habitación al vestíbulo para pedir más toallas. Al cruzar el vestíbulo del casino, oí que me llamaban por mi nombre.

—¡Eh, John! ¡Entrenador!

Me volví y vi un grupo de jóvenes irlandeses que me saludaban desde una de las barras. Supuse que solo querían desearnos suerte, así que les devolví el saludo y dije «Gracias, tíos».

Pero ellos me hacían gestos de que me acercara más.

—¡Ven aquí, entrenador!

—¿Para qué? —pregunté, puesto que tenía un poco de prisa.

—Para tomarte unos chupitos con nosotros.

—Tíos —respondí—, son las ocho de la mañana.

—¿Y qué?

Supongo que así es Las Vegas.

Muchas veces se habla de la capacidad de Conor para meterse en la cabeza de su contrincante mucho antes de que tenga lugar la pelea. Ya lo habíamos visto en el combate contra Diego Brandão, y resultó mucho más evidente con Dustin Poirier. Antes incluso de que se anunciara la pelea, Poirier ya llevaba algún tiempo criticando a Conor en los medios. Conor no gustaba a muchos

luchadores, claramente envidiosos de la atención —y los emolumentos— que estaba recibiendo a pesar de ser nuevo en la escena. Poirier en particular parecía bastante obsesionado. Aseguró que iba a ganar la pelea con facilidad, mientras que Conor estaba prediciendo un KO en el primer asalto. «Dustin piensa que todo es cuestión de hablar, pero cuando se despierte con la nariz al otro lado de la cara se va a dar cuenta de que no todo es hablar».

Intercambiaron insultos en conferencias de prensa, y los preparativos permitieron a Conor exhibir su personalidad ante el público más numeroso de su vida. En Estados Unidos lo llaman «hablar mal», pero para Conor es simplemente decir a sus contrincantes lo que de verdad piensa. Hay gente que lo considera una falta de respeto, y aunque en un par de ocasiones se ha pasado de la raya y ha acabado disculpándose por las cosas que ha dicho, este aspecto de su carácter es algo que yo nunca intentaría moderar ni modificar. Lo cierto es que disfruto viendo sus enfrentamientos verbales con sus adversarios. Forma parte del juego de la lucha, y siempre ha sido una parte importante del arsenal de Conor. Para él es algo divertido, y típico de Dublín. Creo que tiene su origen en Crumlin, donde los jóvenes tienen que hablar con auténtico ingenio y mordacidad. Si no puedes vacilar y aguantar que te vacilen, lo vas a pasar mal.

Si estamos de acuerdo en que uno de los objetivos de la lucha profesional es rentabilizar tu carrera al máximo, entonces lo que Conor está haciendo — dar espectáculo fuera del octágono y no solo dentro— tiene sentido. Vende entradas, vende programas de pago en televisión, eleva el perfil de las MMA. Como solía decir Muhammad Ali, la mitad del público quiere verte patear culos, y la otra mitad quiere ver cómo te patean el culo a ti. Lo mismo pasa con Conor. Estamos hablando de un deporte en el que los atletas se arriesgan a sufrir lesiones graves y las carreras son cortas. Conor es consciente de esto y no oculta que quiere ganar todo el dinero que pueda mientras pueda.

Mi implicación en las artes marciales se debió a mi pasión por el deporte, no al deseo de ganar dinero, pero reconozco la importancia de que te paguen bien por los riesgos que corres. A nivel profesional, los deportistas compiten, primero y ante todo, para ganarse la vida. Las MMA implican graves riesgos. Si tu carrera de luchador dura varios años, estás poniendo en juego tu cuerpo... y en particular tu cabeza. Cuando alguien me dice que quiere luchar

profesionalmente, procuro asegurarme de que comprende la gravedad de la decisión que está a punto de tomar. La gente puede entrenar en MMA para mejorar su salud y su estilo de vida, pero eso es muy distinto de competir. Tienen que entender los peligros que ello implica, en especial cuando hay riesgo de lesiones cerebrales, que es una de las razones por las que desaconsejo el entrenamiento duro. En mis tiempos de luchador, probablemente no era del todo consciente de los riesgos. Quiero asegurarme de que todos los luchadores del SBG sepan exactamente en qué se meten cuando deciden entrar en la jaula. Si lo hacen, yo haré todo lo que pueda para asegurar que saquen el máximo partido a su carrera. En un mundo ideal, ganarían suficiente dinero para ir tirando el resto de su vida. No siempre es el caso, pero desde luego es el objetivo. Por supuesto, solo unos pocos elegidos van a ganar tanto como Conor McGregor. Pero mientras los luchadores ganen lo suficiente para vivir cómodamente con sus familias, no se puede pedir más.

Si alguna vez me parece que una persona está sufriendo demasiados daños en su búsqueda del éxito, intervengo y le digo lo que pienso, y por lo general renuncian. Lo he hecho antes y sé que lo tendré que volver a hacer. Como entrenador, es mi responsabilidad.

Los pesajes antes del UFC 178 fueron similares a los de la pelea con Brandão, con Conor teniendo que ser contenido mientras hacía todo lo posible por provocar a Poirier, que estaba claramente con los nervios de punta. Mientras esperábamos detrás de la puerta, me pareció oír fuertes cánticos de «Olé, olé, olé». Cuando entramos, vi que el MGM Grand estaba repleto de fans irlandeses, que estallaron cuando apareció Conor.

Me volví hacia Dana White y dije:

—¿Estamos en Las Vegas o en Dublín?

—Es increíble —dijo él—. No he visto nada igual en mi vida.

Poirier perdió los nervios después de pesarse. Empezó a gritar y a señalar agresivamente al público, que le increpaba. Parecía estar lleno de energía negativa. Diez semanas después del combate con Brandão, había una clara sensación de *déjà vu*. Me resultaba bastante sorprendente ver a aquellos

experimentados luchadores de la UFC tan afectados psicológicamente por aquel joven gallito de Dublín que a esas alturas todavía era un recién llegado. Parecía que Conor tenía a toda la plantilla al borde del ataque de nervios. Lo normal sería suponer que aquellos luchadores veteranos lo habrían visto todo, pero parece que nunca habían visto a alguien como Conor. Viendo cómo lo manejaban —o no conseguían manejarlo— tipos como Brandão y Poirier, me di cuenta de que la mayoría de los participantes en este juego eran novatos en este aspecto particular. Cuando Conor apareció e hizo subir la marea, muchos de ellos se ahogaron.

Salir a la palestra en el MGM Grand fue una experiencia irreal. A lo largo de los años había visto muchísimas peleas en aquel escenario, y ahora iba a participar en una de ellas. Lo que lo hacía más irreal era la cantidad de irlandeses que había entre el público. Una vez más, Conor iba a tener un apoyo mayoritario, a pesar de que se enfrentaba a un norteamericano en Estados Unidos.

Conor siguió provocando a Poirier mientras el árbitro, Herb Dean, reunía a los luchadores para darles las últimas instrucciones. En cuanto empezó el combate, atacó directamente y lanzó a la cabeza de Poirier un tremendo gancho que falló por poco. Se pudo ver que la expresión de la cara de Poirier cambiaba al instante, y apenas dio otro paso adelante durante el resto de la pelea.

Conor controló la dinámica del combate y castigó a Poirier con unos golpes que le estaban afectando visiblemente; no pudo contrarrestarlos con mucho más que un par de patadas poco efectivas. Aproximadamente a los noventa segundos de iniciado el combate, Conor le descargó a Poirier un izquierdazo que lo dejó tambaleante. Segundos después, Conor conectó de nuevo —esta vez detrás de la oreja derecha de Poirier— y el norteamericano se vino abajo. Tras un par de golpes más para rematar la faena, Herb Dean intervino para confirmar la cuarta victoria de Conor en la UFC. Oficialmente, le llevó un minuto y 46 segundos. Un KO en el primer asalto, como había prometido.

—No solo los noqueo, elijo el asalto —dijo Conor en su entrevista en el

octágono después de la pelea—. Podéis llamarme «Mystic Mac», porque predigo estas cosas. Estos pesos pluma no lo entienden, es un juego diferente cuando yo los golpeo. Quería venir aquí, a Estados Unidos, para anunciarle al público norteamericano la nueva era del Luchador Irlandés, y he traído conmigo a todo mi país. Si uno de nosotros va a la guerra, todos vamos a la guerra.

La UFC sabía desde hacía mucho tiempo que con Conor tenían algo especial, pero en cada pelea su estrella brillaba más y más. Ahora lo había hecho bajo las luces de Las Vegas, contra uno de los mejores contendientes de la división. Solo doce meses después de operarse de una lesión que habría podido mantenerle fuera del octágono durante un par de años, Conor se había colocado en una posición donde la cumbre estaba al alcance de la mano.

—¡Guau! Esto es lo que hay, señoras y señores. No se equivoquen, Conor McGregor va en serio —dijo después Joe Rogan—. Ha hecho que pareciera fácil. Como si tal cosa. Ha sido glorioso. Nadie le había hecho eso a Poirier.

Después de la velada, Conor divirtió al público en la conferencia de prensa, vestido con un traje nuevo de color marfil. Le dieron un premio de 50 000 dólares al «Luchador de la Noche», que elevó su paga a 200 000 dólares. Los trajes de marca se habían convertido en un detalle habitual de su recién adquirida riqueza, y yo me pillé uno para las celebraciones de aquella noche.

14

Con el auge de las MMA femeninas gracias a personas como Ronda Rousey, la UFC decidió crear una segunda división de peso para mujeres. Se lanzaría en una temporada de *The Ultimate Fighter* en 2014, y la ganadora se convertiría en la primera peso paja de la UFC. Cuando le ofrecieron un contrato a Aisling Daly, le llegó la oportunidad perfecta de conseguir aquello a lo que siempre había aspirado.

En su debut en Las Vegas el 12 de diciembre de 2014, Ais hizo abandonar a Alex Chambers con una presa de brazo en el primer asalto. La victoria quedó un poco deslucida por el hecho de que no había dado el peso. Era la primera vez que esto le ocurría al SBG en la UFC, y es de esperar que no vuelva a ocurrir. Pero la victoria fue un momento especial para Ais, que por fin había tenido la oportunidad de actuar en el mayor escenario de todos.

Mientras Ais se convertía en el siguiente luchador del SBG que triunfaba en la UFC, Conor estaba ocupado preparándose para su siguiente pelea. Puede que estuviéramos un poco decepcionados porque no nos hubieran ofrecido una figura con más nombre que Dennis Silver, pero nunca habíamos rechazado un combate y no íbamos a empezar ahora. Como habíamos estado diciendo todo el tiempo, los contrincantes no importaban. Cada uno de ellos no era más que otro pequeño obstáculo entre Conor y el campeón, José Aldo. Yo estaba convencido de que ya era demasiado bueno para todos ellos, así que daba lo mismo con quién peleara. Conor podía vencerlos, fueran cuales fuesen su nombre, su historial, sus cualidades, etcétera.

Tras la victoria sobre Dustin Poirier, sentíamos que Conor había hecho lo suficiente para ganarse un combate por el título de los pesos pluma. No es que la UFC no estuviera de acuerdo, pero el problema era que Aldo ya estaba

comprometido para defender el cinturón ante Chad Mendes, en un encuentro a celebrar cuatro semanas después de nuestra pelea contra Poirier. Si Aldo ganaba, que era lo que todos esperábamos, lo más probable era que pasara mucho tiempo antes de su siguiente defensa del título, porque no tenía fama de ser muy activo. En los tres años y medio que llevaba en la UFC, Aldo solo había peleado seis veces. Conor ya había estado bastante tiempo inactivo debido a su lesión de rodilla, y no le interesaba esperar sentado a ver qué pasaba. Quería pelear de nuevo —a ser posible, antes de que terminara 2014—, e insistió a la UFC para que le preparara otro combate. No había ningún hueco para que compitiera antes de que terminara el año, pero había una velada programada en Boston para el 18 de enero de 2015, y ¿quién mejor que Conor McGregor para encabezar el cartel en la capital irlandesa de Estados Unidos? Había subido al puesto quinto en la categoría de pesos pluma, mientras que Dennis Silver estaba en el décimo. Sí, habría sido bonito pelear con una de las primeras figuras, pero lo cierto era que, a pesar de lo que decían en las entrevistas, muy pocos de ellos levantaron la mano para aceptar la oportunidad.

Dennis Silver era un veterano con más de treinta peleas profesionales, y había ingresado en la UFC en 2007. Yo sabía mucho de él, de los tiempos en que competía en el circuito europeo. De hecho, Arni Isaksson le había hecho abandonar en 2006 en la final de un torneo de ocho luchadores de peso welter en Cage Warriors. Además, Silver acababa de volver de una suspensión por usar sustancias dopantes... y Conor no paraba de recordárselo en los medios de comunicación durante los preparativos para la pelea: «Es un enano alemán adicto a los esteroides».

Yo respetaba a Silver por su capacidad y su experiencia, pero, aunque todo es posible, no pensaba que un bajito y cuadrado veterano de treinta y seis años pudiera causarle muchos dolores de cabeza a Conor. De eso estaba seguro.

Mientras Irlanda iba poco a poco acostumbrándose a ser la cuna de la mayor estrella masculina de las artes marciales mixtas, el interés de la prensa por este deporte aumentó espectacularmente. Fue un viaje del hambre a los

banquetes en menos de dos años, dado que las MMA habían sido hasta entonces completamente ignoradas por los principales medios de comunicación irlandeses.

Una consecuencia del aumento del interés del público en Irlanda fue la gran atención que se dedicó a la cuestión de si las MMA son demasiado violentas. Participé en varios debates en los medios, y casi todos parecían seguir el mismo patrón: yo exponía los hechos y la persona del bando contrario emitía una opinión del tipo «Eso no me gusta». Había estado manteniendo el mismo debate durante años —con amigos, con la familia o con cualquiera que preguntara—, desde mis comienzos en este deporte. La diferencia era que ahora había mucha más gente escuchando.

En el fondo, la polémica sobre si las MMA son demasiado violentas es cuestión de definiciones. Para mí, «violencia» sugiere un altercado en el que una de las partes en realidad no quiere participar. No creo que se pueda usar esa palabra para describir una competición deportiva —ya sea MMA, boxeo o cualquier otra cosa— en la que dos adultos participan voluntariamente. De hecho, creo que es honorable que dos individuos accedan a competir uno contra otro bajo unas reglas concretas, en una fecha dada, con un peso acordado y bajo la supervisión de un árbitro y varios jueces.

Durante la preparación para el combate con Silver, una política irlandesa, la senadora Catherine Noone, exigió que «este vil pseudodeporte» fuera prohibido en Irlanda, añadiendo que jamás había visto un combate. La senadora no tardó en echarse atrás, reconociendo que se había precipitado. Por desgracia, como consecuencia de sus comentarios recibió un montón de comentarios desagradables por parte de aficionados a las MMA, lo que no contribuyó precisamente a mejorar la reputación de este deporte y de los que participamos en él. Siempre me ha parecido que la manera más eficaz de cambiar la opinión de alguien para mejor es animarlos a asistir a una velada o a visitar un gimnasio. Eso les da la ocasión de comprobar por sí mismos que los individuos que participan son personas normales que disfrutan con los deportes competitivos, y no salvajes sedientos de sangre. Invitamos a la senadora Noone al gimnasio, y ella aceptó la oferta. Después de su visita, lejos de exigir que se prohibieran las MMA, pidió que fueran reconocidas por el Consejo Irlandés de Deportes. Es una señora simpatiquísima, que hizo

algunos comentarios mal informados desde una posición de ignorancia, pero que no tardó en cambiar cuando tuvo ocasión de ver lo que es realmente este deporte.

Por supuesto, reconozco que las MMA no son para todo el mundo, y no tengo ningún problema con ello. Si no te gustan, no tienes por qué mirarlas. Vivimos en una sociedad libre, en la que tenemos la suerte de poder elegir entre una gran variedad de actividades. Si una de ellas no te gusta, eso no es razón suficiente para prohibirla. Me parece raro que a mucha gente le fascine ver a un tipo pequeñajo fustigando a un caballo en una pista de carreras, pero cuando en la tele hay carreras de caballos me limito a cambiar de canal y no vuelvo a pensar en el asunto. En cuanto al riesgo, estadísticamente hablando, las MMA están aproximadamente al mismo nivel que otros deportes de contacto. Se tiende a pensar que las MMA son más peligrosas que el boxeo, pero un estudio a largo plazo realizado en Canadá demostró que los boxeadores sufren daños más graves que los luchadores de MMA. Si compites en MMA, acabas sufriendo el mismo tipo de golpes y contusiones que se ven en el *rugby*, pero la tasa de lesiones graves es baja.

Nunca me he peleado con nadie en el debate sobre las MMA, pero sí que mantuve discusiones acaloradas cuando tenía veintitantos años. Intentaba convertir a la gente a mi manera de pensar, como un vegano o un practicante del CrossFit, tan inmersos en lo que están haciendo que hablan constantemente de ello y no pueden entender que a otros no les apasione tanto. Reconozco que en ciertas épocas llamaba a los programas de radio en los que se debatía el tema y mantenía encendidas discusiones. Supongo que ahora soy mucho más moderado.

Las MMA han ganado una enorme cantidad de seguidores en Irlanda, y sobre ellos recae la responsabilidad de que este deporte tenga buena imagen. En este aspecto, es importante reconocer que sin sus fans más apasionados las MMA podrían no haber sobrevivido. En la oscura era de los primeros años del siglo, la UFC tenía problemas para seguir adelante. Fueron los fervientes aficionados de los foros de internet los que la mantuvieron viva, corriendo la voz a sus amigos e intentando convertir a todo el que podían. El estreno de *The Ultimate Fighter* en 2005 marcó el comienzo de una nueva era, pero la UFC —y por extensión, todo el deporte de las MMA— probablemente no

habría llegado muy lejos de no ser por los aficionados y lo mucho que significaba para ellos. Siempre es importante recordar esto. Pero, al mismo tiempo, a menudo me avergüenza el comportamiento de algunos aficionados en la red, sobre todo al ver lo pendencieros que se ponen al defender este deporte cuando este es criticado. En lugar de increpar a alguien porque no le gustan las MMA, los fans deberían adoptar una postura más positiva, intentando convencer de manera amistosa. Es la mejor manera de que un aficionado a las MMA ondee la bandera de nuestro deporte.

Si alguien viene al SBG, lo más probable es que vea una clase de *jiu-jitsu* para niños y conozca a personas inteligentes como Owen Roddy y Peter Queally. No es muy diferente de lo que se puede ver en cualquier entorno deportivo. Por supuesto, eso no quiere decir que no haya imbéciles en las MMA. Como en cualquier deporte, las leyes de probabilidad determinan que haya unas cuantas manzanas podridas.

La obesidad es un problema mucho mayor para la sociedad que la agresividad implícita en algunos deportes. Una vez oí a un jugador de fútbol gaélico al que le preguntaron si el fútbol convencional es el enemigo de su deporte. Respondió que el único enemigo es la inactividad. Lo más importante es animar a los chavales a practicar alguna actividad física, ya sean artes marciales, juegos de pelota, gimnasia o cualquier otra cosa.

Cuando era pequeño me pasaba todo el día, todos los días, corriendo por la calle, pero no recuerdo que nunca me cansara. Ahora hay chavales que en su primera sesión en mi gimnasio caen de rodillas sin aliento después de un par de vueltas sobre las colchonetas. Eso es preocupante. Nuestros niños son cada vez más sedentarios, y eso va a ejercer una tremenda presión sobre nuestro sistema de salud pública en los próximos años, cuando tenga que atender a una generación con huesos más débiles, más grasa, poco músculo magro y sistemas inmunitarios debilitados. Todo esto va a causar graves problemas, así que apoyo cualquier iniciativa que mantenga activos a los niños.

Además, hay que tener en cuenta que vivimos en una sociedad en la que todo el mundo tiene miedo de ser demandado. Los ayuntamientos se resisten a construir parques infantiles por miedo a que se los lleve a los tribunales si un niño resulta herido al jugar en uno de ellos. Los niños se caen y sufren

golpes y contusiones; a veces se rompen un hueso. ¿Y qué? Forma parte del crecimiento. A largo plazo, la inactividad es mucho más peligrosa que un rasguño en la rodilla.

A veces me preguntan si me gustaría que se introdujeran cambios en las reglas de las MMA para hacerlas más aceptables por un público más amplio, pero la respuesta es siempre un *no* categórico. Lo que sí me gustaría ver es un primer asalto de diez minutos, como en los viejos tiempos de Pride. O, mejor aún, combates de quince minutos sin descansos; es decir, nada de asaltos separados. En ese caso, creo que veríamos muy pocos combates que llegaran a decidirse por puntos. Pondría a prueba la capacidad de los luchadores para resistir el ritmo, lo que a su vez les proporcionaría una valoración mucho más clara de sus habilidades, ya que tendrían que luchar contra la fatiga. Estoy tentado de organizar una velada de este tipo a nivel local, para ver cómo funciona. Paradójicamente, creo que esto reduciría la cantidad de castigo innecesario que los luchadores sufren algunas veces. Suprimir ese minuto de descanso entre asalto y asalto cambiaría toda la dinámica. A veces, un luchador está a punto de ser vencido al final de un asalto, pero después tiene sesenta segundos para recuperarse, lo que puede dar ocasión a que sufra aún más daños en el siguiente asalto. El combate de la UFC Fight Night 85 entre Neil Magny y Hector Lombard es un buen ejemplo. Lombard recibió un enorme número de golpes sin respuesta en los últimos momentos del segundo asalto, y por fin el árbitro detuvo el combate a los 26 segundos del tercero. Sin descanso, creo que se pondría punto final a más peleas en el momento adecuado, y los luchadores recibirían menos castigo.

También se critica con frecuencia el criterio de los jueces de las MMA. En casi cualquier velada de la UFC hay al menos una decisión controvertida de los jueces. Hay quien ha sugerido otros métodos de puntuar una pelea, en lugar de tener sentadas junto a la jaula a tres personas que van dando puntos según lo que ven, pero lo cierto es que ningún sistema será perfecto, porque al fin y al cabo es una cuestión de opinión. Se podría juzgar simplemente contando los derribos y los golpes, como en el sistema que se usa en el boxeo *amateur*, donde los jueces aprietan un botón de un aparato cada vez que se conecta un golpe puntuable, pero eso no funcionaría en las MMA: este deporte es demasiado complicado, y el juicio va a ser inevitablemente

subjetivo. Juzgar combates de MMA es como probar dos variedades de la misma sopa. Aunque sean similares, vas a preferir una a la otra, y no existe una razón científica para ello. También creo que es imposible que exista un juez que no incluya sus propias emociones en la ecuación. Puede que tenga una relación con alguno de los luchadores —podría ser amigo de su entrenador o de un compañero de equipo—, y puede que no le guste lo que ha visto del luchador en los medios de comunicación (en cuyo caso, Conor podría tener problemas si vuelve a pasarse de la raya). Un juez con experiencia en lucha libre puede juzgar una pelea de manera completamente diferente de la de otro con experiencia en *kick-boxing*.

La conclusión es que cuando intervengan seres humanos siempre va a haber zonas grises y, para ser sincero, a mí me parece bien. De vez en cuando puedes ver una decisión extraña, pero eso es de esperar. Creo que los jueces aciertan en la gran mayoría de los casos, aunque los seguidores del perdedor intenten convencernos de lo contrario en las redes sociales.

Una vez más, Conor se entrenó a conciencia para la pelea contra Dennis Silver. Es impresionante cómo consigue mejorar entre un combate y otro. Cuando empiezas a pensar que no puede mejorar mucho más, te demuestra que estabas equivocado.

Un par de semanas antes de la pelea, Dana White anunció que si Conor ganaba sería premiado con un combate por el título contra José Aldo, que había defendido con éxito su cinturón ante Chad Mendes en octubre. La revelación de Dana fue una gran noticia en su momento, pero en realidad no cambió nada para nosotros. Era lo que estábamos esperando. A aquellas alturas, ningún otro combate tenía sentido. Y allí estábamos, solo dos años después de la última pelea de Conor en Cage Warriors y a un solo combate de poder competir por el mayor galardón de nuestro deporte.

Un obstáculo que encontramos antes de la pelea con Silver fue que a Conor le resultó más difícil de lo normal reducir peso. La pelea iba a tener lugar tres semanas después de Navidad, y una dieta sumamente estricta iba a ser muy problemática en época de fiestas. Además, reducir peso es siempre más difícil cuando hace frío, y Boston en enero es puñeteramente frío.

Cuando llegamos allí, dos semanas antes del combate, todo era mucho más básico que lo que habíamos disfrutado en Las Vegas. En esa fase del proceso, es fundamental comer del modo adecuado, porque las raciones son muy pequeñas. Casi todo son ensaladas y cosas por el estilo. Sin embargo, el menú del hotel no ofrecía demasiadas opciones, y aquello planteaba otro pequeño problema.

Con los años, el proceso de reducción de peso se ha vuelto mucho más sofisticado —poco a poco, hemos ido encontrando la manera adecuada de hacer las cosas—, pero a mí me costó bastante tiempo aprenderlo. Recuerdo que cuando yo peleaba iba al pesaje el mismo día de la pelea y me forzaba al límite para dar 66 kilos. Después del pesaje, a pocas horas de la pelea, ¿cómo reponía energías? ¡Zampándome inmediatamente una enorme *pizza*! No tenía ni idea de lo que estaba haciendo. Afortunadamente, a base de años de experiencia he adquirido el conocimiento para hacer las cosas un poco mejor.

El proceso de reducir peso es diferente para cada luchador, pero en general implica semanas de dieta estricta, varios días de cargarse de agua en la semana del combate, y veinticuatro horas intensivas de eliminar líquidos, por lo general en una sauna o en un baño de agua salada. Conor es partidario de esto último, aunque es un poco molesto. Una vez me eché a reír cuando volvía de ayudar a uno de mis luchadores a perder sus últimos kilos en el baño y Orlagh dijo que le gustaría intentarlo alguna vez... ¡como si fuera cuestión de poner un poco de música y relajarse en un agradable baño durante una hora! En realidad tienes que pasar horas en un baño caliente con sales de Epsom.

En las semanas previas a la pelea debes reducir poco a poco tu ingesta de calorías mientras, al mismo tiempo, intentas mantener tu nivel de entrenamiento. Esto exige mucha disciplina, porque siempre se presentan tentaciones. Después —por lo general el domingo anterior a una pelea en sábado— empieza la fase de cargarse de agua. Esto implica beber de ocho a diez litros de agua al día, hasta que llega un momento en que te sientes físicamente enfermo. El resultado de estos pocos días es que el luchador acumula un peso que solo es agua. Entonces llega el jueves por la tarde, y empieza la verdadera reducción, con los baños o la sauna. El calor extrae agua del cuerpo y el peso va bajando, pero el proceso es largo y difícil, y

sumamente desagradable. Perder esos últimos kilos puede ser una pura tortura. Es una prueba física y mental, y muchos no la superan.

Como trabajo con luchadores, a veces la gente me pide consejo para perder peso. Por lo general son mujeres que quieren adelgazar para una boda. Han oído decir que un luchador de MMA puede perder más de cuatro kilos en veinticuatro horas y quieren saber cuál es el secreto. Pero no hay ningún secreto. Reducir peso y perder peso son dos cosas muy diferentes. Si un luchador exprime su cuerpo con el fin de llegar a cierto peso durante un par de horas, para asistir al pesaje, ese peso lo repone en las veinticuatro horas siguientes, absorbiendo fluidos y recargando energía para la pelea. Todo este doloroso proceso tiene como objetivo adquirir la mayor ventaja posible de tamaño en la noche del combate.

Es curioso que durante la mayor parte de la semana, los luchadores se están metiendo agua por la garganta hasta que llega un momento en que sienten que no quieren volver a beber en su vida, y cuando llega el viernes darían lo que fuera por un trago. Es un ciclo raro y desequilibrado. Durante esas últimas veinticuatro horas, la comida y el agua quedan descartadas, porque se trata de ser lo más ligeros posible. Es un tremendo alivio subir a la báscula y dar el peso, pero la responsabilidad del profesional no termina ahí. Recuperar energías y rehidratarse es un proceso muy delicado. No puedes llenarte el cuerpo de comida y fluidos inmediatamente, a pesar del ansia de hacerlo. Tienes que reponer minerales y electrolitos en los momentos adecuados, para que tu organismo tenga tiempo de recuperarse. Esto se hace comiendo pequeñas porciones de buenos hidratos de carbono —pasta, puré de patatas, etcétera— a intervalos regulares.

Artem Lobov solía complicarse la vida cuando reducía peso. En lugar de reducirlo poco a poco a medida que se acercaba la pelea, solía dejarlo para el último momento, de modo que tenía que reducir mucho en un período muy corto de tiempo. Si yo estoy allí para ayudarlo, salimos adelante; pero si se le deja por su cuenta, no es tan fácil.

Para una de sus peleas, Artem tenía que reducir casi seis kilos la tarde antes de los pesajes, es decir en menos de veinticuatro horas. Decidió reducir la mitad aquella noche y la otra mitad a la mañana siguiente. Después de unas horas muy intensas, Artem había conseguido perder tres kilos antes de irse a

la cama a descansar. Se despertó poco después, algo delirante. Tenía muchísima sed y recordó que en el frigorífico había una botella de dos litros de Fanta. «Echaré un traguito, solo para aliviar la sed», pensó. Diez minutos después, estaba sentado a la mesa de su cocina, mirando la botella de Fanta vacía. Se había bebido hasta la última gota y recuperado todo el peso que había perdido torturándose durante toda la tarde. Volvió a levantarse al amanecer y se pasó toda la mañana en el baño para compensar su error, con su madre sujetándolo para asegurarse de que no saliera de allí. Al final, Artem consiguió dar el peso, pero este es un buen ejemplo de cómo no hacerlo.

Los pesajes suelen empezar a las cuatro de la tarde. El día que Conor tiene que pesarse, yo voy a su hotel a las nueve de la mañana y no me marchó hasta las dos de la tarde. Son cinco largas y difíciles horas de baños calientes, baños calientes y más baños calientes. Es bien sabido que Conor reduce mucho peso para no superar el límite del peso pluma, que son 66 kilos. Cuando sube a la báscula, no parece sano. Hemos sacado fotos durante el proceso de reducción de peso, y no son agradables. Seguro que él las incluye cuando escriba su historia. No es agradable mirarlas, sobre todo para Dee, su pareja. Los luchadores se someten a mucha deshidratación y sobrecalentamiento para perder peso, y esta es la parte del deporte que menos les gusta a todos. En el punto más bajo del proceso, Conor tiene ganas de decir «nunca más». Pero cuando llega el momento de subir a la báscula, con la bandera irlandesa sobre los hombros y miles de fans enloquecidos, la adrenalina entra en acción y prende una llama en su interior que hace que el sufrimiento haya valido la pena.

Por la noche, cuando Conor ha tenido varias horas para restaurar su organismo, yo estoy en mi habitación y él me envía fotos en las que vuelve a parecer humano. Todavía me preocupa que tenga calambres estomacales durante la noche, pero a la mañana siguiente me llega un mensaje de texto: «Me siento genial. He dormido como un bebé».

Esto es siempre un gran alivio. A estas alturas —quitando algunas cosillas menores que hay que hacer y decir—, mi trabajo ha terminado. Ya no puedo hacer mucho más. Ha dado el peso y es hora de pelear, y esa es una buena sensación porque para eso estamos aquí. Nos hemos metido en las

artes marciales para ser el mejor luchador, no el que mejor reduce peso. La reducción de peso es un mal necesario por el que hay que pasar antes de que empiece la diversión.

Últimamente, la reducción extrema de peso se ha convertido en un tema candente en el mundo de las MMA, sobre todo después de las muertes de luchadores en Brasil y Filipinas durante la preparación de sus peleas. El asunto ha llegado casi al punto en que los luchadores compiten unos con otros para ver quién reduce más peso, pero me alegra decir que esta cultura parece estar cambiando. La prohibición de la rehidratación intravenosa por parte de la UFC ha ayudado, y otras compañías están empezando a controlar el peso de sus luchadores durante un período largo de tiempo, en lugar de solo durante un momento el día antes de la pelea. Soy partidario de cualquier medida que cambie la práctica para mejor. Estoy a favor de todo lo que disuada a los luchadores de ponerse en peligro empujando sus cuerpos más allá del límite con la deshidratación.

En un mundo ideal, reducir hasta ese extremo no sería necesario, y yo siempre procuro asegurarme de que no se convierta en una tarea que acabe impidiendo que un luchador disfrute del deporte. Además, es menos probable que mejoren en las últimas semanas de entrenamiento si la reducción de peso interfiere con la cantidad de trabajo que son capaces de hacer.

Creo que con el tiempo Conor dejará la división de los 66 kilos, pero, tratándose de alguien tan experimentado como él, la decisión es cosa suya. Ahora, con mis nuevos luchadores, utilizo mi experiencia para decidir qué categoría de peso es la mejor para ellos. Pero para gente como Conor, es cuestión de discutir qué se ofrece por cada pelea y considerar si vale la pena volver a bajar a 66 kilos. A pesar de que antes de entrar en la UFC ganó su última pelea por encima de los 70 kilos, la organización le fichó como peso pluma porque la oferta de contrato llegó vía Sean Shelby, que programa todos los combates de la UFC por debajo de los 66 kilos. De los pesos ligeros hacia arriba, el que ficha es Joe Silva. Si la oferta inicial la hubiera hecho Joe, es probable que las cosas hubieran sido diferentes. Fue cuestión de suerte.

El pesaje para la pelea de Conor contra Dennis Silver se hizo el 17 de enero,

una fecha que tenía muchas resonancias para mí, y no solo porque es el cumpleaños de mi padre. El 17 de enero de 2009 fue el día en que Tom Egan perdió ante John Hathaway en UFC Dublín. Como equipo, aquel fue nuestro primer contacto con las grandes ligas. Entrar así en máximo nivel de nuestro deporte nos había enseñado exactamente lo que necesitábamos.

Cuando Conor se pesó por primera vez en la UFC dio 66 kilos. Aquello fue una declaración de principios. En todas sus peleas anteriores había dado medio kilo más, porque en las peleas donde no se disputa un título se permite un margen de error de medio kilo. El cinturón todavía no estaba en juego, pero Conor quería que el mundo supiera que estaba preparado para disputarlo.

Para generar publicidad, la UFC llevó a Boston a José Aldo, que presenciara el combate desde un asiento junto a la jaula. El plan era hacerle entrar en el octágono después de la pelea si Conor salía victorioso. Pero Aldo se negó diciendo que él solo entra en el octágono para pelear, lo cual me pareció raro porque recordaba haberle visto jugar al fútbol en la jaula con Kenny Florian cuando estaban promocionando su combate en 2011.

La noche del combate, Paddy Holohan —otra vez en su papel de berserker— nos consiguió un comienzo positivo ante un público de casi catorce mil personas en el TD Garden. Paddy se desquitó de la primera derrota de su carrera, tres meses antes, ofreciendo un combate contra Shane Howell en el que dominó completamente y ganó por decisión unánime de los jueces.

Cathal Pendred era el siguiente, y también salió airoso, consiguiendo su tercera victoria consecutiva en la UFC a costa de Sean Spencer. Hubo mucha controversia después, porque numerosos observadores opinaron que Cathal había tenido suerte con la decisión. Pero en realidad dos de los tres jueces otorgaron a Cathal los tres asaltos. Aunque es probable que perdiera el primero, yo creo que lo compensó con creces en el segundo y el tercero.

Pienso que gran parte del debate que rodeó el resultado se debió a los comentarios de Joe Rogan durante la pelea. Cuando Joe empieza a ver que un luchador gana ventaja, parece que su decisión está ya tomada y no lo puede ver de ninguna otra manera. Sean empezó bien, y parece que eso dejó zanjado el asunto para Joe, pero un combate no es solo el primer asalto.

Por fin llegó el momento de que Conor se asegurara el combate al que había estado aspirando desde que le llegó la primera llamada de la UFC: una pelea por el título contra José Aldo. Yo describiría el combate contra Dennis Silver como sencillo, aunque la bola de cristal de Conor le falló esta vez. Había vaticinado otro KO en el primer asalto, pero ya habían pasado casi dos minutos del segundo cuando el árbitro detuvo la pelea. La contienda siguió un patrón similar al de sus anteriores actuaciones, con Conor dando una imagen tranquila y relajada mientras abrumaba a su adversario con golpes y movimientos enormemente superiores. Silver era duro, pero era cuestión de tiempo que cediera. Conor lo derribó con un directo de izquierda al cuerpo y montó sobre él con un movimiento perfecto, forzando a golpes el final del combate al minuto y 54 segundos del segundo asalto. Estaba decepcionado por no haber podido terminar en los cinco primeros minutos, pero después dijo que se sentía como si estuviera funcionando solo al 40 por ciento de su capacidad.

Después de la pelea fui a estrecharle la mano al entrenador de Silver. Pero cuando él se volvió y me vio, empezó a gritarme improperios en alemán. Conor había molestado al equipo de Silver con algunas de las cosas que había dicho antes de la pelea, y era evidente que no estaban dispuestos a dejarlo pasar. El propio Silver se comportó con absoluta corrección, pero su entrenador no pareció encajar bien la derrota. Yo he estado en el lado perdedor muchas muchas veces. Independientemente del resultado, o de lo que se haya dicho en los preparativos, creo que es importante reconocer que una vez que el combate ha terminado se debe mostrar respeto y dejar las diferencias en el pasado. No entiendo otra manera de hacer las cosas. Es un deporte, aunque sea muy intenso. Si te has esforzado al máximo, debes estar en paz con el resultado, ya sea a tu favor o no. Además, la suerte influye más de lo que a todos nos gusta admitir, así que no hay que ser demasiado duro con uno mismo cuando se pierde y no hay que perder las maneras dándose bombo cuando se gana. Esta ha sido mi actitud desde el principio, y seguirá siéndolo hasta el final.

Conor, mientras tanto, en cuanto terminó el combate tenía otras cosas en la cabeza. Localizó a José Aldo en su asiento de pista, escaló la jaula y fue derecho hacia su siguiente contrincante. Mientras el campeón sonreía, Conor

le rugió a la cara: «¡Éire! ¡Éire!».

Parecía que Aldo se lo estaba pasando bien. Poco después, en una entrevista, dijo que estaba muy emocionado por el enfrentamiento porque iba a ganar un montón de dinero e iba a ser una defensa fácil de su título. «Aciertas en una de las dos cosas», pensé.

El enfrentamiento entre Conor y José junto a la jaula fue un gran momento televisivo, que encendió la rivalidad que se iba a desarrollar entre los dos. Todavía no se había fijado fecha para la pelea, pero la sensación inmediata era que aquello iba a ser muy grande. Fue una apasionante manera de redondear otra noche monumental para el SBG. Tres victorias en la UFC, una de las cuales garantizaba un combate por el título mundial. No podía imaginar una manera mejor de celebrar mi 38 cumpleaños.

15

Aunque la victoria de Conor McGregor sobre Dennis Silver fue lo que más atención atrajo de aquella velada en Boston, también fue muy satisfactorio ver que Paddy Holohan volvía a vencer. Después de perder por primera vez en su carrera en su anterior combate, Paddy estaba ansioso por reaparecer lo antes posible para corregir los malos efectos de su derrota ante Chris Kelades en octubre de 2014.

Paddy no estuvo tan bien contra Kelades como él puede estar, pero aun así sacamos algo positivo de ello. Para mí, lo principal fue, tal vez, que ahora Paddy sabía lo que es perder, después de haber estado imbatido en sus once primeros combates profesionales. Nada ilustra el valor de una victoria mejor que una derrota. Esto no quiere decir que Paddy no hubiera apreciado plenamente el sabor de la victoria hasta entonces, pero desde luego le dejó más motivado y centrado que nunca. Y en Boston esto se manifestó en una soberbia actuación contra Shane Howell.

Fue una época emocionante en la vida de Paddy. Por fin estaba compitiendo —y ganando— en la UFC, que siempre había sido su objetivo. Pero había algo más en el horizonte que tal vez fuera aun más importante para él.

Menos de un año después de inaugurar el nuevo gimnasio en Naas Road, el número de socios había aumentado hasta el punto de tener que pensar de nuevo en la expansión. Terminamos 2015 con setecientos miembros. Me interesaba la idea de abrir otro local en Dublín, y acordamos que Paddy sería la punta de lanza del proyecto. En el momento de escribir esto, todavía es un proyecto en progreso, pero confiamos en que el SBG Tallaght esté funcionando antes de que termine 2016.

Paddy es un orgulloso nativo de Tallaght, y tener ocasión de abrir un gimnasio allí significaba muchísimo para él. Todavía le quedan muchos años de luchar al máximo nivel, pero hace mucho tiempo que tengo claro que Paddy será también un excelente entrenador, un proceso que ya ha iniciado con nosotros en el SBG. Creo que hay gente que nace para enseñar y gente que no. Paddy tiene lo que hay que tener.

También Owen Roddy lo tiene. Paddy es todavía un luchador en activo, así que por ahora está compaginando las dos tareas, mientras que Owen ya se ha retirado de la lucha y entrenar a otros es su único objetivo. Como entrenador de Conor McGregor en la lucha a golpes, Owen está empezando a recibir mucho reconocimiento, y muy merecido. En mi opinión, en cuestión de logros está muy por delante de la mayoría de sus colegas. Tanto Owen como Paddy serán grandes entrenadores durante mucho tiempo.

Para ser un buen entrenador, lo primero y principal que necesitas es la capacidad de comunicarte eficazmente con personas con muy diferentes personalidades. Con mucha frecuencia, los mayores errores que veo cometer a los entrenadores se pueden achacar a un fallo de comunicación. Algunos entrenadores pueden haber sido grandes luchadores, y les puede resultar difícil comprender que sus discípulos son incapaces de hacer las cosas como ellos las hacían. El discípulo puede tener, simplemente, un estilo diferente, pero algunos entrenadores insisten en imponer su propio estilo a todo el mundo.

Tienes que ser capaz de adaptarte. Me considero bastante flexible: puedo trabajar con diferentes personalidades y estilos. Cuando uno trata con deportistas de alto nivel, es corriente encontrar grandes egos, y tienes que buscar una manera de comunicar tus ideas del modo adecuado para ellos.

También es imprescindible tener paciencia. Si estás trabajando en fuerza y acondicionamiento, por ejemplo, se te puede meter en la cabeza la idea de que estás entrenando a un grupo de atletas olímpicos. Pero la realidad es que la mayoría de tus clientes son probablemente unos don nadies que solo pretenden mantenerse en forma y con buena salud. Y tienes que ser paciente cuando estás enseñando a personas con diferentes niveles de habilidad y competencia. No todo el mundo va a salir convertido en un luchador de la UFC.

Si solo pretendes pasarlo bien entrenando, la gente te va a calar enseguida. O amas tu trabajo y te comprometes con él, o no lo haces. No hay término medio. Si abres un gimnasio solo para ganar dinero, está destinado a fracasar. Tienes que ser capaz de apreciar la emoción de lo que yo llamo «el momento guau»: cuando le explicas a alguien cómo funciona una técnica y ves que se le encienden los ojos cuando consigue llevarla a la práctica. Probablemente estos momentos me causan más satisfacción que una gran victoria de uno de mis luchadores en la UFC.

Algunos insisten en practicar con un entrenador que haya tenido una carrera exitosa como luchador. Otros se conforman con saber que el entrenador es capaz de enseñarles lo que necesitan para seguir mejorando. Consideremos, por ejemplo, a Greg Jackson, de Nuevo México: se le considera uno de los mejores entrenadores de este deporte... y jamás ha sido luchador.

Por supuesto, en último término el éxito o el fracaso dependen del deportista en cuestión, sea cual sea el historial de su entrenador en el octágono, y me parece una señal de inmadurez y falta de confianza en uno mismo que alguien insista en trabajar solo con un entrenador que también haya sido un gran luchador.

Como entrenador, tienes que estar preparado para aguantar un montón de malos rollos. Estás tratando constantemente con luchadores cabreados que intentan dar el peso mientras discuten con sus novias, con sus compañeros de equipo y parece que con todas las personas de su vida. En mi caso, muchas veces soy además su medio manager. Desde fuera, puede que la gente me vea como un tipo que sujeta almohadillas o que le grita a alguien que repita cinco veces más un movimiento, pero les aseguro que es mucho más complicado que eso.

Es fundamental la «visión desde el helicóptero». Hay que elevarse por encima de todo y ver lo que tus luchadores no ven: por ejemplo, que hay que traer un *sparring* concreto o tal vez un nutricionista. El asunto tiene muchas capas, y a cada momento se van añadiendo otras. Yo todavía estoy aprendiendo. Por mucho tiempo que siga siendo entrenador, ese proceso de educación no terminará nunca.

Con gente como Paddy Holohan y Owen Roddy, solo puedo confiar en

que yo los haya inspirado de la misma manera en que me inspiraron a mí entrenadores como Kieran McGeeney, Eoin Lacey y John Connor. Estos tres hombres, con su propia experiencia en esforzarse por llegar a los máximos niveles, me enseñaron muchísimo.

Eoin y John dirigen el Irish Strength Institute de Dublín, y han estado trabajando con mis luchadores en cuestiones de fuerza y acondicionamiento desde 2009. Kieran llegó por primera vez al SBG en 2009, cuando era gerente del equipo de fútbol de Kildare. Trajo a los jugadores del Kildare — más por curiosidad que por otra cosa— para hacer un poco de *jiu-jitsu* brasileño como parte de su entrenamiento de pretemporada. Varios años después, Kieran no solo es miembro del SBG, además es uno de nuestros entrenadores de JJB. En su propio deporte compitió al nivel más alto durante años, y he aprendido mucho de él sobre la mentalidad competitiva. Kieran es obsesivo en la búsqueda del éxito y la perfección. Ha sido una influencia enorme para mí.

Muchas veces me han dicho que tengo un enfoque metódico del entrenamiento, porque todo lo descompongo concisamente en partes. Cathal Pendred me comparaba con el entrenador de *rugby* de su colegio, que también era profesor de matemáticas. Puede que no sea mera coincidencia que, si me hubiera visto obligado a utilizar mi título de ingeniería para ganarme la vida, probablemente habría intentado dar clases de matemáticas. A veces la gente da por supuesto que mis métodos de entrenamiento se basan en mi experiencia académica en ingeniería, pero creo que es más un reflejo de mi personalidad que de mis estudios. Aunque fue mi madre la que me empujó al curso de ingeniería en el DIT, yo tenía el tipo de personalidad adecuado para que me entusiasmara.

Cuando era estudiante, siempre me gustaba trabajar en los laboratorios, porque allí todo lo que hacíamos tenía una pauta racional y lógica: A conduce a B, B conduce a C, y así sucesivamente. Básicamente, hay que seguir una serie de pasos para llegar a una solución definitiva. Por eso en el colegio me atraían más las matemáticas y la ciencia que las otras asignaturas. No eran como las clases de lengua y literatura, donde te podían preguntar tu opinión sobre *Macbeth*. Eso lo odiaba. No le veía sentido a que yo, un adolescente cualquiera de un colegio de Dublín, intentara encontrar algo interesante que

decir sobre *Macbeth* que no hubieran dicho ya los mejores profesores y eruditos de la lengua inglesa. Solíamos buscar respuestas estándar en los libros de texto, que se suponía que solo debían servir de guía, pero yo me las aprendía de memoria y las repetía palabra por palabra. Intentar encontrar alguna opinión forzada me parecía una tontería.

En cambio, con las matemáticas solo había una respuesta correcta, y tenías que encontrarla. No había dudas ni incertidumbres. Si no podías encontrar la única respuesta correcta, es que lo estabas haciendo mal. Sigue los pasos que te han explicado y encontrarás esa respuesta correcta. Creo que eso también se puede aplicar a secuencias de lucha cuerpo a cuerpo y a golpes. La gran mayoría de las veces solo existe un número limitado de situaciones en las que puedes encontrarte, y tienes que deducir las respuestas adecuadas a esas situaciones. Esta es la función del entrenador: asegurarse de que el deportista tiene las respuestas correctas a las situaciones más comunes. Después, es el deportista el que tiene que encontrar el terreno particular en el que quiere expresarse. Yo quiero que mis chicos sean sólidos como rocas en las presas y agarrones, en los derribos con una y con dos piernas, y en cómo lanzar un golpe. En cuanto tienen estos fundamentos, su personalidad los llevará a distintos estilos de lucha.

Después de que Conor McGregor derrotara a Dennis Silver, durante días me llovieron en las redes sociales mensajes de aficionados que pensaban asistir al combate por el título contra José Aldo. Se había hablado a la ligera de que la pelea tendría lugar en el Croke Park de Dublín, pero a mí me parecía —y me sigue pareciendo— muy poco probable que la UFC organizara una velada allí. Todas las señales apuntaban a Las Vegas, y en las redes se aventuraba que la fecha sería el 23 de mayo, en la UFC 187. Pero lo que oíamos en el mundillo era que el combate se iba a programar para la UFC 189. Los aficionados estaban tan ansiosos de estar allí para ver a Conor convertido en el primer irlandés que aspiraba a un título de la UFC que se adelantaron y reservaron sus vuelos a Las Vegas y sus hoteles para la fecha de mayo. Y después me enviaban fotografías de sus reservas.

Más o menos una semana después de la pelea con Silver, mencioné en

una entrevista radiofónica con Newstalk en Irlanda —aquí también parecieron sorprendidos cuando llegué al estudio y vieron que no era grande y terrorífico— que no había ninguna fecha confirmada para el combate, y que los aficionados no debían arriesgarse haciendo reservas. Pero algunos fueron incapaces de contenerse y estoy seguro de que, por desgracia, aquello les costó mucho dinero. Pocos días después, la UFC confirmó que José Aldo defendería su título de campeón de los pesos pluma de la UFC contra Conor McGregor en la UFC 189 en el MGM Grand Garden Arena de Las Vegas, el 11 de julio.

Otra cuestión que tenía fascinados a los aficionados era lo que ganaba Conor. La gente me preguntaba si me preocupaba que el dinero se le subiera a la cabeza y le distrajera de lo importante. «¿No empezará a aflojar ahora que está nadando en dinero? ¿Crees que esa será su perdición?».

Estoy seguro de que eso les ha ocurrido en incontables ocasiones a atletas de muchos deportes, pero yo conocía a Conor desde hacía el tiempo suficiente para saber que aquello no tenía que preocuparnos. Sí, ahora que estaba ganando unas cantidades de dinero con las que antes solo podía soñar, le estaba sacando el máximo partido. Pero Conor es lo bastante astuto para darse cuenta de que todo podría desaparecer en un instante si deja de centrarse en su deporte. En último término, todo es cuestión de motivación. Si tu único objetivo es el dinero, tu empeño en triunfar en la competición puede desvanecerse en cuando empiezas a admirar tu cuenta bancaria. Conor ha declarado públicamente que el dinero es un factor motivador para él, pero solo porque es una consecuencia de aprender, mejorar, competir y ganar... que es lo que le impulsa por encima de todo. Si un deportista está motivado solo por el dinero, perderá empuje en cuanto empiece a ganarlo en grandes cantidades. Ha ocurrido muchas veces. Mike Tyson quería dinero y fama, y en cuanto los tuvo ya no volvió a ser el mismo. Hay quien dice que su declive fue consecuencia de la muerte de su entrenador, Cus D'Amato, pero yo opino que el problema fue la falta de motivación.

Otra pregunta que me hacen a veces es si Conor acabará dejando el SBG para unirse a uno de los grandes equipos norteamericanos.

No es algo que me haya preocupado nunca. Conor le da mucha importancia a la lealtad, pero por encima de todo es cuestión de inteligencia.

La relación entre un luchador y su entrenador no se desarrolla de la noche a la mañana, y Conor lo sabe. Cuando era un luchador joven, con su experiencia en boxeo, tenía muchos amigos que con los años habían viajado a sitios como el Wild Card Boxing Club de Los Ángeles. Cuando eres un recién llegado en un sitio así, te pones al final de la cola esperando que los entrenadores se fijen en ti. Eso les ocurre también a los luchadores nuevos que llegan al SBG. Se les da la bienvenida, por supuesto, pero van a tener que trabajar duro para ir ascendiendo y para demostrar que van en serio en lo de convertirse en un miembro permanente del equipo. Yo no voy a malgastar el tiempo y el esfuerzo que he puesto en luchadores que han entrenado conmigo desde el primer día en alguien que tal vez se haya marchado dentro de pocos meses. Si un luchador profesional deja su equipo para venir al SBG, tengo que preguntarme cuánto tiempo va a pasar antes de que decida dejar el SBG para ir a alguna otra parte. Sobre todo en los últimos años, hemos tenido luchadores de alto nivel que venían a entrenar al gimnasio desde todos los rincones del mundo. Nuestras puertas están abiertas y serán calurosamente acogidos, pero se tardará tiempo en desarrollar la confianza necesaria para considerarlos parte del equipo.

Conor vio que yo le daba todo lo que tenía desde el momento en que cruzó la puerta por primera vez, y él a cambio me lo dio todo. Ascendimos juntos, y ha merecido la pena para los dos. Si Conor nos hubiera dejado para convertirse en un *sparring* más en algún gimnasio de Estados Unidos con cien luchadores profesionales, no creo que hubiera podido desarrollarse como lo ha hecho.

Mirándolo solo desde el punto de vista práctico, Conor es tan impuntual que probablemente no le habría ido bien en ningún otro sitio. Si estás en un gran gimnasio norteamericano y no llegas a la sesión de equipo de la una y media, es tu problema. Y en la zona horaria de Conor McGregor, eso es más o menos el amanecer. He aprendido que él es así, y hago lo que puedo para que se amolde. Tiene la llave del gimnasio y muchas veces viene a entrenar después de medianoche.

La pelea de Conor por el título contra José Aldo se anunció como el mayor

combate de la historia de la UFC, como demostró la decisión de la organización de embarcarse en una gira promocional de doce días por los medios de comunicación de todo el mundo, llevando a rastras a los dos luchadores. La gira empezaría en Rio de Janeiro y terminaría en Dublín, y recorrería diez ciudades de Brasil, Estados Unidos, Canadá, Reino Unido e Irlanda. Una de las primeras cosas que pensé fue que me daba un poco de lástima José Aldo, que iba a tener que soportar ser atormentado a diario por Conor durante casi dos semanas. Pero a los aficionados les pareció divertidísimo y aquello era una señal de lo importante que era la pelea para la UFC. Era algo que no habían hecho nunca.

Cuando Conor se plantó ante Aldo tras la pelea con Silver en Boston, a Aldo no pareció molestarle. Pero durante la gira de promoción, Conor no paró de pinchar y chincar, y Aldo estaba cada vez más harto. Estaba claro que Aldo no se lo estaba pasando bien. En un programa de televisión, Conor agarró a Aldo por el cuello y mientras estaba distraído le arrebató su cinturón. El entrenador de Aldo, André Pederneiras, le pidió a Dana White que impidiera que Conor estableciera contacto físico con el campeón. En cuanto Conor se enteró, ya no fue capaz de contenerse.

Durante la gira de promoción los luchadores tenían un horario frenético, pero a mí no me preocupaba que aquello supusiera mucha presión y agobio para Conor, sobre todo teniendo en cuenta que aún faltaban casi cuatro meses para la pelea. Artem Lobov iba con él, de modo que iban entrenando mientras viajaban. Con los años hemos aprendido que siempre hay tiempo para entrenar, aunque haya que correr las camas del hotel a un lado para dejar espacio suficiente para una sesión.

Además, hay que hacer sitio para los requisitos promocionales del deporte. Para Conor en particular, es un terreno en el que piensa que puede sacar ventaja. ¿Es la diferencia entre ganar y perder? No lo creo. Conor tiene habilidades físicas más que suficientes para derrotar a sus adversarios sin someterlos a presión psicológica. Pero no viene nada mal. Yo sabía que estar todo aquel tiempo en compañía de Conor iba a desgastar a Aldo.

«John, malas noticias. ¿Puedes coger el teléfono?».

Mi estómago empezó a dar saltos mortales cuando leí el mensaje de Artem. Él y Conor estaban en Canadá para el último tramo norteamericano de la gira de promoción de la UFC 189, antes de cruzar el Atlántico para hacer paradas en Londres y Dublín.

Cuando hablé por teléfono con Artem, me dio una noticia que yo no quería oír:

—Conor se ha lesionado la rodilla.

Artem me explicó que Conor y Rory MacDonald —un peso welter canadiense que iba a enfrentarse al campeón, Robbie Lawler, en UFC 189— habían estado entrenando juntos aquella tarde. Nada muy aparatoso, solo un poco de lucha cuerpo a cuerpo. Pero durante la sesión, Rory cayó mal sobre la rodilla izquierda de Conor, la misma que se había lesionado contra Max Holloway. La rodilla ya se estaba hinchando y Conor iba a que se la viera un médico. Casi me daba miedo hacer la pregunta, por temor a recibir una respuesta desagradable. Pero tenía que saberlo.

—Artem, ¿parece grave?

—No te voy a mentir —dijo—. No tiene buena pinta.

16

Oí hablar por primera vez de José Aldo en 2008, cuando empezó a hacerse un nombre en la ya extinta WEC. Entonces solo tenía veintiún años, pero ya lo estaban señalando como un futuro campeón del mundo, y era fácil ver por qué. En 2015 era, kilo por kilo, el mejor luchador del mundo, y posiblemente el campeón más difícil de derrotar de la UFC. Solo había sido derrotado una vez en su carrera, cuando era un novato de diecinueve años.

Así que fue un gran acontecimiento que, como parte de la gira promocional de UFC 189, José Aldo viniera a Dublín. Era uno de los grandes de las artes marciales mixtas modernas, un icono, y venía a mi ciudad para promocionar un combate por el título mundial contra uno de mis luchadores. Con la ventaja que da la mirada retrospectiva, ahora puedo apreciar lo importante que fue, pero en su momento no me llamó mucho la atención. Entonces era solo el siguiente contrincante, el último obstáculo entre Conor y la cumbre.

A diferencia de algunos de los adversarios anteriores de Aldo, nosotros no cometimos el error de ponerlo en un pedestal. Otra razón de que no me entusiasmara la presencia de Aldo en Dublín para el tramo irlandés de la gira promocional de UFC 189 era que no estaba seguro de que el combate fuera a tener lugar en la fecha prevista. Habían pasado un par de días desde que Conor se lesionara la rodilla entrenándose con Rory MacDonald en Canadá. Todavía no sabíamos con seguridad hasta qué punto era grave la lesión. Había hablado con Conor por teléfono, y la mala noticia era que la rodilla le dolía y estaba hinchada. La buena noticia era que estaba seguro de que no era tan grave como la rotura del ligamento cruzado anterior que había sufrido ante Max Holloway en agosto de 2013. Pero yo no estaba convencido. Si la

lesión era verdaderamente grave, era muy propio de Conor negarse a reconocerlo.

Conor no le habló a nadie de la lesión hasta que volvió a Dublín. En cuanto se quitara de encima las obligaciones con los medios, podríamos decidir qué hacer.

Según la UFC, más de 70 000 aficionados habían solicitado entradas para asistir a la conferencia de prensa —la última de la gira de promoción— con José Aldo y Conor McGregor en el Convention Centre de Dublín, la tarde del 31 de marzo de 2015. Por desgracia, el local solo tenía capacidad para 3000, así que había muchos fans decepcionados. Desde luego, los afortunados que lograron entrar en el edificio parecían estar disfrutando de la ocasión. Conor fue recibido como a un héroe, y Aldo tuvo una acogida sumamente hostil. Yo lo vi todo por televisión en el gimnasio. Aldo parecía haber llegado al punto de fractura y Conor dio un último empujón con sus travesuras, que incluyeron quitarle otra vez el cinturón. No pude evitar pensar que había gente viendo aquello en todo el mundo, y que ninguno de ellos sospechaba que la pelea que aquellos hombres estaban promocionando podía no tener lugar por culpa de la rodilla de Conor. Al mismo tiempo, me tranquilizó ver que podía saltar por el escenario como un maniaco.

—La verdad, creo que está bien —me dijo Conor cuando por fin nos vimos.

Yo insistía en que se hiciera un escáner para descubrir exactamente cuál era el problema, pero él se negaba.

—Deja que te lo explique —dijo—. No creo que esto necesite cirugía. Puedo pasarme sin eso.

Dado que iba a comenzar el entrenamiento para la pelea más importante de su vida, Conor quería evitar ser operado. Operarse habría obligado a aplazar el combate inmediatamente, y él estaba convencido de que aquello no era necesario.

Para entonces, Conor le había hablado de la lesión a Dana White, que le recomendó acudir a una clínica alemana especializada en terapia con células madre. Dana padecía la enfermedad de Ménière y había recibido tratamiento con células madre en aquella misma clínica, y le había parecido muy eficaz. Conor siguió su consejo. Voló directamente a Alemania y le pusieron

inyecciones de células madre en la rodilla. A los pocos días, estaba de vuelta en el gimnasio.

—Me siento bien —insistía—. No está perfecta, pero se pondrá mejor en las próximas semanas de entrenamiento. Vamos a por ello. Estoy preparado.

Así estaban las cosas. Íbamos a toda máquina hacia la mayor pelea de la historia de la UFC a pesar de una lesión de rodilla cuya gravedad no estaba clara. Yo seguía queriendo que Conor se hiciera un escáner. Si teníamos que aplazar el combate unos pocos meses, qué se le iba a hacer. Pero él se mantuvo firme. No había manera de convencerlo. Lo único que pude hacer fue aceptar su palabra y dedicarme a la tarea de prepararlo adecuadamente.

Conor hizo mucha terapia física y después se inyectó más células madre en una clínica de Los Ángeles. Observándolo en los entrenamientos, empecé a estar de acuerdo con su afirmación de que podía seguir adelante sin cirugía. Lo que necesitaba era reposo, pero no teníamos tiempo para eso con una pelea por el título mundial en el horizonte. Conor era capaz de entrenar duro, pero su movilidad estaba reducida, y eso significaba que su gran variedad de golpes estaba limitada y que no podía luchar cuerpo a cuerpo. A mí me parecía relativamente bien. Cuando se anunció la pelea con Aldo, escribí en mi columna de The42.ie que creía que Conor ganaría antes de terminar el tercero de los cinco asaltos previstos. Era una predicción modesta: podía imaginarme perfectamente a Conor liquidando aquello en el primer asalto. Le consideraba capaz de conseguir un KO muy pronto, y entonces la lucha libre no iba a tener tiempo de entrar en la ecuación. Mi fe en la capacidad de Conor me daba la paz mental para pensar que podíamos salir adelante a pesar de la lesión.

La situación me recordaba una cosa que le dijo el excampeón mundial de boxeo Steve Collins a uno de mis chicos cuando visitó el gimnasio: «Prefiero estar al 75 por ciento físicamente y al cien por cien mentalmente que estar al cien por cien físicamente y al 75 mentalmente».

Y, desde luego, aquello se podía aplicar a Conor, porque no cabía duda de que su preparación psicológica era impecable. No había en su mente ninguna duda sobre seguir adelante, así que lo mejor que yo podía hacer como entrenador era apoyarlo plenamente. Pero mentiría si dijera que no estaba preocupado. Mientras nos preparábamos para iniciar la preparación, yo no

tenía ni idea de cómo se desarrollarían las cosas.

Como aquella era nuestra primera pelea por un título mundial, no queríamos dejar piedra sin remover en la preparación para el 11 de julio. La apuesta era muy alta, de modo que parecía que había que hacer las cosas de modo un poco diferente. Tomamos la decisión de pasar las diez semanas anteriores a la pelea en Las Vegas. La idea era aclimatarse por completo al calor y a la zona horaria. En la noche del combate, estaríamos como en casa.

El día antes de partir hacia Las Vegas, yo estaba en mi despacho del gimnasio cuando entró Orlagh y me pasó el teléfono.

—Es para ti.

—Ahora estoy muy ocupado —dije—. ¿Quién es?

—Creo que vas a querer contestar a esta llamada. Es Royce Gracie.

Cuando Orlagh me pasó el teléfono, no me podía creer que al otro lado de la línea estuviera el auténtico Royce. Me quedé sin habla un momento, antes de poder articular un saludo.

—Hola, John —me dijo—. Me llamo Royce Gracie. Soy de la familia Gracie.

—Sé perfectamente quién es usted, señor Gracie. No necesita presentarse.

Resultó que uno de los alumnos privados de Royce estaba en Dublín y necesitaba un gimnasio para entrenar. Naturalmente, yo estaba encantado de poder acogerlo.

—Ya que está usted al teléfono —le dije a Royce—, no puedo dejar que cuelgue sin decirle que es usted el que me ha dado esta vida. Le vi cuando yo era un chaval miedoso de diecinueve años que no sabía ni adónde iba ni adónde quería ir, pero cuando vi lo que usted era capaz de hacer, aquello cambió mi vida. No puedo agradecerérselo lo suficiente. Usted me ha dado una vida maravillosa. Ninguno de nosotros estaría haciendo lo que hacemos ahora si usted no hubiera entrado en aquel octágono.

Se echó a reír y dijo que todos estábamos subidos en los hombros de su padre. Él se negaba a aceptar el mérito.

Fue una llamada telefónica increíble, y más justo antes de partir hacia la pelea más importante de nuestra vida. Sin Royce Gracie, yo no estaría donde

estoy ahora. Que me enviara uno de sus alumnos era uno de los mayores cumplidos que se me han hecho jamás.

Durante toda nuestra estancia en Las Vegas, pudimos utilizar una casa de lujo, de siete dormitorios y 1100 metros cuadrados en una urbanización privada. Conor la llamaba «la Mac Mansion». Para mí era un gran compromiso dejar Dublín durante dos meses y medio, y sabía que iba a ser difícil dirigir un entrenamiento para un título mundial en un lado del mundo y dirigir un gimnasio en el otro. Si se atascaba un retrete en los vestuarios del SBG, me iban a llamar para decírmelo.

Conor no era el único luchador del SBG que se estaba preparando para pelear en Las Vegas. Durante toda la semana anterior a la UFC 189 se iban a celebrar los Campeonatos Mundiales de Aficionados, y cuatro de mis luchadores emergentes iban a representar a Irlanda. Sinéad Kavanagh, James Gallagher, Frans Mlambo y Kiefer Crosbie se unieron a Conor, Artem Lobov, Owen Roddy, el entrenador de lucha del SBG Sergey Pikulskiy y yo mismo en la casa. Además, Tom Egan vino desde Boston y Gunnar Nelson llegó algo después. Gunni estaba listo para reaparecer después de su derrota ante Rick Story, y tenía un combate en el cartel de UFC 189 contra John Hathaway, el hombre que había derrotado a Tom Egan en Dublín en 2009. Owen, Tom, Sergey y yo nos concentramos en el entrenamiento. Como entrenador de lucha, Sergey podía hacer muy poco con Conor, debido a la lesión. No obstante, usó su experiencia para prepararlo lo mejor que pudo en ese aspecto. Sergey había sido miembro del equipo nacional de lucha de Moldavia y se había convertido en una pieza clave de nuestro equipo de entrenadores desde que ingresó en el SBG en 2008.

También Artem Lobov se estaba preparando para algo grande, ya que le habían seleccionado para competir en la siguiente temporada de *The Ultimate Fighter*. Teníamos en la Mac Mansion un montón de personas de mentalidad similar trabajando juntos bajo el mismo techo, cada uno con un objetivo. Era un entorno de entrenamiento muy productivo.

Con la intención de contribuir a que nadie se saliera del camino recto durante todo el entrenamiento, decidí someterme a una dieta estricta.

Normalmente mi dieta es bastante buena, pero esta vez pasó a ser sumamente rigurosa. Todo estaba dirigido a fomentar una mentalidad de campeón del mundo. Hasta Conor dijo que le estimulaba verme remando detrás de él de aquella manera. Para mantener un espíritu disciplinado, pegamos una lista de reglas domésticas en la puerta del frigorífico. Una de ellas era que no se permitían alimentos procesados ni azucarados. Todos los habitantes de la casa se sometieron a ellas.

En una casa llena de individuos decididos, yo sentía que todos aprendían y mejoraban sustancialmente a lo largo de las diez semanas. Todos dimos grandes saltos adelante, incluido yo. Pero esto no quiere decir que no hubiera piques y roces de vez en cuando. Desde luego, en varios momentos hubo algo de histeria claustrofóbica, que supongo que es de esperar en una situación así.

Pero también nos divertíamos mucho. Por las mañanas nos refrescábamos en la piscina y por las noches hacíamos barbacoas para cenar. Todos colaboraban en la preparación de la comida: uno marinaba la carne, otro se encargaba de la ensalada, otro ponía la mesa, etcétera. Todo ello contribuía a crear una sensación de familia, algo importante cuando todos íbamos a estar tanto tiempo lejos de casa.

Los preparativos de la pelea de Conor con Aldo estaban generando una expectación sin precedentes para un combate de MMA, y parecía que casi todos los mensajes que uno de nosotros colgaba en las redes sociales se convertían en un artículo en los medios de comunicación. El contenido de una página web irlandesa, en particular, parecía consistir exclusivamente en cosas que pasaban en la Mac Mansion: «No te vas a creer lo que Conor McGregor ha desayunado hoy. Haz clic aquí para saberlo...». Ese tipo de cosas.

Estoy seguro de que las fotos y los vídeos que colgábamos en la red daban la impresión de que nos lo estábamos pasando en grande, pero solo captaban los breves momentos destacados de cada jornada. La mayor parte era rutinaria y aburrida. Aparte de las pocas horas que pasábamos en el gimnasio cada día, estuvimos encerrados en la casa durante casi la totalidad de las diez semanas. En alguna ocasión intentamos organizar alguna salida colectiva, pero nunca llegó a ocurrir. Por ejemplo, camino del gimnasio, alguien podía ver un cartel que anunciaba alguno de los espectáculos de Las

Vegas: «Vayamos a ver eso el sábado por la noche». Solía ser Artem el que acababa respondiendo: «Sí, añadamos eso a la larga lista de cosas que nunca vamos a hacer».

Supongo que éramos demasiados, y por eso nunca nos venía bien a todos hacer algo al mismo tiempo. Un grupo podía tener ganas de salir, pero otro prefería descansar y recuperarse del entrenamiento, y viceversa. Sacar a Conor de la cama para algo que no sea entrenar tampoco es tarea fácil, y aquello no facilitaba las cosas.

Esta fue mi primera experiencia de entrenamiento coordinado para una pelea por un título mundial. Supongo que al principio di por sentado que cuanto más largo, mejor. Pero en las últimas etapas me fui dando cuenta de que diez semanas era demasiado tiempo. Resultaba difícil mantener la intensidad del entrenamiento, y hacia el final los chicos estaban empezando a ponerse nerviosos. Fue otra lección que aprendimos. Por mucho tiempo que lleves metido en este o en cualquier otro deporte, nunca llegas a dominarlo por completo. El que diga lo contrario no está siendo sincero.

Como la casa estaba en una urbanización cerrada, nos sentíamos lo bastante seguros para no cerrar las puertas con llave. Pero estábamos en la parte de atrás de la urbanización, y con frecuencia aparecían chavales al otro lado de las verjas del perímetro, gritando el nombre de Conor con la esperanza de verlo un instante.

Un martes por la tarde estábamos relajándonos en la casa cuando de pronto se abrió la puerta principal y una voz fuerte y conocida llenó el pasillo y el cuarto de estar.

—Ah, de modo que así es como entrenan los campeones del mundo. ¿Por qué nadie está levantando pesas? —dijo el visitante entre risas.

¡La hostia! Era Arnold Schwarzenegger. Ya había conocido a Conor por mediación de su pareja, Heather Milligan, la fisioterapeuta que tan importante papel desempeñó en la recuperación de Conor de la lesión del LCA. Arnie estaba en Las Vegas y decidió pasarse por la casa para expresar su apoyo. Es un tipo estupendo y resultaba increíble recibir una visita de alguien de su categoría.

Durante este recorrido vital, conocer a gente como Schwarzenegger, Sylvester Stallone, Jean-Claude Van Damme y Mike Tyson, y descubrir que

eran grandes admiradores de Conor, ha sido surrealista. Yo soy un niño de los ochenta, y todos aquellos tíos eran mis héroes. Y ahora son fans de un luchador que yo entreno. Es una locura.

Una de las primeras veces que habló con Tyson, Conor estaba pensando en comprarse un Lamborghini. Mike le dio un consejo financiero: «Si el precio baja, alquílalo. Si el precio sube, cómpralo. No tengo más que decir».

También Cristiano Ronaldo se puso en contacto con Conor después de que este se pusiera unos calzones de la marca CR7 en el pesaje para la pelea contra Diego Brandão. Cuando miro a Conor ahora, todavía sigo viendo al mismo tío que entró por primera vez en mi gimnasio hace tantos años. Pero cosas como estas te hacen recordar que ahora es una superestrella mundial.

Hacia la mitad del período de entrenamiento, tuve que dejar la casa durante unas semanas para ir a Ciudad de México, donde Cathal Pendred consiguió su cuarta victoria consecutiva en la UFC, contra Augusto Montaña. Cuando me marché, me preocupaba que la rutina que habíamos establecido en la casa de Las Vegas se fuera al traste en mi ausencia. Estaba prescrito que todas las tardes a las ocho saliéramos todos juntos para ir a entrenar en el gimnasio donde se rueda *The Ultimate Fighter*. Había dos razones para entrenar de noche: porque los combates de la UFC tienen lugar de noche, y por el reloj biológico de Conor. Pero mientras yo estaba en México, todos empezaron a ir a su aire: las ocho de la tarde no tardaron en convertirse en las ocho y media, y después en las nueve, las nueve y media y así sucesivamente. Según me dijeron, aquello tuvo un efecto perjudicial en el ambiente de la casa. Aquella disciplina nos había mantenido encarrilados y le daba a cada uno un propósito.

A Conor no le preocupaba mucho. Es de esa clase de personas que pueden levantarse a cualquier hora del día o de la noche y decidir que quiere entrenar. Según mi experiencia, la mayoría de los luchadores prefiere la rutina. Les gusta saber el qué, el dónde y el cuándo de su plan de entrenamiento. Conor es una excepción. Su deseo de entrenar no sigue ninguna pauta, pero el problema es que no todos pueden funcionar según su reloj biológico. Algunas noches, mientras yo estaba fuera, se hacía muy tarde y Conor todavía no había salido de su dormitorio, de modo que los chicos daban por supuesto que no iba a entrenar aquella noche. Y en cuanto se

sentaban para ver una película, se preparaban para acostarse o cualquier otra cosa, les llegaba un mensaje desde el piso de arriba: «Salimos en diez minutos». Aquella situación no era ideal, y creo que todos se sintieron reconfortados cuando yo volví a Las Vegas y restauré el *statu quo*, faltando menos de cuatro semanas para el combate de Conor contra Aldo.

Cuando regresé, descubrí además que los chicos no habían seguido las estrictas reglas dietéticas que habíamos impuesto. Usábamos un monovolumen para ir al gimnasio y volver, y por el camino había un establecimiento de In-N-Out Burger. Un día entré en la furgoneta y encontré un envoltorio de hamburguesa en el suelo, debajo de uno de los asientos. No me lo podía creer. Pedí explicaciones, y Tom Egan confesó que habían cometido un desliz, pero que solo había sido una vez. Pero James Gallagher fue un poco más sincero: «Vale, hemos estado yendo todo el tiempo. Lo siento, entrenador». Más tarde le eché la bronca a Conor.

—¿Qué está pasando con las hamburguesas? —pregunté.

—Solo fuimos una vez, lo juro —aseguró.

—James dice que habéis estado yendo casi todas las noches.

—Vale, joder, hemos ido, pero ya se acabó. De verdad. Nunca más.

Mientras estaba en México con Cathal, llegaron noticias de Brasil: había habido algún lío con un análisis antidopaje que se le había hecho a José Aldo. Por lo visto, a principios de junio, a un analista del laboratorio Drug Free Sport llamado Ben Mosier se le había impedido recoger una muestra de orina de Aldo en su gimnasio de Río de Janeiro. Al analista, que seguía órdenes de la Comisión Atlética del Estado de Nevada —que supervisaba la pelea del 11 de julio en Las Vegas— le había cortado el paso un agente de policía que era miembro del gimnasio de Aldo. El policía le dijo al analista que no tenía un visado válido para trabajar en Brasil. El equipo de Aldo hizo que interviniera la Comisión Brasileña de MMA, y la muestra la tomaron ellos al día siguiente. Según el informe de la Comisión de Nevada, el policía había confiscado el pasaporte de Mosier, y el analista brasileño, después de tomar la muestra, le había pedido a Aldo una foto y un autógrafo. Todo aquello parecía muy extraño, pero nosotros no podíamos hacer gran cosa. A Conor lo

habían analizado un par de semanas antes, cuando asistió a la UFC 187 en el MGM Grand. Fue así de sencillo. Por algo se los llama análisis aleatorios. Que te avisen con veinticuatro horas de anticipación no es aleatorio. Cuando uno de mis luchadores se somete a un análisis, se hace sin pedir papeles ni nada parecido. No vemos la necesidad de complicar lo que debería ser un proceso muy simple.

Como equipo, tenemos una postura inflexible contra las sustancias que mejoran el rendimiento. Creo que en ciertos gimnasios y en ciertas partes del mundo existe una cultura de uso de estas sustancias. Parece que entre los que han sido pillados en los últimos años se observa un patrón de gente de los mismos equipos o países. Debe de ser un tema de conversación habitual en los vestuarios. Sé con seguridad que si alguien planteara la cuestión en el SBG, le harían pedazos. Por supuesto, el entrenador tiene la responsabilidad de establecer ese tipo de ambiente. Es algo que me tomo muy en serio. Mi primera generación de luchadores y yo hemos sido tan explícitos en nuestra oposición al uso de sustancias dopantes, que los luchadores jóvenes que van llegando saben que es una cosa que no se debe ni plantear. Pero si estás en un gimnasio donde la actitud es diferente, seguramente es solo cuestión de tiempo que te dejes arrastrar.

Una semana antes del mencionado incidente con el análisis de drogas de Aldo, la UFC anunció nuevas y estrictas reglas para combatir las drogas en la organización, poniendo el asunto bajo el control de la Agencia Antidopaje de Estados Unidos. Creo que desde entonces muchos luchadores que estaban utilizando sustancias prohibidas se han visto obligados a dejar de usarlas. Los luchadores no toman sustancias porque quieran tener bíceps más grandes: se trata de poder trabajar más duro en los entrenamientos. Para un luchador «limpio», un ritmo típico es entrenar fuerte durante dos días y aflojar un poco al tercer día. Pero con la ayuda de sustancias que mejoran el rendimiento, los luchadores entrenan a toda máquina tres veces al día, todos los días.

Hasta ahora nunca ha ocurrido, pero si uno de mis luchadores viniera a mí expresando curiosidad por probar estas sustancias, me quedaría hecho polvo. Sería casi como cuando te deja una novia. Sentiría que como entrenador había fracasado a la hora de establecer un tipo de ambiente donde eso ni siquiera se piensa. Si no eres lo bastante bueno para entrenarte sin la ayuda de

sustancias, no deberías entrenar. En el SBG, o peleas limpio o te vas a otra parte. Afortunadamente, nunca hemos tenido que ponerla en práctica, pero tenemos una política de tolerancia cero en esta cuestión. Y se aplica a todas las personas del gimnasio.

Cuando faltaban poco más de dos semanas para la pelea, la rodilla de Conor estaba ya casi al cien por cien, y nos alegraba estar llegando al final de un entrenamiento tan largo. En las dos últimas semanas solo tienes que mantener el cuerpo fresco y relajado, y no las íbamos a utilizar para meterle a la fuerza y a última hora los ejercicios de lucha que se había perdido en los dos meses anteriores. Aquello no me preocupaba. Tenía tan buen aspecto que yo confiaba plenamente en una victoria rotunda sobre José Aldo.

Una mañana, llegaron a la casa Dana White y Lorenzo Fertitta. Los dos viven habitualmente en Las Vegas. ¿Estaban haciendo una simple visita para ver cómo iba todo? Esperábamos que fuera así. Pero la expresión de sus caras parecía indicar que había malas noticias.

—Parece que José no va a pelear —dijo Dana—. Una costilla. Parece que tiene una fractura.

¡Mierda! ¡Otra vez! Ya estábamos acostumbrados a que los contrincantes de Conor se retiraran, y nunca nos importó un cambio de adversarios, pero esto era diferente. A otros luchadores se les puede sustituir fácilmente, pero al campeón no. Queríamos aquel título, y la única manera de conseguirlo era derrotar a Aldo.

Dana y Lorenzo explicaron que se tardaría unos días en aclarar las cosas. Al parecer, Aldo se estaba sometiendo a exámenes médicos para descubrir el alcance de la lesión, y todavía no se había retirado oficialmente del combate. Pero la cosa no pintaba bien. Empezamos a hablar sobre opciones alternativas.

Una parte de mí se preguntaba si sería una buena oportunidad para que Conor se descolgara también, dado que también él había sufrido una lesión. Pero aquella idea no tenía futuro. Miles de aficionados habían pagado ya un montón de dinero por viajar y ver la pelea. Además, para la UFC era un programa de televisión de pago gigantesco. Conor no iba a permitir que

aquello se suspendiera. Con Aldo al otro lado del octágono o con cualquier otro, Conor iba a pelear en la UFC 189.

Mientras Dana y Lorenzo empezaban a estudiar posibles contrincantes sustitutos, yo sabía a quién quería evitar. Conor no había hecho prácticamente ningún ejercicio de lucha durante este entrenamiento, así que lo peor que nos podía caer era una pelea contra Chad Mendes. Mendes, luchador norteamericano de la primera división de la NCAA, era de lo mejorcito. Sin el problema de la lesión, no me habría importado que Conor se enfrentara a Mendes. Pero en esta ocasión podía ponernos en un aprieto. Mendes era el primer aspirante de la categoría, y obviamente se barajó su nombre. Otra posibilidad era Frankie Edgar. También se mencionó el nombre de Nate Díaz, pero Díaz parecía poco probable porque era un peso ligero y la UFC estaba empeñada en mantener el combate en los pesos pluma. Su plan era poner en juego un título interino en caso de que se confirmara la retirada de Aldo. La última palabra sobre el nuevo contrincante la tenían ellos, pero Conor les hizo saber que estaba dispuesto a enfrentarse a cualquiera que eligieran. A él le daba lo mismo.

La confusión acerca de la participación de Aldo en el combate se alargó durante una semana, hasta que, cuando solo faltaban once días para la UFC 189, recibí una llamada de Dana. Se había confirmado. Aldo estaba definitivamente fuera. ¿Su sustituto? Chad Mendes, naturalmente.

Era más o menos mediodía cuando llegó la llamada, lo que en la zona horaria de Conor McGregor viene a ser el amanecer. Subí la escalera y llamé al cuarto de Conor hasta que me respondió con un gruñido. Abrí la puerta.

—Aldo no viene —dije—. Viene Mendes.

Conor abrió un ojo y murmuró:

—Todos son iguales.

Y se volvió a dormir.

No le importaba el hecho de que la situación hubiera cambiado. Yo no estaba tan tranquilo. Contra pegadores novatos, a Mendes le gustaba comportarse como un boxeador. Pero contra Conor su plan iba a ser buscar el derribo y ganar la pelea en el suelo. Un luchador de su calibre era muy capaz de hacerlo. La rodilla de Conor estaba mucho mejor que antes, pero su movilidad seguía estando muy limitada. Normalmente, su apertura de piernas

y su defensa contra los derribos son excelentes, pero en aquel momento no era así. Y en once días no había mucho que pudiéramos hacer para prepararnos contra el tío que hacía los mejores derribos de la división.

Como ya he dicho, no nos entrenamos específicamente para un adversario, pero eso no quiere decir que no nos fijemos en ellos. Con este cambio de contrincante, habíamos pasado de enfrentarnos a un *kick-boxer* a competir con un luchador olímpico. Aldo y Mendes ocupaban los dos extremos opuestos del espectro de las MMA. Yo consideraba a Mendes una seria amenaza, pero cuando tuve tiempo de asimilar la situación, me alegré de que siguiéramos adelante con el combate. Cuando Jon Jones se negó a pelear con Chael Sonnen como sustituto de última hora de Dan Henderson en la UFC 151 (2012), toda la velada se vino abajo. No podíamos permitir que ocurriera lo mismo en nuestro turno.

Para la semana de la UFC 189 habíamos esperado una asistencia masiva a Las Vegas, pero absolutamente nadie esperaba la cantidad de personas que acudieron. Debía de haber por lo menos 10 000 irlandeses para ver la pelea en Las Vegas. Para ser un país tan pequeño, no cabe duda de que sabemos hacer sentir nuestra presencia. No importa cuánto tiempo llevemos en este negocio, no creo que el apoyo deje nunca de ser impresionante. Hay ocasiones en las que a Conor se le hace duro reducir peso y se pregunta si vale la pena, pero entonces le enseñas un vídeo de fans cantando su nombre por las calles de Las Vegas y eso le recuerda lo grande que es esto.

—Mira a estos tíos, campeón —le decimos—. Se han gastado su dinero, que tanto les costó ganar, en venir hasta aquí para apoyarte. Vamos a darles un espectáculo.

Son pequeñas cosas como esta las que le dan el empujón extra cuando las cosas se ponen difíciles.

En los dos últimos años he oído muchas historias de aficionados que dicen sentirse como si el éxito de Conor y del SBG en conjunto les hubiera dado nueva vida. Puede que estuvieran hechos polvo, luchando por salir adelante, pero ver lo que nosotros hemos conseguido a escala global les ha hecho sentirse orgullosos de ser irlandeses. Les ha inspirado para aceptar la

vida y sacarle el máximo partido a cada día.

Los sacrificios que hacen para asistir a los combates son increíbles. Se gastan hasta el último penique para estar ahí. Muchas veces, después de peleas en Estados Unidos, los fans irlandeses me han dicho que tenían que volver directamente al trabajo en cuanto se bajaran del avión tras el vuelo nocturno a casa. Es una dedicación admirable. Nunca podremos expresar debidamente lo agradecidos que estamos por tanto apoyo.

Pocos días antes de la pelea contra Mendes, caminaba por el Strip de Las Vegas cuando alguien me paró para pedirme hacerse una foto conmigo. Mientras hacíamos el selfie, un enorme grupo de turistas coreanos se acercó también para hacerse fotos. Debí de hacerme por lo menos veinte fotos con todos y cada uno de ellos. Cuando todos tuvieron su foto, uno de los turistas se volvió hacia mí y preguntó: «¿Y quién es usted?». Parece que aún no hemos penetrado en el mercado coreano.

A veces la gente me pregunta si tener tantos partidarios añade presión. La verdad es que cuando te estás preparando para un combate, sobre todo a este nivel, estás demasiado ocupado para dejar que eso entre en tus pensamientos. No ocurre, y no podemos permitir que ocurra. Si el entrenador está nervioso, el luchador también lo estará. Un novato puede llevarte aparte antes de un combate para repasar una vez más el plan y sentirse más seguro porque está un poco tenso. Solo quiere oírte decir: «Lo vas a hacer bien. Estamos preparados». Pero esto nunca me ha pasado con Conor. Por naturaleza, los dos somos muy tranquilos.

Es posible que el hecho de que el premio fuera un título interino en lugar del título indiscutible desluciera un poco la afirmación de que el combate estelar de la UFC 189 iba a ser el mayor evento de la historia de la UFC, pero, desde luego, en los últimos días antes de la velada había una sensación de que iba a pasar algo enorme y sin precedentes. Por primera vez, la UFC decidió abrir todo el MGM Grand Garden Arena para los pesajes. Más de 10 000 personas acudieron a ver a Conor subirse a la báscula. Dos años y medio antes nos habría costado atraer a mil para verle pelear.

Como era de esperar, el duelo de miradas entre Conor y Mendes fue candente. Una vez más, a Conor le había costado reducir peso, y estaba de bastante mal humor. Mendes, en cambio, parecía eufórico. Se había subido al

carro a última hora con la intención de aprovechar una gran oportunidad, una oportunidad por la que le iban a pagar más dinero del que había ganado nunca. No tenía nada que perder, y su comportamiento lo reflejaba.

Antes de los pesajes, en los medios se había hablado mucho sobre un altercado que había tenido Conor en el pasillo del estadio con un compañero de equipo de Mendes, Urijah Faber. Lo cierto es que fue algo sin importancia. Se habían enzarzado en un forcejeo en broma, y Conor se irritó porque ya estaba cabreado por la reducción de peso. Fue solo un pequeño mosqueo. Si no te cae bien Urijah Faber, es que tienes algún problema. En mi opinión, es uno de los tipos más agradables que puedas encontrarte, y sé que Conor opina lo mismo.

No sé si alguna vez llegaré a vivir como entrenador un día más frenético que el 11 de julio de 2015. Aquella noche, Conor iba a competir por un título mundial interino. Y yo tenía además otros dos luchadores en el cartel de la UFC 189. John Hathaway había tenido que retirarse de su combate con Gunnar Nelson, de modo que Gunnar iba a enfrentarse a Brandon Thatch, y Cathal Pendred —solo cuatro semanas después de derrotar a Augusto Montañó en México— se había metido como sustituto de última hora para pelear con John Howard.

Pero mis tareas de aquel día empezaron mucho antes, porque aquella tarde se celebraban en el Flamingo —un poco más allá del MGM Grand— las finales de los Campeonatos del Mundo para Aficionados. Frans Mlambo y Sinéad Kavanagh habían llegado a la fase final de sus respectivas categorías tras una semana triunfal. Por desgracia, Sinéad se quedó corta en la final de los pesos pluma femeninos, pero Frans estuvo soberbio y se convirtió en campeón masculino de 66 kilos. Fue un buen comienzo para nosotros, y me preparé para dirigirme a la UFC 189.

Para Conor, el día de la pelea implica —como siempre— levantarse tarde, probablemente después del mediodía. Come un poco a la hora normal y otro poco a eso de las cuatro de la tarde. Entre el pesaje y la pelea, tienes que comer alimentos que tu cuerpo pueda transformar en combustible directamente: carne, pescado, pasta, arroz y puré de patatas. Los hidratos de

carbono de combustión lenta, como las verduras, no sirven de mucho. Básicamente, comes lo que no podías comer mientras estabas reduciendo peso. Después de las dos comidas, Conor toma algo rápido, como un plátano, a eso de las seis de la tarde, y después llega el momento de ir al estadio.

La noche antes de la pelea yo había dormido en el MGM Grand, en lugar de en la Mac Mansion, y como Cathal estaba antes en el programa, yo ya estaba en el estadio cuando llegó Conor. Se había recuperado sin problemas de la reducción de peso y había dormido bien. Eso siempre es música para mis oídos. En esos momentos siento que mi trabajo está ya casi hecho. Es hora de pelear. Hay personas que le dan demasiada importancia a lo que ocurre en el rincón durante una pelea, pero la verdad es que no importa mucho. A veces he recibido muchos elogios por mi contribución durante los combates, pero en mi opinión eso no va a cambiar el resultado. Tal vez puedas aportar un poco de orientación, y para el luchador es reconfortante saber que su entrenador, alguien a quien conoce y en quien confía, está allí para ayudarlo. Pero no hay mucho más.

Cuando Cathal se enfrentó a Howard, se proponía convertirse en el primer luchador de la historia de la UFC que ganaba cinco peleas en su primer año con la organización. Por desgracia, no iba a ser así, ya que perdió a los puntos en una decisión dividida. Fue una amarga decepción para todo el equipo del SBG en el vestuario, pero con los años pasados en veladas pequeñas hemos aprendido a no permitir que un mal resultado nos baje los ánimos. Los luchadores saben lo que se espera de ellos como miembros del equipo. Independientemente del resultado, cuando vuelves al vestuario tomas tu bolsa y te marchas, dejando que tus compañeros se concentren en las peleas que todavía faltan. Esto puede parecer frío o cruel, pero es lo mismo cuando ganan. Todos han experimentado las dos caras de la moneda, y lo agradecen cuando otros lo hacen por ellos. Cathal les deseó lo mejor a Gunni y Conor, y se marchó. Como siempre, todos nos reuniríamos de nuevo más tarde, en cuanto hubiera terminado el trabajo. Esta es nuestra política, y así ha sido desde el principio.

Cuando Gunni fue programado para enfrentarse a Brandon Thatch, la gente dijo que estábamos locos por aceptar la pelea. Thatch es un pegador grande y devastador, y Gunni necesitaba volver a ganar tras la decepción de

perder ante Rick Story. Pero durante el calentamiento volvió el viejo Gunni, que hizo abandonar a Thatch en el primer asalto. La pelea duró menos de tres minutos, pero fue tiempo suficiente para que Gunni le recordara al mundo lo que es capaz de hacer. Fue una actuación impecable.

Y por fin le llegó el turno a Conor. Había gente en todo el mundo que sintonizaba por primera vez en su vida con una pelea televisada de MMA, lo que indica lo grande que era el acontecimiento. Pero el ambiente en nuestro vestuario era increíblemente relajado.

Había un montón de celebridades para ver la pelea, incluidos Arnold Schwarzenegger, Mike Tyson, la estrella pop Bruno Mars y el futbolista brasileño Neymar. También me encontré en el pasillo con Anthony Kiedis, el cantante de los Red Hot Chili Peppers.

—Hola, entrenador Kavanagh, ¿cómo está Conor? —preguntó—. Soy superfan vuestro. ¡Buena suerte!

Aquello era impresionante, pero yo sabía que había alguien en nuestro vestuario que lo iba a apreciar más que yo. Cuando se lo dije a Chris Fields, que estaba allí para ayudar a calentar a Cathal, salió corriendo a buscar a Kiedis, chillando como una adolescente en un concierto de los One Direction. Chris es un tremendo fan de los Chili Peppers y aquello era muy importante para él.

Conor no tenía ni idea de quién es Anthony Kiedis. Cuando Chris volvió, Conor preguntó:

—¿Quién es ese? ¿De Guns N' Roses o algo así?

A Conor le gusta calentar con Artem para sus peleas. Casi tienes que contenerlo cuando se acerca el paseíllo, como a un perro que tira de la correa. Se ha convertido en una broma privada que Artem ha hecho sus mejores peleas en el vestuario, poniendo a punto a Conor.

Entonces, un miembro del personal de la UFC llama a la puerta. Ha llegado la hora. Los de seguridad vienen para acompañarte. Oyes a la multitud: con cada pelea son más ruidosos, pero para ti es solo ruido de fondo. Como dijo el comentarista de la UFC Mike Goldberg: «Esto es como un concierto de *rock*». Pero yo solo oigo el mismo silencio de siempre, que me permite concentrarme en la tarea que tengo por delante. La hechizante voz de Sinéad O'Connor acompaña a Conor al octágono. Es un momento

icónico, que recuerda los espectaculares paseillos que uno relaciona con boxeadores como Prince Naseem Hamed en los años noventa. Pero incluso cuando aparecemos en escena y parece claro que la inmensa mayoría del público está de nuestro lado, la emoción del momento no nos distrae.

Camino del combate, yo no tenía ninguna duda de que Mendes iba a tener éxito con sus derribos. Su habilidad en el cuerpo a cuerpo, combinada con la falta de trabajo de Conor en este campo, lo hacía inevitable. Nuestro plan se centraba en lo que podía ocurrir cuando los derribos se produjeran. No había que sentir pánico cuando ocurriera, porque Conor tenía el *jiu-jitsu* para cuidarse en el suelo. Nos centramos en asegurarnos de que la acción en el suelo fuera siempre fluida y activa, lo que impediría que Mendes fuera acumulando una puntuación favorable a lo largo de cinco asaltos.

Cuando Conor estaba a punto de entrar en el octágono, nos dimos nuestro abrazo habitual y yo dije «Todo el día», y él me lo repitió a mí. El mensaje era que Mendes podía conseguir sus derribos, pero nada más. Conor podía tomarse todo el tiempo que fuera necesario para conseguir su victoria. Cuando Artem, Owen y yo ocupamos nuestros puestos en el rincón y Mendes inició su camino hacia el octágono, se me vino encima el pensamiento de que estábamos a punto de enfrentarnos al mejor luchador de la división sin la preparación suficiente. «Bueno, vale —pensé—. Ya no hay marcha atrás. Lo que tenga que pasar, pasará».

Parte de nuestra estrategia consistía en castigar a Mendes con golpes al cuerpo, y aquello funcionó bien desde el principio. Apuntar a la cabeza con demasiado entusiasmo contra un luchador pequeño y recio como Mendes habría sido ir derecho al desastre, ya que él lo vería como una invitación a cambiar de nivel e intentar los grandes derribos. Sabíamos que los derribos vendrían, pero no queríamos facilitarlos. Si diriges los golpes al cuerpo y el contrincante intenta cambiar de nivel, siempre existe una posibilidad de conectar con la cabeza. Conor utilizó la ventaja que le daban sus diez centímetros más de alcance, y los golpes al cuerpo ayudaron además a quitarle viento a las velas de Mendes. Cada golpe que Conor conectaba le quitaba un poco más de energía a Mendes.

Conor no pareció mostrar ninguna secuela de su lesión de rodilla hasta la mitad del primer asalto. Mendes intentó su primer gran derribo y Conor no

fue capaz de abrirse de piernas tan bien como yo sabía que podía hacerlo. Sin embargo, no hubo sensación de pánico. Aquello era exactamente lo que esperaba. Cuando Mendes consiguió su derribo, me vinieron a la mente dos cosas. La primera: «¡Qué belleza absoluta de derribo!». Y en segundo lugar pensé que había tenido que gastar mucha energía en levantar a un tipo más grande, como Conor, y tirarlo al suelo de aquella manera. Habiendo transcurrido poco más de dos minutos de una pelea que podía durar veinticinco, había invertido mucho en aquella maniobra. Si se observa a mis muchachos, tienden a hacer pequeños derribos contra la valla porque a mí me gusta concentrarme en la manera más eficiente de moverse. Este derribo fue impresionante, pero requirió tanto esfuerzo que Mendes tenía que hacer que valiera la pena. Conor estaba cómodo con Mendes en su guardia, y aunque encajó unos cuantos golpes, estaba de nuevo en pie pocos segundos después.

Conor siguió controlando la pelea en pie, pero otro derribo de Mendes cuando solo quedaba un minuto bastó probablemente para darle el primer asalto a los puntos. Aun así, al final del primer asalto estábamos muy satisfechos. Mendes ya parecía muy cansado, mientras que a Conor —a pesar de un profundo corte encima del ojo derecho, causado por un codazo de Mendes— se le veía fresco.

—Sigamos con los golpes largos —le dije a Conor, animándole a seguir como hasta entonces, aunque no me habían gustado las patadas giratorias que había estado usando, debido al riesgo de que lo derribaran—. La patada de izquierda al cuerpo es perfecta, y también el directo al cuerpo con la mano izquierda. Está muy cansado.

Cuando los luchadores volvieron a ponerse en pie para el segundo asalto, Mendes estaba resoplando y Conor le saludó con una sonrisa de maniaco en la cara. Conor colocó varios buenos golpes al principio del segundo asalto, y parecía que, si las cosas continuaban así, el combate se detendría pronto. Pero Mendes contraatacó con un derribo a los cincuenta segundos. Una vez en el suelo, Mendes pasó los tres minutos siguientes en posición dominante, pero Conor mantuvo una guardia cerrada. En un momento dado lanzó una serie de codazos devastadores a la cabeza, que Mendes reclamó como ilegales, pero el árbitro Herb Dean se apresuró a hacerle saber que eran correctos. Una de las cámaras me enfocó en aquel momento, y yo estaba riéndome, porque aquello

era exactamente lo que habíamos planeado para mantenernos activos si Mendes estaba encima. Me parecía una táctica adecuada para que Mendes se sintiera incómodo en el suelo, y resultó ser así. Lo ideal para Mendes habría sido mantenerse encima y en guardia, pero cuando Conor consiguió contraatacar con los codos, Mendes se vio obligado a intentar pasar la guardia apresuradamente. Cuando solo quedaban cuarenta y cinco segundos del asalto, Mendes dio un paso por encima e intentó avanzar su posición. Pero esta es una situación a la que Conor ha dedicado mucho tiempo en el gimnasio. Cuando Mendes intentó cerrar un estrangulamiento de guillotina, Conor se le escurrió utilizando un movimiento que llamamos «el Rompecorazones», y de pronto los dos estaban en pie.

Con la ventaja que da saber lo que pasó, es fácil decir que se veía lo que iba a venir. Pero cuando Mendes no consiguió sacarle partido a aquella secuencia en el suelo, yo vi con seguridad que estaba acabado. Y la expresión de su cara lo indicaba. En cuanto estuvieron de pie, Conor se puso a trabajar en unas cuantas combinaciones perfectas. Hay que reconocerle a Mendes su mérito: era un tipo increíblemente duro y siguió batallando mientras recibía patadas y puñetazos tremendos. Pero el tiempo se le acababa. Al final se derrumbó tras un izquierdazo de Conor, y el árbitro paró el combate a los tres segundos de caer al suelo.

En mi rincón, me puse en pie de un salto y dejé escapar un enorme suspiro de alivio.

La lesión de Conor no se había hecho pública, de modo que nadie sabía lo importante que era esta victoria para nosotros. Se había enfrentado a un contrincante peligroso llegado a última hora, sin estar Conor en plenitud de facultades, y aun así había salido victorioso. Cuando Conor trepó al perímetro del octágono para celebrarlo con su equipo, su entrenador no podía estar más orgulloso. Hubo lágrimas de júbilo. Nunca habíamos visto a Conor tan emocionado después de una pelea, y creo que todos nos sentíamos igual. El mundo nunca había visto esa faceta suya. Conor tiene siempre una gran confianza en sí mismo, pero sabía que había corrido peligro enfrentándose a un tipo como Chad Mendes en aquellas circunstancias. El riesgo había valido

la pena, y nos sentíamos de maravilla.

El equipo y la familia de Conor nos reunimos en el octágono mientras Dana White le ajustaba un cinturón de la UFC alrededor de la cintura. Margaret McGregor estaba radiante al abrazar a su hijo, el campeón mundial interino de los pesos pluma de la UFC. Aquella llamada telefónica que me hizo allá por 2008 había dado sus frutos para todos nosotros.

—Sinceramente, quiero dar las gracias a mi equipo, a mi familia, a todos los que me han acompañado, porque este es un círculo muy muy íntimo —dijo Conor en la entrevista después de la pelea, en el octágono mismo—. Hay gente que estaba desde el primer día, y aquí están hoy conmigo. Quiero darles las gracias a todos los que han estado conmigo.

El título indiscutible tendría que esperar a otra ocasión, pero nos íbamos a llevar de vuelta a Irlanda un cinturón de la UFC. Tardé un buen rato en asimilarlo.

Poco después, fui a los camerinos a buscar un cuarto vacío en el que pudiera seguir mi tradición de tomarme unos minutos para mí solo. En la primera sala en la que entré parecía haber una pequeña fiesta privada para gente como Arnold Schwarzenegger, Mike Tyson, Dana White y Sinéad O'Connor.

—¡John, entra y toma un trago! —dijo Dana.

Pero yo decliné educadamente la invitación. Necesitaba unos momentos para asumirlo todo antes de que la fiesta empezara.

Cuando nos metimos en la celebración, aquella primera cerveza fría en diez semanas fue posiblemente la cosa más deliciosa que he tomado en mi vida. Nos divertimos mucho durante un par de días, sacándole el máximo partido a la rara oportunidad de visitar los bares y clubes nocturnos de Las Vegas. En uno de ellos acabé entablando un pequeño combate de lucha libre con Artem Lobov porque se negaba a marcharse. Cuando hay cerveza y bailoteo, a Artem no hay quien lo pare.

Pero cuando volvimos a Irlanda, la atención ya empezaba a dirigirse al combate de unificación del título de los pesos pluma. Teníamos un cinturón, pero el que veníamos persiguiendo desde el principio era el que estaba en poder de José Aldo. Ya era hora de retomar ese objetivo.

17

Durante mucho tiempo había aspirado a tener luchadores que compitieran regularmente en la UFC en diferentes partes del mundo. Cuando volví de Las Vegas el miércoles por la tarde después de la UFC 189, con el cansancio por el vuelo y emocionalmente exhausto, casi lamentaba que aquellas aspiraciones se estuvieran haciendo realidad.

No llevaba ni veinte horas en Dublín cuando tuve que volver al aeropuerto para volar a Glasgow, donde Paddy Holohan iba a enfrentarse al veterano inglés Vaughan Lee en la UFC Fight Night 72, el sábado 18 de julio de 2025. Resulta que poco antes de que se anunciara la pelea, Vaughan había estado pensando en ingresar en el SBG. Se pasó por el gimnasio y hasta se entrenó un poco con Paddy. Pero Vaughan tenía pensado bajar de los pesos gallo a los mosca, lo que le ponía en una posible ruta de colisión con Paddy, de modo que aquello se quedó en nada. Y ahora se iban a enfrentar en Glasgow.

Vaughan es un gran competidor, muy resistente y experimentado, y ya se había enfrentado a primeras figuras como TJ Dillashaw y Raphael Assunção. Pero Paddy, que ya se había entrenado con él, tenía una confianza absoluta, y yo también. Yo esperaba que Paddy acabara con él, y a punto estuvo de hacerlo un par de veces, pero al final tuvimos que conformarnos con una victoria holgada a los puntos: 30-27. Con esta victoria, Paddy quedaba con un historial de 3-1 en la UFC. Había respondido brillantemente a la primera derrota de su carrera, en el octubre anterior, y ahora estaba claramente yendo hacia arriba.

Cuando volví a casa desde Glasgow, por fin sentí que tenía una oportunidad de tomarme un respiro y evaluar todo lo que había ocurrido en

las dos semanas anteriores. Después de cada victoria en la UFC, la popularidad y visibilidad de las MMA en Irlanda aumentaban. Y esto se notó de manera especial después de la victoria de Conor sobre Chad Mendes. Irlanda tenía en casa un cinturón oficial de la UFC. Solo otros tres países europeos —Polonia, Holanda y Bielorrusia, gracias a Joanna Jędrzejczyk, Bas Rutten y Andrei Arlovski— han podido decir lo mismo.

Es ya una pequeña tradición familiar que los domingos por la tarde nos reunamos todos en el *pub* Glenside de Rathfarnham. Cuando estaba en Las Vegas había echado de menos aquellas reuniones, y fue estupendo regresar de Glasgow a tiempo para reunirme allí con la familia, con el cinturón de Conor a cuestas. Todos los que había en el *pub* se acercaron a felicitarnos, a invitarnos a beber y a hacerse fotos con el cinturón, y el dueño nos hizo pasar detrás de la barra para una foto. Pero, para mí, la parte más satisfactoria de la victoria fue la reacción de mi madre y mi padre. Estaban increíblemente orgullosos. Poder disfrutar de un logro así con tu familia no tiene precio.

Para Connor, cosas tan sencillas como salir de compras por el centro de Dublín se habían convertido en empresas complicadas que requerían un chófer y guardaespaldas. Hasta a mí me reconocían con frecuencia en las mismas calles en las que durante toda mi vida había sido completamente anónimo. Se tarda bastante en acostumbrarse a eso, pero siempre es agradable recibir el apoyo de la gente vayas por donde vayas, en tu ciudad o en tu país. Empezaba a resultar normal oír un «¿Qué tal, John?» por la calle, o un bocinazo de un coche que pasaba. En el corto recorrido a pie desde mi casa al gimnasio, paso ante un colegio de primaria. Después de la pelea con Mendes, los niños que había en el patio del colegio me daban gritos de ánimo cuando me veían pasar: «¡Aúpa, entrenador Kavanagh!».

La primera vez que ocurrió, me entró la risa. Las vibraciones positivas siempre se agradecen, pero que te reconozcan por la calle puede resultar raro. Siempre piensas que para los desconocidos eres un desconocido. Se tarda algún tiempo en meterse en la cabeza el hecho de que no es necesariamente así: otro ejemplo de que la vida estaba empezando a cambiar para todos nosotros.

Aunque Conor gozaba de una enorme cantidad de partidarios, también había mucha gente que, incluso después de derrotar a Mendes por el título interino, seguía sin estar convencida de sus méritos. Durante mucho tiempo se había rumoreado que estaba protegido por la UFC: se suponía que estaban manteniéndolo deliberadamente a salvo de los grandes luchadores. Tal como yo lo veía, tumbar a un tío como Chad Mendes en el segundo asalto era la respuesta más enfática que se podía dar a la pregunta de si Conor podría vencer a un luchador de primera clase, pero al parecer no bastaba con eso. Se presentaron excusas a favor de Mendes: aceptó la pelea con muy poco tiempo; había ganado el primer asalto; el combate se había detenido demasiado pronto.

A mí me costaba aceptar todo aquello. También a Conor le habían avisado con poco tiempo, dado que se había estado preparando para un tipo de contrincante completamente diferente. Y por lo que yo pude ver, Mendes estaba en una forma espléndida. Tenía que saber que, dada la tendencia de José Aldo a descolgarse de las peleas, había muchas posibilidades de que lo llamaran. Cuando la llamada llegó, me atrevería a decir que no fue una gran sorpresa para Mendes. Seguro que estaba preparado. A este nivel, los luchadores están siempre en forma para disputar al menos tres asaltos.

Puede que sacara ventaja en el primer asalto, pero eso cuenta poco si no puedes llegar al final del segundo. Cuando Chael Sonnen luchó mejor que Anderson Silva durante cuatro asaltos en 2010, no recuerdo que nadie argumentara que aquello diluía la importancia de la victoria de Anderson, que llegó por abandono en el quinto y último asalto. Al contrario: Silva fue elogiado por haber tenido la habilidad de arrancar una victoria que parecía improbable.

En cuanto al argumento de que el árbitro Herb Dean detuvo la pelea cuando solo quedaban tres segundos del segundo asalto, vale la pena señalar que no hubo ni una sola queja por parte de Chad Mendes. Estoy seguro de que le agradeció a Herb que interviniera y le evitara recibir más golpes cuando ya estaba conmocionado.

Después de la pelea, hubo quien dijo que había quedado al descubierto la

poca habilidad de Conor para la lucha cuerpo a cuerpo. Sí, había sufrido unos cuantos derribos, pero lo cierto era que había resistido un número mayor de intentos de derribo. E incluso cuando caía al suelo, seguía haciendo daño desde abajo.

El caso es que las dudas y las críticas seguían proliferando. Mucha gente era sumamente reacia a admitir que Conor estaba ganando simplemente porque era un gran luchador. No tardé en darme cuenta de que esto no era malo. Mientras haya preguntas que responder, habrá grandes peleas que disputar. ¿Podría vencer a un luchador que haya tenido un entrenamiento completo? ¿Podría vencer a un campeón? ¿Podría vencer a un campeón de un peso superior?

Las preguntas son buenas para el negocio. Si no se hacen preguntas, la gente tendrá menos interés en verle luchar. A los críticos nunca se les acaban las preguntas, pero nosotros hacemos todo lo posible por responder todas las que podamos.

En un mundo ideal, Conor se habría tomado algo de tiempo libre después de su victoria sobre Mendes. Después de recuperarse de la lesión que sufrió contra Max Holloway, había combatido tres veces en seis meses para asegurarse la pelea por el título, y después se había embarcado en una frenética gira promocional para la UFC 189, antes de iniciar un durísimo entrenamiento mientras luchaba con un problema de rodilla y un cambio de contrincante. Había sido agotador para todos nosotros, pero sobre todo para Conor. Le habrían venido bien unas vacaciones. Pero pasarse una semana tumbado en la playa no es su estilo.

Poco antes de la pelea con Mendes, Conor había accedido a hacer de entrenador en una temporada de *The Ultimate Fighter*. Esto implicaba pasar seis semanas más en Las Vegas, durante las cuales dirigiría a un equipo de prometedores luchadores europeos que se enfrentaría a otro equipo estadounidense, dirigido por Urijah Faber. Estaba previsto que el rodaje empezara pocos días después de la UFC 189, o sea que Conor estaba pasando de un gran compromiso a otro sin tomarse un descanso. Me preocupaba que se estuviera forzando demasiado, pero a esas alturas también lo conocía lo

bastante bien para saber que su mente tiene que estar siempre ocupada: en las raras ocasiones en las que se toma un par de días libres, se aburre. Puede que esta fuera la solución perfecta. Eran seis semanas de trabajo, pero estaría observando peleas y entrenando en lugar de participar.

Un día antes de que empezaran los rodajes, intentó echarse atrás. En aquel momento solo quería volver a casa. Lo único que le animaba a seguir adelante era que Artem Lobov también participaba. Artem llevaba mucho tiempo esforzándose por conseguir un contrato con la UFC y, a diferencia de otros muchos luchadores, se negaba a seguir el camino fácil hacia la cumbre. Aceptaba con frecuencia combates con poco tiempo de aviso contra adversarios de primera, compitiendo desde el peso pluma hasta el welter. Aceptaba riesgos que no siempre salían bien. Como consecuencia, su historial tenía tantas victorias como derrotas, pero yo no tenía ninguna duda de que era lo bastante bueno para competir en la UFC. Solo necesitaba una oportunidad para demostrarlo. Y la oportunidad llegó por fin cuando fue elegido para *The Ultimate Fighter* después de impresionar en las pruebas.

Para asegurarse un puesto en el programa durante toda la temporada, primero se exige a los luchadores que participen en una pelea preliminar contra otro de los concursantes. La pelea de Artem iba a tener lugar el miércoles después de que Conor derrotara a Mendes. Como siempre, Artem había desempeñado un importante papel en el entrenamiento de Conor, y en cuanto terminó la UFC 189 su plan era darse un masaje, descansar un poco y prepararse para la que probablemente iba a ser la pelea más importante de su vida. Pero al final las cosas no salieron así.

Todos estábamos un poco arrebatados por la alegría del triunfo de Conor, y las celebraciones se prolongaron un par de días. Artem estuvo metido hasta el cuello. Tenía que presentarse en el rodaje de *The Ultimate Fighter* el lunes por la mañana, pero se despertó por la tarde arrastrando una terrible resaca como consecuencia de una juerga de dos días. Faltaban cuarenta y ocho horas para su combate y apenas podía levantarse de la cama.

Artem consiguió presentarse en el set de *The Ultimate Fighter* el lunes por la noche, y se pasó el martes reduciendo peso. Le había tocado enfrentarse a Mehdi Baghdad, que era uno de los favoritos de la temporada. Cuando entró en el octágono, Artem todavía estaba bajo los efectos de la

resaca, y en consecuencia no demostró de lo que era capaz. Mehdi Baghdad ganó por decisión mayoritaria de los jueces, y parecía que el sueño de Artem de conseguir un contrato con la UFC había terminado. Estaba destrozado: parecía que había desperdiciado su oportunidad.

Entonces entró en juego la influencia de Conor. A pesar de la derrota, consiguió que a Artem se le diera un puesto «comodín» en la competición. Era una segunda oportunidad para Artem, y nadie la merecía más que él. Y, desde luego, agarró la oportunidad con las dos manos, obteniendo tres victorias consecutivas, todas por KO, lo que le convirtió en el primer luchador de la historia de *The Ultimate Fighter* que hacía una cosa así. Al final, Artem perdió por puntos en una frustrante final contra Ryan Hall, pero fue un caso de «misión cumplida», porque había hecho lo suficiente para convencer a la UFC de ofrecerle un contrato.

Artem estaba loco de alegría. Se había criado en Rusia, pero su familia se había trasladado a Irlanda cuando él era adolescente. Artem no había practicado ninguna arte marcial hasta que tomó unas clases de defensa personal en la Universidad de Dublín a los veintiún años, cuando estudiaba ciencias empresariales y español. Aquello le llevó al Straight Blast Gym. Durante muchos meses, después de que se uniera al gimnasio, yo creía que era brasileño. No tengo ni idea de por qué. Cada vez que hablaba con él, intentaba utilizar las pocas palabras portuguesas que conozco, pero él se limitaba a mirarme con expresión rara. Por fin, me corrigió discretamente: «Lo siento, entrenador. En Rusia hablamos ruso, no portugués».

Viendo aquella temporada de *The Ultimate Fighter*, resultaba particularmente curioso ver el enfoque de Conor para entrenar a otros luchadores profesionales. Tras un par de días de rodaje, me envió un mensaje: «Me alegro de haber seguido con esto. Me relaja estar en el gimnasio y ver peleas. Esto es exactamente lo que quiero hacer todos los días. Es perfecto».

Conor enseñó a los chicos de su equipo el concepto del *flow sparring*, el entrenamiento ligero a ritmo relajado, y casi todos se quedaron fascinados. Como la mayoría de los luchadores, solo estaban familiarizados con sesiones a todo gas que imitaban una pelea. No me sorprendió que el *flow sparring* fuera una idea completamente nueva para muchos de ellos. Yo llevaba mucho

tiempo predicándolo, pero fuera del SBG solía recibirse con escepticismo.

En cuanto a la actuación general de Conor como entrenador, quedé muy impresionado. No creo que su futuro esté en entrenar, pero eso no tiene nada que ver con su habilidad para enseñar. ¡Es porque es puñeteramente incapaz de llegar a ningún sitio a su hora! Cuando Conor daba clases de lucha a golpes en el SBG, era absolutamente excelente. Incluso ahora, en el gimnasio está siempre ayudando a sus compañeros de equipo. Pero si has quedado para dar una clase a las siete de la tarde, no puedes presentarte a las nueve y fingir sorpresa al descubrir que todos tus alumnos se han marchado. La puntualidad es siempre una parte muy importante del entrenamiento. Si la gente se ha preparado física y mentalmente para entrenarse a cierta hora, no puedes tenerlos esperando. Puede que rectifique esta impuntualidad cuando madure y siente la cabeza, pero ahora es difícil imaginarlo. He trabajado con él durante diez años, y nunca ha llegado a tiempo a nada. Pero si alguien le hace una pregunta a Conor cuando está en la colchoneta, puede pasarse cuarenta y cinco minutos explicando la respuesta. Le he visto hacerlo muchas veces en el gimnasio, tanto con principiantes como con compañeros profesionales. Definitivamente, la capacidad de enseñar la tiene. La capacidad de llegar a su hora, no. En los últimos años, Conor ha gastado mucho dinero en comprar relojes de lujo. Puede que algún día empiece a utilizarlos.

La pelea que estábamos esperando contra José Aldo se programó para la UFC 194 en el MGM Grand, el 12 de diciembre. Iba a ser un combate por el título unificado de los pesos pluma: el campeón titular contra el campeón interino.

Había un acuerdo general entre Conor, sus compañeros de entrenamiento, los otros entrenadores y yo sobre que, aunque habíamos logrado el resultado deseado contra Chad Mendes, el entrenamiento había sido demasiado largo y agotador. Para el siguiente combate las cosas tenían que ser diferentes. Decidimos forzar la suerte quedándonos en Dublín hasta tres semanas antes de la pelea.

Cuando el combate se programó inicialmente para julio, se había invertido mucho en promoción y preparación, y una parte de mí se preguntaba si íbamos a pasar por todo ello una segunda vez solo para que se

aplazara de nuevo. Estábamos acostumbrados a que los contrincantes se retiraran, pero esto era diferente. Este era Aldo, el campeón desde hacía mucho tiempo. Queríamos esta pelea, la queríamos de verdad.

Cuando la gente se refería a Conor como «el campeón interino», a él no le gustaba. Opinaba que Aldo había salido corriendo cuando llegó el momento de luchar, y que eso le convertía a él en el nuevo campeón. Pero Conor sabía, como todo el mundo, que no podía jactarse legítimamente de ser el mejor peso pluma del mundo hasta haber derrotado a José Aldo. Aunque a Aldo le hubieran despojado del cinturón y Conor hubiera sido coronado campeón absoluto tras derrotar a Mendes, aún no habría podido asegurar que era el mejor peso pluma del mundo. Para eso tenía que derrotar a Aldo, y no valía con menos. Aldo se había convertido en el mejor peso pluma del mundo eliminando a los mejores aspirantes del planeta durante los seis últimos años. En la mayoría de los casos, lo había hecho sin esforzarse a fondo. Por bonito que fuera tener un cinturón de la UFC en el gimnasio, no era más que una muestra.

Cuando concluyó sus tareas de entrenador en *The Ultimate Fighter*, Conor volvió a Irlanda, en septiembre de 2015. Mientras estuvo fuera, se había mantenido en forma con entrenamientos ligeros, y yo tenía curiosidad por ver cómo aguantaba su rodilla. Afortunadamente, parecía estar como nueva. Ya no le limitaba ningún movimiento. No ha dado problemas desde entonces, y espero que siga como está.

Mucha gente me pregunta por el plan de trabajo en los entrenamientos preparatorios de Conor, pero lo cierto es que no hay un plan concreto. A algunos entrenadores les gusta organizar los entrenamientos en bloques: fuerza durante las cuatro primeras semanas, aplicar la fuerza de manera explosiva durante las cuatro semanas siguientes, y así sucesivamente... Pero a mí eso no me parece práctico para las MMA. Cuando tienes poco tiempo para preparar una pelea, o hay un cambio de contrincante o algo parecido, hay que estar siempre cambiando de método.

En el SBG, nuestro entrenamiento no cambia casi nada, independientemente de si el luchador se está preparando para un combate o no. No solemos hacer la preparación como la hacen otros equipos. En muchos gimnasios, los luchadores se toman varias semanas de descanso

después de un combate, durante las cuales abandonan la dieta y no se entrenan absolutamente nada. Después se meten de cabeza en la preparación para el siguiente combate, empezando desde cero, yendo de un extremo al otro. Nosotros preferimos mantener la forma a ritmo regular y firme durante todo el año. En el caso de Conor, antes entrenaba dos veces al día, pero ahora suele hacer una sola sesión larga —de tres o cuatro horas— cada día. No es una sesión intensa de principio a fin. Lo que hace es mantener un ritmo constante todo el tiempo. Un día puede hacer *sparring*, al siguiente se concentra en el trabajo en el suelo, y al otro día puede hacer lucha cuerpo a cuerpo. Es un entrenamiento flexible. No hay restricciones. Algunas mañanas se puede despertar sin ganas de matarse entrenando, y entonces viene a hacer una sesión corta de técnica. Al día siguiente puede estar lanzado, y entonces tienes que ponerle diez *sparrings* en fila. Cuando esa energía se manifiesta, es importante aprovecharla. En las raras ocasiones en que no se manifiesta, hay que hacer concesiones. A lo largo de seis, ocho o diez semanas vas a tener unos cuantos días en los que no te sientes en tu mejor forma. El entrenamiento varía cada día, dependiendo de cómo te sientas.

Un efecto secundario de que Conor se quedara en Dublín para la mayor parte de su entrenamiento fue que atrajimos a un montón de gente que veía al gimnasio en busca de fotos y autógrafos. A Conor siempre le ha gustado atender a sus fans —agradece de verdad el apoyo—, pero tenemos una política muy estricta, según la cual el gimnasio es un lugar de trabajo. Cualquiera que venga al gimnasio, si no es socio, no pasará de la recepción. Se ha presentado gente diciendo que venían de Estados Unidos solo para hacerse una foto. Y pretenden entrar directamente y pedirle un selfie a Conor en medio de una sesión. Algunos se escandalizan cuando no les dejamos entrar y hacer lo que quieren. Pero el gimnasio es donde entrenamos, y de ningún modo está abierto al público. Es el lugar de trabajo de los luchadores, y es importante que no se les interrumpa mientras están trabajando.

Conor avanzaba a toda máquina hacia su objetivo de convertirse en campeón indiscutible de la UFC, pero mientras tanto hubo otra gran noche para el SBG: el 24 de octubre, la UFC Fight Night 76 en el 3Arena. Aunque Conor

no participaba, las entradas se vendieron en cuestión de minutos. Una vez más, había una fuerte presencia del SBG en el cartel, con Paddy Holohan, Aisling Daly y Cathal Pendred ondeando nuestra bandera. Aunque Ais y Cathal iban a pelear en los preliminares, Paddy estaba en la parte alta del cartel con su enfrentamiento con el prometedor norteamericano Louis Smolka. Era una gran pelea, y se fue haciendo más grande a medida que se acercaba la fecha. Cuando faltaban diez días, Stipe Miocic sufrió una lesión que obligó a cancelar su combate de pesos pesados contra Ben Rothwell. Como consecuencia, el combate de Paddy avanzó un puesto y pasó a ser el penúltimo de la noche. Pero la cosa no acabó ahí. El martes antes del evento nos enteramos de que Joseph Duffy había tenido que cancelar su pelea contra Dustin Poirier a causa de una conmoción. Aquella tendría que haber sido la pelea estelar de la velada, de modo que a falta solo de cuatro días Paddy se vio aupado a la cabeza de un cartel de la UFC en su ciudad, como le había ocurrido a Conor quince meses antes.

Visto en retrospectiva, era demasiado y demasiado pronto. Había sido una bonita escalada para una pelea que iba a ser importante para Paddy, y en la que una victoria le habría premiado con un puesto en las filas de la división de los pesos gallo. Y, de pronto, sobre sus hombros recayó una pesada carga de promoción. El papel de luchador irlandés en la pelea estelar de una velada de la UFC en Irlanda acarrea un montón de presión, y Paddy la sintió. Hizo lo que pudo, pero, tal como me confesó después, no estaba preparado para todo aquello. Su objetivo era participar en aquellos eventos de alto nivel, pero quería abrirse camino poco a poco. Las expectativas le resultaron extenuantes. Hasta el paseíllo le dejó con una sensación de cansancio. En cuanto entró en el octágono, sintió que le pesaban las piernas. Esto es corriente entre los luchadores: es una sensación natural, una respuesta hormonal de «lucha o corre» que hace que la sangre fluya hacia las piernas. Pero si eres muy consciente de la magnitud de la ocasión, puede crecer en tu cabeza y extenderse por todo tu cuerpo, en detrimento de tu actuación. Normalmente puedes deshacerte de esa sensación de pesadez en cuanto empieza la acción, pero si hay una minúscula semilla de duda en tu mente, esa semilla germinará y se manifestará en tu rendimiento físico. Eso fue exactamente lo que le ocurrió a Paddy frente a Louis Smolka. Parecía lento

desde el principio y se apagó muy deprisa. Jamás le había ocurrido algo así. Siempre ha mantenido un buen ritmo en combates de tres asaltos, contra adversarios que yo considero más duros que Smolka. Pero seamos justos con Smolka, que no perdió tiempo en aprovechar la ocasión. Venció por estrangulación por detrás en el segundo asalto. Fue muy decepcionante, pero Paddy aprendió mucho de esta experiencia, y estoy ansioso de verle llevar a la práctica todo ese aprendizaje.

Al principio de la velada nos fue regular, pero aquella fue la noche de Aisling Daly. Durante la anterior velada de la UFC en Dublín, Ais había estado ocupada rodando *The Ultimate Fighter*, mientras sus compañeros de equipo estaban creando la mejor noche de la historia de las MMA irlandesas. Perderse aquello fue muy duro para ella, y ahora estaba decidida a aprovechar al máximo la oportunidad. Había tenido problemas de depresión y se estaba recuperando de una derrota ante Randa Markos en abril, así que Ais no dejó piedra sin remover en su preparación para esta pelea. Su contrincante, Ericka Almeida, era compañera de equipo de José Aldo en el Nova União de Brasil, de modo que también era una oportunidad para que Ais hiciera correr la primera sangre por el SBG en aquella batalla particular.

Aquella noche todo le salió bien a Ais, ya desde la salida a la pelea. Antes de salir, le dije a Ais que se empapara de la situación. Esto es importante para los luchadores. A veces nos olvidamos de eso. Quiero que todos mis luchadores sean capaces de revivir esos momentos algún día, con sus nietos, y tengan grandes historias que contar. Muchas veces cometemos el error de centrarnos rápidamente en la pelea y no percatarnos de la atmósfera, pero cuando rememores tu carrera dentro de veinte, treinta, cuarenta años, tienes que crear recuerdos a los que aferrarte, que te recuerden por qué pusiste tanto esfuerzo.

Sin embargo, también le dije a Ais que en cuanto llegáramos al octágono todo lo demás tenía que quedar fuera. Y eso fue exactamente lo que ocurrió. Me miró a los ojos y pude ver que había pulsado el interruptor. Estaba lista para pelear. Ericka era buena, pero Ais iba a por todas. La victoria por decisión unánime fue su recompensa por meses de trabajo duro.

No fue tan buena noche para Cathal Pendred. Había peleado demasiadas veces en un corto plazo de tiempo —esta iba a ser su sexta pelea en solo

quince meses— y yo había intentado convencerlo de que se tomara un descanso. Pero él quería seguir adelante. Su contrincante, Tom Breese, tenía mucha menos experiencia, pero es un tipo que creo que hará grandes cosas en el futuro. La diferencia de habilidad entre los dos era enorme, como demostró la victoria de Breese por KO técnico en el primer asalto. Breese no tuvo enemigo. Lo único que puedes hacer es quitarte el sombrero. Decididamente, hay que estar pendiente de él.

En la preparación para aquella pelea, Cathal no había sido el de siempre. Parecía haber perdido la pasión y la determinación que lo habían llevado tan lejos.

Cuando Cathal me dijo, varias semanas después, que había decidido retirarse de las MMA, no me sorprendió mucho. Llevaba mucho tiempo avanzando a toda marcha, y yo sabía que el hambre empezaba a disminuir, como le acaba ocurriendo a todo el mundo. En su vida estaban empezando a entrar otros intereses distintos del gimnasio, y eso es algo saludable. Siempre aconsejo a mis luchadores que se vayan buscando una estrategia de salida para cuando llegue el momento. Cathal tenía unos cuantos proyectos, incluidos posibles papeles en el cine, trabajos en los medios y abrir un restaurante. En consecuencia, estaba empezando a faltar a las sesiones de entrenamiento, lo cual no iba nada con su carácter. Cuando empiezas a ver cosas así, sabes que el luchador tiene ya un pie en la puerta de salida.

Soy muy franco con mis luchadores. Todo es blanco o negro. Saben que tendrán toda mi atención mientras estén en la colchoneta, pero que no será así si faltan a las sesiones. Tengo que dedicar mi energía a las personas que están en el gimnasio. Ahora tengo cuarenta luchadores, de modo que no tengo tiempo para perseguirlos si no se presentan. Los chicos saben que eso forma parte del trato. Por muy importante que sea tu próxima pelea, si no estás en el gimnasio ni siquiera estás en mi cabeza. Si no tienes mucha interacción en la colchoneta, no hay gran cosa que yo pueda hacer por ti como entrenador. Sé que algunos entrenadores lo hacen de otra manera. Kieran McGeeney es estupendo controlando a sus luchadores todo el tiempo. Si uno de ellos sale el viernes por la noche, Kieran se entera y se planta en su puerta el sábado por la mañana. No puedo imaginar nada más aterrador que ver a Kieran en tu puerta. Pero yo nunca he sido así. Si estás en el gimnasio, estamos juntos.

Cathal siempre ha sido muy sincero consigo mismo, y reconoció que había una gran diferencia de calidad entre él y Tom Breese. Después de una derrota como esa, tienes que dar un paso atrás y evaluar tu situación. ¿Quieres ser uno de esos tipos que solo están ahí para hacer bulto y servir de escalón a otros luchadores? Si no tienes el corazón en ello como lo tenías antes, puedes salir malparado. Cuando Cathal me dijo que había decidido retirarse, pensé que era una decisión muy valiente y sabia. Me sentí orgulloso de él por haberla tomado por sí mismo, porque a la mayoría de la gente hay que decirle cuándo ha llegado demasiado lejos. Cathal había hecho cosas asombrosas en las artes marciales mixtas. Ganar cuatro veces en la UFC después de ser campeón de Cage Warriors es algo que solo ha conseguido otro irlandés. Dejó las MMA con la cabeza bien alta y con derecho a ello, sobre todo teniendo en cuenta lo tarde que había entrado en este deporte. Fue una inspiración para muchos, y también para mí. Si deseas algo con la suficiente intensidad, no dejes que nadie te diga que no eres capaz de conseguirlo. Acabarás cosechando los beneficios de mantener esa clase de actitud. Cathal Pendred es la prueba de ello.

Tres semanas antes de la pelea con Aldo, volamos a Los Ángeles para las últimas fases del entrenamiento de Conor. Nos estábamos preparando para una pelea por un título de la UFC, como habíamos hecho para la UFC 189, pero ahora las cosas eran mucho más relajadas. En la anterior ocasión habíamos prestado mucha atención a la rodilla y a cómo aguantaría. Ahora solo pensábamos en la pelea. «Aquí está ahora el SBG —pensaba yo—. Este es nuestro nivel y es hora de dejar una marca. Es el mejor de Irlanda contra el mejor del mundo. Vamos a ver si este es nuestro sitio». El entrenamiento había ido perfectamente, así que no había necesidad de estar tensos o aprensivos. Habíamos cubierto todas las bases. Estábamos más preparados que nunca.

El plan era pasar un par de semanas en Los Ángeles antes de ir en coche a Las Vegas en la semana del combate. Conor llevaba algún tiempo admirando la pericia de un experto en movimientos llamado Ido Portal, e invitó a Ido a unirse a nosotros en las fases finales del entrenamiento. Para entonces, todo

el trabajo duro estaba hecho. Conor llevaba casi todo el año preparándose para esta pelea, y era importante mantener la mente fresca y relajada, y no solo el cuerpo. Los ejercicios de calistenia de Ido eran perfectos para esto.

En la conferencia de prensa anterior al combate, dos días antes de la UFC 194, los medios se hicieron eco de lo relajado que estaba Conor. Analizaron incluso su vestimenta. En lugar del habitual traje caro, Conor se presentó con unos vaqueros y un polo. Después de haberle ladrado y gruñido a Aldo durante sus anteriores encuentros ante los medios, Conor le saludó respetuosamente con la cabeza al final de la sesión de miradas. Los periodistas se preguntaban si esto era una especie de psicología inversa para atrapar más a Aldo en sus juegos mentales, pero yo creo que se estaban excediendo en sus análisis. Que yo recuerde, los trajes nuevos de Conor no habían llegado a tiempo. Además, creo que a estas alturas todos estaban ya cansados de promocionar el combate. Después de haber invertido tanto, Conor había dado por terminada aquella tarea particular. Tal como él lo veía, Aldo se había presentado y la pelea iba a tener lugar por fin, sin lugar a dudas, así que el tiempo de hablar se había terminado.

Esta iba a ser la primera vez que Conor competía después de que la UFC prohibiera la rehidratación intravenosa después de los pesajes, de modo que la reducción de peso podía ser más complicada, porque él solía usar la intravenosa. Pero gracias a la ayuda de George Lockhart —asesor de nutrición y exluchador—, la reducción fue todo lo fácil que podía ser. Los preparativos habían sido absolutamente perfectos. Yo no habría cambiado nada. Si la pelea no nos salía bien, no tendríamos excusas.

Yo esperaba que el combate se desarrollara de una de estas dos maneras: o bien Aldo era cauteloso y luchaba muy a la defensiva durante un primer asalto tentativo, o acometía a Conor desde el principio, intentando ponerle las manos encima lo antes posible. Yo esperaba que hiciera esto último, porque estaba seguro de que eso le pondría en manos de Conor. Se le da muy bien boxear a la contra en desventaja, y castigaría a Aldo si se le acercaba demasiado.

Una vez más, muchísimos aficionados irlandeses habían viajado a Las Vegas. Sin embargo, esta pelea no era una ocasión tan especial. Ya estábamos acostumbrados, y sabíamos que nada de lo que ocurriera en el

MGM Grand podría superar lo que habíamos experimentado en la UFC 189. Ahora se trataba simplemente de llegar, derrotar a José Aldo y llevarse el cinturón. Todo lo demás carecía de importancia.

Cuando hicimos el recorrido hasta el octágono y Conor entró, hubo una enorme sensación de alivio. Por fin, ese era el momento. Era casi como si estuviéramos en paz como equipo. La pelea se iba a celebrar. José Aldo contra Conor McGregor. Por fin era realidad, y por fin iba a zanjarse el debate sobre quién era el mejor peso pluma del mundo. Desde los tiempos de Conor en Cage Warriors, yo había imaginado cuándo se cruzarían sus caminos. La gente se rio cuando Conor mencionó el nombre de Aldo en un documental de la MTV realizado justo después de fichar por la UFC. Ningún peso pluma debutante había hecho algo así. Tenías que ganarte el derecho a hablar de Aldo, y más aún a luchar con él. Pero Conor iba muy en serio. No le veía ningún sentido a pelear en la UFC a menos que Aldo fuera su objetivo.

A posteriori, muchos observadores comentaron el comportamiento y el lenguaje corporal de Aldo antes de la pelea, asegurando que parecía tenso y ansioso durante la salida y las presentaciones. Es fácil hacerse el entendido *a posteriori*, pero mentiría si dijera que noté algo diferente en él. Mantuvo la cabeza gacha hasta que empezó el combate, pero eso era normal en él. Eso nunca le había fallado.

Tras hacer una predicción deliberadamente moderada —«Conor ganará en los tres primeros asaltos»—, cuando, a principios de aquel año, se anunció por primera vez el combate con Aldo fui mucho más sincero al escribir mi columna para The42.ie justo antes del combate de la UFC 194: «Una parte de mí lo ve terminado en sesenta segundos». Creía de verdad que podía ocurrir, pero no por eso fue menos impactante que de verdad ocurriera. Después de tantos prolegómenos y aplazamientos, el combate fue la pelea por un título más corta de la historia de la UFC.

Conor salió atacando desde su rincón y ocupó el centro del octágono. Empezó con un directo de izquierda que falló por poco su objetivo, seguido por una patada oblicua a la pierna adelantada de Aldo. Y entonces vino la

embestida. Aldo se echó hacia delante y amagó con la derecha para soltar un gancho de izquierda, que conectó. Pero Conor le ganó por la mano: se echó hacia atrás, contraatacó con un izquierdazo perfecto, y el antes infalible campeón de los pesos pluma de la UFC se derrumbó como un pino talado. Un año de preparación para solo trece segundos... pero no nos quejábamos.

Yo miraba asombrado, con la boca abierta, mientras trataba de asimilar el hecho de que a pocos metros de mí acababa de ocurrir un acontecimiento histórico en las MMA y en el deporte irlandés. Alrededor de mí, el estadio era un pandemonio, y yo no tardé en participar en él, pero tardé un rato en asumir la importancia de lo que había ocurrido. Nunca es agradable ver machacado a un luchador, y menos a un campeón legendario como Aldo. Pero el logro de Conor era simplemente fenomenal. ¿Se ha hecho alguna vez una exhibición mayor en la UFC? Lo dudo. Conor ya no tenía que aguantar más aquella palabra que no le gustaba. Ahora era indiscutible.

Después de que el nuevo campeón fuese coronado oficialmente y volviéramos al vestuario, busqué una sala tranquila y me tumbé en el suelo. Orlagh puede ser muy sigilosa con su teléfono, y captó el momento. En un momento así, es difícil evitar pensar en el recorrido. Pensé en cuando me pegaron en Rathmines; en cuando pinté aquel pequeño cobertizo de Phibsboro un día de calor abrasador; en Dave Roche y en todos los compañeros de entrenamiento de los tiempos en que apenas sabíamos lo que estábamos haciendo; en cuando no tenía ni un penique porque invertía todo lo que ganaba en mi educación en artes marciales; en las duras noches de trabajar de portero; en lo que lloré cuando falló el proyecto del gimnasio de Tallaght; en cuando me echaron a patadas de Rathcoole; en todas las pérdidas y los reveses. Durante la mayor parte de este viaje, lo más conveniente habría sido tirar la toalla. Pero no hay camino fácil para los sitios a los que vale la pena llegar.

Disfrutamos de las celebraciones, por supuesto, pero en conjunto había sido una noche agridulce para el SBG. Al principio de la velada de UFC 194, Gunnar Nelson había sufrido una aplastante derrota contra Demian Maia. Poco después de la victoria de Conor, mis pensamientos se centraron en

Gunni. Siempre ha ocurrido que tengo que reflexionar sobre una derrota incluso en nuestras noches más triunfales. Si hay nueve victorias y una derrota, es la derrota la que me consume después. No estaba seguro de cómo iba a reaccionar Gunni —casi estaba esperando que me dijera que dejaba las MMA—, pero cuando, al cabo de un par de días, nos sentamos a hablar para reflexionar sobre la pelea, sus palabras fueron música para mis oídos.

—Nunca he estado más seguro de que voy a ganar ese cinturón del peso welter. Estoy cien por cien convencido. Esto me encanta. No quiero hacer nada más. Voy a ser campeón.

Me alegró muchísimo oír a Gunni decir eso. Reconoció inmediatamente que la derrota era una valiosa lección y ya estaba entusiasmado por llevar a la práctica lo que había aprendido. Aquello indicaba un auténtico cambio en su mentalidad, porque su respuesta a la derrota ante Rick Story no había sido tan positiva, ni mucho menos. Gunni habría podido reaccionar a la derrota ante Maia diciéndose que su contrincante era mucho mejor que él y que no tenía sentido seguir siendo luchador, pero en cambio decidió concentrarse en el hecho de que había resistido tres asaltos sin que le hiciera abandonar el que probablemente es el mejor practicante de *jiu-jitsu* brasileño que hay en las artes marciales mixtas. Hubo ocasiones en las que habría podido abandonar, probablemente la mayoría de los luchadores lo habría hecho, pero Gunni había perseverado. Sí, había cometido errores físicos en la pelea, pero ninguno de ellos era irremediable. Y dado que es diez años más joven que Demian Maia, Gunni tiene mucho tiempo para rectificar sus errores.

No había tenido muchas navidades en 2014, porque Conor estaba preparándose para su combate con Dennis Silver. Lo compensé en 2015 pasando diez días en España con mi familia. Normalmente, cuando me subo a un avión es para algo relacionado con las MMA, así que esta era una novedad muy bien recibida. No se habló de luchas en todas las vacaciones, y aquello era justo lo que necesitaba.

Sabía que en cuanto me bajara del avión, al regresar a Dublín, Conor iba a emprender una campaña para hacer algo que no se había hecho nunca.

18

Cuando vi por primera vez la noticia, di por supuesto que era una broma: «El Parlamento irlandés va a debatir la petición de poner el rostro de Conor McGregor en la moneda de un euro», decía el titular.

Sonaba ridículo, pero al parecer tenía un fondo de verdad. Una comisión del gobierno irlandés iba a considerar la petición, presentada por un ciudadano. A nadie le sorprendió que fuera rechazada, pero el episodio fue otro ejemplo de lo mucho que había cambiado la situación de Conor en la sociedad irlandesa. Durante la mayor parte del tiempo desde que lo conocí, nunca tenía un euro en el bolsillo. Y ahora estaban hablando de poner su cara en las monedas. Era una absoluta locura, pero así estaban las cosas. Se había convertido en la máxima estrella que habían visto las MMA, generando ingresos récord para la UFC y llevando nuestro deporte a los hogares de personas que nunca le habían prestado atención. Ahora, después de cada combate, crees que su figura ya no puede seguir creciendo, pero cada vez él te demuestra que estabas equivocado.

El debate sobre la ridícula propuesta de la moneda tuvo lugar solo veinticuatro horas después de que se anunciara oficialmente el siguiente combate de Conor. Conor ya se había comprometido a luchar en la UFC 200, que iba a ser un acontecimiento sensacional pero que no se iba a celebrar hasta el 9 de julio. Yo sabía que Conor —sobre todo teniendo en cuenta que la pelea contra José Aldo solo había durado trece segundos— quería volver a pelear mucho antes. De ningún modo se iba a quedar sentado durante siete meses.

Después de la pelea contra Aldo, en los medios se barajaron un par de opciones. Una era una revancha contra Aldo, que no era probable a corto

plazo porque el KO le habría impedido volver a entrenarse en bastante tiempo. Otra posibilidad era una defensa del título de los pesos pluma ante Frankie Edgar. Edgar era excampeón de los pesos ligeros y llevaba una espectacular racha de cinco victorias consecutivas en los 66 kilos, en la más reciente de las cuales había dejado KO en el primer asalto a Chad Mendes, solo veinticuatro horas antes de que Conor derrotara a Aldo. A Conor le atraía la idea de enfrentarse a Frankie Edgar. Era el único peso pluma de primera clase con el que todavía no se había enfrentado. Aquello era atractivo, pero la preferencia de Conor para su siguiente paso no estaba en la división de los pesos pluma.

El ascenso a la división de los pesos ligeros era algo de lo que ya habíamos hablado abiertamente. Tarde o temprano, iba a ser inevitable. A Conor le costaba mucho reducir peso a 66 kilos, pero mantenerse en 70 kilos sería mucho más sencillo. Además, había una oportunidad de hacer historia. Ningún luchador había sido campeón de la UFC en dos categorías de peso diferentes al mismo tiempo. Después de su rápida victoria sobre Donald Cerrone en diciembre, el campeón de los pesos ligeros Rafael dos Anjos necesitaba un nuevo aspirante, y la jauría de perseguidores de su división no estaba precisamente entusiasmado al mundo. Conor veía una posibilidad, y cuando se le mete una idea en la cabeza no hay manera de sacársela hasta que la pone en práctica. No es que fuera a abandonar por completo la división de los 66 kilos, pero en ese momento se sentía más atraído por la categoría superior. Conor estaba empeñado en repetir lo que había logrado en Cage Warriors: quería un cinturón en cada hombro.

A pesar de las protestas de algunos pesos ligeros de la UFC, el combate tenía sentido, y se anunció oficialmente el 12 de enero de 2016: Rafael dos Anjos contra Conor McGregor por el título de los pesos ligeros en la UFC 197 —que después pasó a ser la UFC 196, debido a una remodelación del calendario de la UFC— en el MGM Grand Garden Arena de Las Vegas, el 5 de marzo. Una oportunidad de hacer lo que nadie había hecho. Eventos sin precedentes. Pocas semanas después de una noche histórica en Las Vegas, comenzaron los preparativos para otra.

A nivel de estilo, Rafael dos Anjos no era nada que no hubiéramos visto antes. Dicho de forma simple: es como una versión zurda de José Aldo. Dos

Anjos llevaba una buena racha, durante la que había derrotado a gente como Anthony Pettis, Benson Henderson y Nate Díaz. En cuanto a su condición de campeón, yo opinaba que había hecho bien al sacarle partido a un período poco brillante para la división de los pesos ligeros. A este nivel, ningún combate es fácil, e íbamos a entrenar como exigía la importancia de la ocasión, pero yo creía que la superior habilidad de Conor daría lugar a un intercambio en una sola dirección y a otra victoria en el primer asalto para nosotros.

En un par de columnas que escribí cuando se acercaba la pelea comenté el paso de Conor a los 70 kilos, que seguramente es su peso más natural, y dije que tampoco descartaba un ascenso posterior a la siguiente categoría, los pesos welter (77 kilos). Varios medios interpretaron esto como un desafío de Conor McGregor al campeón reinante de los pesos welter, Robbie Lawler. Conor reconoció públicamente que estaba considerando el paso a los welter como posible opción en el futuro, y la prensa se lo tragó. Todavía no habíamos peleado por un segundo cinturón, y la gente ya estaba hablando de un tercero. Conor nunca había peleado en los pesos welter. Era algo a lo que estábamos abiertos, pero que no se había hablado con detalle. Resultó que aquel debut en los 77 kilos iba a llegar mucho antes de lo que se esperaba.

Cuando solo faltaban doce días para la pelea, me llegó la mala noticia en un mensaje de texto de Conor: «Dos Anjos, fuera».

Esto ocurría un lunes por la noche. El martes por la tarde, la noticia de que dos Anjos se había lesionado un pie estaba en todas partes. Una vez más, el contrincante de Conor se retiraba. Era la sexta vez que le ocurría en sus doce últimas peleas.

Aquello dejaba a la UFC en una carrera contra el reloj para salvar el combate estelar de una gran velada de pago, porque nunca se puso en duda que Conor seguiría adelante. Estábamos preparados. Le correspondía a la UFC encontrar un sustituto. Unos cuantos luchadores levantaron la mano, pero yo sabía desde el principio quién iba a ser el elegido.

Cuando Conor expresó por primera vez su deseo de pasar a los pesos ligeros tras el combate con Aldo, había en realidad dos posibilidades: una era la pelea por el título contra Dos Anjos, y la otra un enfrentamiento con Nate Díaz, que competía tanto en los pesos ligeros como en los welter. Para ser del

todo sinceros, esta última posibilidad no la veíamos muy clara, pero la oportunidad de hacer historia era demasiado buena para rechazarla. Ahora, con Dos Anjos fuera, la situación se resolvió en treinta y seis horas. Díaz quería pelear con Conor, Conor quería pelear con Díaz, y los aficionados querían ver a dos de los luchadores más interesantes y populares del deporte chocando los cuernos. Todo tenía sentido. Díaz estaba clasificado en el quinto puesto de los pesos ligeros, pero aquello no reflejaba con exactitud su capacidad y su prestigio en el oficio.

Era decepcionante que la posibilidad de ganar un segundo cinturón se hubiera esfumado por el momento, pero lamentarse no servía de nada. Una pelea contra Nate Díaz era una alternativa muy buena. Durante mucho tiempo, yo había sido un gran admirador de los hermanos Díaz: Nate y su hermano mayor, Nick. Si eres aficionado a las MMA, es imposible que no te gusten estos tíos. Ya son iconos del deporte. Durante años, Nate y Nick han hecho las cosas a su manera, sin pedir disculpas; son inconformistas, y esa es una actitud que respeto mucho. Echan el resto todas y cada una de las veces. Independientemente del resultado, jamás ha habido una ocasión en que los hermanos Díaz hayan decepcionado a los aficionados. No saben hacer una pelea aburrida, y en realidad parece que se hacen más fuertes y mejores con cada asalto. El estilo Díaz consiste en pasar a través de los golpes del contrario e intentar tumbarlo. En mi opinión, combinar esto con el estilo también único de Conor era una receta infalible para un combate fascinante que iba a ser divertidísimo para todos los implicados: los aficionados, los medios y los luchadores mismos. También creía que la victoria estaba dentro de las posibilidades de Conor. Díaz había estado impresionante en diciembre en su victoria sobre el peso ligero Michael Johnson (uno de los cinco mejores), pero se había dejado pegar muchas veces. Yo esperaba que Conor pusiera en evidencia esa debilidad.

El único obstáculo para organizar la pelea era el peso. Debido al corto plazo de preparación, Díaz no quería que fuera a 70 kilos. Al principio se sugirió un peso máximo de 72 kilos, y Díaz parecía estar de acuerdo. Pero después cambió de parecer y pidió un peso límite de 75. En aquel punto de la negociación, Conor estaba harto del tira y afloja.

—Decidle a Nate que se quede tranquilo —dijo—. No quiero que ponga

excusas. Hagámoslo a 77 kilos.

Y aquello fue todo. En el espacio de doce semanas, Conor iba a pelear en combates estelares de la UFC en los pesos pluma y en los welter, saltándose el peso ligero. «Sin precedentes» empezaban a ser palabras habituales en su vocabulario. Su mente estaba en un sitio en el que sentía que nadie podía tocarle. No importaban el quién, el dónde ni el cuándo.

Los preparativos de este nuevo combate fueron breves pero divertidos, con dos tíos ingeniosos intercambiando insultos en las conferencias de prensa. Sin embargo, para mí resultó decepcionante y un poco desconcertante oír que Díaz acusaba a Conor de usar sustancias para mejorar el rendimiento. Probablemente no era más que un intento de irritar a Conor. Pero si Díaz esperaba poner nervioso a Conor, no lo consiguió. Siempre he pensado que los luchadores limpios se reconocen entre sí. Creo que Díaz es un luchador limpio y que en el fondo sabía que lo que decía no tenía fundamento.

Conor acababa de llegar a Estados Unidos, acompañado por Artem Lobov e Ido Portal, cuando se enteró de la retirada de Rafael dos Anjos. Una vez más, Los Ángeles era la base inicial antes de trasladarse a Las Vegas. Yo llegué más tarde, en la semana de la pelea, aterrizando el lunes. Con nueve luchadores del SBG compitiendo el sábado anterior en una velada en Dublín para la compañía británica BMMA, no había podido viajar antes.

Cuando me reuní con los chicos en Los Ángeles los vi increíblemente tranquilos. Incluso en comparación con los preparativos para la pelea con José Aldo, el ambiente era sumamente relajado. Me sentía como si nos estuviéramos preparando para un combate de exhibición, no para una pelea estelar de la UFC transmitida por televisión de pago. Al no tener que reducir peso, Conor estaba disfrutando de una dieta más flexible, y aquello se reflejaba en su estado de ánimo. Nunca le había visto de tan buen humor en la semana de un combate.

En realidad, el no tener que reducir peso hizo que todo resultara muy extraño, porque normalmente esos últimos días se centran casi por completo en la báscula. Faltando eso, descubrí que casi tenía que recordarme que nos estábamos preparando para una pelea. Aquel cambio de rutina nos tenía verdaderamente desorientados. Cuando estábamos en el vestuario, esperando para salir a los pesajes, me di cuenta de que ni siquiera tenía una botella de

agua. No la necesitábamos, porque Conor estaba perfectamente hidratado y por debajo del límite de peso, con 76 kilos, pero busqué una y la encontré, porque así era como hacíamos normalmente las cosas.

Siempre me ha parecido que es positivo tener la mente relajada antes de una pelea, pero también es posible estar demasiado relajado. Tanto en los vestuarios como en la arena misma, en el MGM Grand parecía haber un ambiente de fiesta antes de la UFC 196. La sensación no era la misma que en otros eventos de la UFC en los que había estado. Antes incluso de la pelea, en los vestuarios, era difícil asimilar el hecho de que teníamos un combate por delante. Desde el punto de vista de Conor, todo iba bien. El calentamiento había ido bien y él parecía tan preparado como siempre. Pero era la cuarta vez que ocupábamos aquellos vestuarios en dieciocho meses, y esta vez la sensación era diferente.

Fue la primera vez en el MGM Grand que salimos después del contrincante. Mientras esperábamos nuestro turno para salir, yo tenía la mirada fija en uno de los monitores de televisión que había en la zona. Durante una fracción de segundo, me vi diciéndome a mí mismo: «Anda, fíjate. Cómo mola. Va a pelear Nate Díaz».

Me recuperé rápidamente y recordé que no estaba sentado en mi casa viendo una velada de la UFC en la comodidad de mi sofá. Sí, Nate Díaz iba a pelear, pero en el rincón contrario estábamos nosotros.

Cuando salimos y nos situamos al lado del octágono, estaba emocionado. Dos machos alfa guerreros iban a enfrentarse. No había cinturones en juego, no había habido una dramática reducción de peso. Era como una pelea de la vieja escuela. Un artista marcial poniendo a prueba sus habilidades contra las de otro. Era cuestión de pura habilidad. Como espectador, estaba ansioso de ver qué pasaba. Iba a ser un privilegio presenciar aquel enfrentamiento.

El primer asalto discurrió más o menos como había esperado. Al final, estaba relativamente satisfecho, pero no del todo feliz. Aunque Conor había colocado muchos golpes buenos, noté desde el principio que estaba dependiendo mucho de su mano izquierda. Estaba como obsesionado con los golpes, que es algo que normalmente no le sucede. Conectó bien un par de

veces, y le pareció que Díaz estaba a punto de caer, que es lo que suele ocurrir cuando conecta esos puñetazos. Sentía que el final era inminente, y eso le convenció de que tenía que usar más y más la mano izquierda para conseguirlo. Estaba invirtiendo un montón de energía en aquellos golpes, en lugar de utilizar la técnica limpia que le ha hecho célebre.

Hacia el final del asalto, Conor sufrió un derribo con una sola pierna. Pero lo contrarrestó bien, usando el tipo de *jiu-jitsu* por el que parece que nunca le dan crédito. Fue un bonito trabajo contra un cinturón negro de JJB, y terminó el asalto con una nota positiva. Un asalto al bolsillo, 10 a 9 para Conor.

Entré en el octágono al terminar el asalto. Cuando Conor se sentó en el taburete, me quedé estupefacto. Tenía la boca abierta y estaba jadeando. «Vale —pensé—. Esto no lo había visto nunca». Aquello era preocupante. Había gastado un montón de energía en buscar un golpe de KO, y era evidente que aquello había hecho mella en su reserva de energías.

No es fácil desembarazarse de Nate Díaz. Ya lo había demostrado a lo largo de sus nueve años en la UFC, durante los cuales solo le habían ganado una vez en veintiuna peleas. Animé a Conor a tomarse las cosas con más calma en el segundo asalto; a trabajarle la mandíbula y disparar algunas patadas desde fuera para reducir la intensidad de lo que habíamos visto hasta entonces. Contra Nate Díaz te puedes permitir eso. No va a intentar malherirte. Tienes espacio para mantenerte fuera de su alcance durante un asalto, si es necesario, para recuperar el aliento. Eso era lo que yo quería que hiciera Conor. No teníamos prisa por ganar esa pelea. Quedando todavía veinte posibles minutos, tarde o temprano aparecerían oportunidades para que se detuviera el combate.

Pero en los primeros intercambios del segundo asalto Conor siguió cargando con la izquierda, reanudando lo que había estado haciendo. Es posible que sintiera algo que yo no sentía —yo confiaba en él—, pero yo sabía que aquel esfuerzo le estaba dejando sin energías. Solo podía confiar en que no le saliera el tiro por la culata.

Al principio del asalto Conor seguía dominando, pero la marea pronto empezó a cambiar. Recién pasada la mitad, Díaz colocó un perfecto directo de izquierda en plena cara de Conor. Y entonces vi algo que nunca había

visto: a Conor le temblaron las piernas. Nunca había visto que un puñetazo le hiciera tambalearse. Estaba tocado. Habíamos estado trabajando juntos durante diez años y aquella era la primera vez que veía que sacudieran a Conor tan limpiamente. Normalmente, si le alcanza un golpe, la respuesta típica de Conor es sonreír a su adversario, dar un paso adelante y soltarle tres o cuatro guantazos como réplica. Pero esta vez no hubo sonrisa. Estaba en apuros, y aquello me sobresaltó.

Una situación como aquella es muy difícil para mí. Como entrenador, quiero dirigir al luchador para que reanude el combate en busca de la victoria. Pero ¿como amigo, hermano, guardián...? Los instintos protectores se acentúan, y tu prioridad es la seguridad del luchador. Para esa parte de mí, cuando veo tocado de ese modo a uno de mis luchadores el resultado deja de importar.

Conor hizo todo lo que pudo para mantenerse en la pelea, y fue capaz de cazar a Díaz con un par de buenos golpes, a pesar de la presión a la que estaba sometido. Pero cuando faltaba poco más de un minuto del asalto, se puso en peligro con un complicado intento de derribo. Díaz consiguió eludirlo y contraatacó con un intento de estrangulación de guillotina. Como había hecho contra Chad Mendes, Conor intentó utilizar el Rompecorazones para escapar, pero fue incapaz de completar el giro —probablemente debido a la fatiga— y no pudo salirse de la presa. Díaz mantuvo la posición dominante y pasó a montarse encima por completo, mientras descargaba fuertes golpes. Era una situación terrible para Conor. Agotado y a merced de un practicante de JJB de alto nivel, intentó una vez más escapar de la presa, pero acabó exponiendo momentáneamente la espalda. Díaz no necesitó invitación para aprovechar la oportunidad. Cerró una estrangulación por detrás y ya no hubo escapatoria. Conor palmeó para abandonar, el árbitro Herb Dean se acercó para confirmar la mayor victoria de la carrera de Díaz y un ensordecedor silencio saludó en el MGM Grand la primera derrota de Conor McGregor en la UFC.

Mientras el resto del mundo empezaba a asumir las implicaciones de un resultado tan sorprendente, dicho resultado era lo que más lejos estaba de mis pensamientos en aquel momento. Necesitaba saber que Conor estaba bien. Aquel directo de izquierda le había hecho daño, y después había encajado

varios más. Aunque hubiera ganado, lo primero que yo habría pensado habría sido lo mismo. Había recibido una buena cantidad de castigo. Mucho más tarde, cuando pensé en el impacto de la derrota, me dije: «Haré lo que haga falta para asegurarme de que nunca volveré a ver que recibe tanto castigo».

Cuando entré en el octágono después de la pelea, me tranquilizó que pareciera estar bien físicamente, pero el dolor emocional que estaba soportando lo tenía escrito en la cara. Lo abracé y le transmití un mensaje:

—¿Quién más está haciendo lo que estás haciendo tú? ¿Quién más se salta dos categorías de peso y se enfrenta a uno de los mejores con menos de dos semanas de aviso? Podrías haberte salido de esto cuando se salió Dos Anjos y nadie habría dicho una palabra en contra, pero a diferencia de lo que habría hecho cualquier otro, tú ni te lo pensaste. Ahora, cuando hables por ese micrófono, mantén la cabeza alta y habla positivamente. Siéntete orgulloso de lo que estás haciendo, porque yo desde luego lo estoy. Acuérdate de lo que decía Fiódor Yemeliánenko: «Los únicos que no caen nunca son los que nunca están de pie».

A continuación, Conor habló con Joe Rogan. Por primera vez lo hacía como el luchador derrotado. Era una amarga píldora que tragar, pero lo llevó con elegancia y humildad. La gente, después, parecía sorprendida por eso, pero yo no esperaba menos. Ya había experimentado derrotas en su carrera. Ya había pasado por eso. Esta vez, la diferencia era que todo el mundo estaba mirando.

—Acepté el riesgo de pelear a 77 kilos, pero Nate atacó y creo que le gané en el primer asalto, pero no supe administrar mis energías. Pero soy humilde en la victoria y en la derrota. Respeto a Nate. Llegó, aceptó la pelea con poco tiempo e hizo su trabajo. Ha sido eficiente. Yo no he sido eficiente. Ha sido eso, lo siento. Es lo que hay. Lo afrontaré como un hombre, como un campeón, y volveré y lo haré de nuevo.

A pesar del resultado, Lorenzo Fertitta continuó con lo que se ha convertido en una tradición, trayendo al vestuario una botella de *whisky* Midleton Very Rare. Esta vez no había victoria que celebrar, pero todos tomamos un trago para brindar por un enfrentamiento memorable. A pesar de ello, Conor no prestaba mucha atención. Tenía la cabeza pegada a un teléfono, viendo la repetición de la pelea.

Lo que la gente parece olvidar de todo este asunto es que a Conor le encanta pelear. Todo lo demás —el dinero, los títulos, la fama— es un añadido. Es importante que la gente entienda esto. Él se pone en situaciones peligrosas, arriesgadas, aceptando cambios de contrincantes a última hora y probando en diferentes categorías de peso. ¿Quién más hace eso? Y sigue haciéndolo porque para él es muy divertido. Corre esos riesgos porque sabe que si no lo hace acabará lamentándolo, sin importar las consecuencias. En esta ocasión, un error de estrategia en el segundo asalto significó la diferencia entre la victoria y la derrota. No obstante, a la mañana siguiente salió el sol, igual que habría salido si hubiera ganado.

Aceptamos una apuesta y esta vez no salió bien. Eso no va a cambiar la manera en que trabajamos. Pero sí que seguiremos esforzándonos por asegurarnos de que estamos todo lo preparados que podemos estar. Eso es lo que nos da la confianza para afrontar cualquier desafío. Si hay que correrlo, correremos ese riesgo otra vez.

Se aprendieron lecciones y se harían cambios. Dos semanas no es tiempo suficiente para preparar una pelea así en Estados Unidos. Necesitamos por lo menos tres, y lo ideal serían cuatro.

Curiosamente, muchos aficionados señalaron con el dedo a Ido Portal por esta derrota, del mismo modo en que le habían atribuido el mérito de la victoria contra José Aldo. La realidad es que Ido no fue responsable de ninguno de los dos resultados. Mientras yo estaba todavía en Dublín, preparando a mis otros luchadores para el BMMA, los fans veían grabaciones de Conor haciendo ejercicios ligeros de movimiento con Ido. No podían entender por qué no estaba entrenando y preparándose conmigo, aunque a menudo he dicho que en las dos últimas semanas antes de una pelea solo hay que mantenerse fresco y relajado. Cuando llegamos a Las Vegas, la gente me paraba en el hotel y me preguntaba por qué ya no era el entrenador de Conor. Era ridículo. El trabajo de Conor con Ido es una cosa divertida que se hace al final de un largo período de entrenamiento. A diferencia de otros equipos, nosotros no luchamos durante ese período. El *sparring* al final del entrenamiento es una de las razones de que haya tantas retiradas por lesión en otros equipos. Para nosotros, la intensidad de los ojos que nos vigilan aumenta durante las dos últimas semanas, pero el nivel de entrenamiento

disminuye. La gente no había visto las ocho o diez semanas anteriores, cuando habíamos hecho las sesiones verdaderamente intensivas.

Frankie McConville, un excelente entrenador de muay thai de Belfast, me dijo una vez: «No hay nada más aburrido que el entrenamiento para una pelea, porque sabes exactamente cuántas millas tienes que correr y cuántos asaltos de *sparring* tienes que hacer. Te atonta la mente». De vez en cuando hay que introducir algo nuevo que se pueda disfrutar, para refrescar las cosas. Esa ha sido la función de Ido en estas dos últimas peleas, y yo creo que ha sido un éxito.

Supuestamente, no tener que reducir peso para la pelea contra Díaz fue una ventaja, pero visto en retrospectiva fue sin duda un inconveniente. Reducir peso no es nada divertido, pero sirve como recordatorio de que te estás preparando para un combate. Te centra la mente y es una parte muy importante de lo que hemos estado haciendo. Sin ese ritual, las cosas se pusieron raras. Nos dejó en un estado mental que no era el acostumbrado. De pronto, la rutina que habíamos establecido se había suprimido. La necesidad de reducir peso pone al luchador en su sitio y le hace saber que hay una pelea a la vista. Cuando alguien pasa hambre, se pone en modo de supervivencia. Centra la mente y la conecta con la parte reptiliana del cerebro. Cuando Conor está reduciendo peso, ve a su adversario como un obstáculo que se interpone entre él y su próxima comida. Es algo primitivo. En cambio, cuando has disfrutado de una buena comida, lo único que quieres es relajarte delante de la tele. El fuego que había en tu estómago ha sido sustituido por comida. Estar lleno no ayuda a mantener una mentalidad competitiva.

Para su próxima pelea, aunque sea en los pesos welter, Conor seguirá una dieta estricta. Ya tenemos asumido que es un elemento importante de su preparación, así que pueden estar seguros de que el día del pesaje llegará con unos 75 kilos. ¡Nada de pastel de queso esta vez! Mantendrá una dieta pensada expresamente para pelear.

La derrota de Conor fue una lección, una lección de la que, sobre todo, sacaré enseñanzas nuestra próxima generación de luchadores. Conor está abriendo camino para los luchadores jóvenes en ascenso, que podrán estudiar su recorrido y beneficiarse de cada paso.

Se cometieron errores, y como entrenador me hago responsable de ellos.

Deberíamos haber viajado antes. Deberíamos haber mantenido el mismo nivel de preparación meticulosa y de mentalidad competitiva al que estábamos acostumbrados. No volveremos a atiborrarnos de dulces, a salir a conducir coches de lujo y a hacer el tonto. Bueno, puede que siga habiendo coches bonitos, pero haremos a un lado todo lo que afecte negativamente a nuestro nivel habitual de preparación. Así tiene que ser, y sé que será así, porque nadie es más crítico con Conor que el mismo Conor.

Después de la derrota ante Nate Díaz, era duro ver lo que estaba experimentando Conor. No se trataba de que muchos de sus detractores celebraran el resultado y se regocijaran porque, por una vez, no había podido respaldar sus arrogantes predicciones. Ese tipo de reacción del público no era ninguna sorpresa. A Conor no le preocupaba, y a mí tampoco. Lo que me preocupaba era que, conociendo a Conor como lo conocía a esas alturas, yo sabía que la derrota, los errores cometidos, le estaban reconcomiendo por dentro, manteniéndolo despierto por la noche y ocupando su mente cada minuto de cada hora de cada día. Pero me consolaba mucho saber que Conor resurgiría más fuerte y más sabio. Una de las grandes cosas de este deporte es que, aun después de haber llegado a la cumbre, no dejas de aprender. De hecho, las lecciones son ahora más valiosas que nunca.

Epílogo

Poco antes de terminar este libro, uno de mis luchadores participó en una pelea a consecuencia de la cual un hombre perdió la vida. Mi luchador, Charlie Ward, ganó por KO técnico en el tercer asalto de su combate contra el adversario portugués João Carvalho en el Estadio Nacional de Dublín, el sábado 9 de abril de 2016. Fue un combate muy reñido que podría haber ganado cualquiera de los dos. João estuvo a punto de tumbar a Charlie en un par de ocasiones, pero la balanza osciló ligeramente a favor de Charlie en el último asalto. Después de derribar a João con un gancho de derecha, siguió golpeándolo hasta que el árbitro intervino para poner fin al combate.

Aquella misma noche me enteré de que habían llevado a João al Hospital Beaumont, tras haberse quejado en el vestuario de que no se sentía bien después de la pelea. João acabó siendo sometido a una cirugía cerebral de urgencia. Cuando murió no habían pasado ni cuarenta y ocho horas desde el combate.

Dado que yo estaba en el rincón contrario, la muerte de João me afectó mucho. La noche en que me enteré de la trágica noticia no pude dormir. Me sentía fatal. João había viajado hasta Irlanda para hacer algo que le gustaba, algo a lo que había dedicado su vida. Pensar en lo que estaría pasando su familia me tenía destrozado.

Habiendo dedicado muchos pensamientos a todo este asunto, reconozco francamente que me pregunté si de verdad quería continuar con esto. Pero cuando me hice esta pregunta, no sentí que dejarlo fuera el camino adecuado.

Después de una cosa como esta, tus emociones cambian constantemente. A mí me resultó duro, pero para Charlie fue particularmente difícil. A veces puedes pensar racionalmente y aceptar que solo estabas compitiendo dentro

de las reglas de un encuentro deportivo. Pero otras veces estás hecho una ruina emocional y empiezas a preguntarte —sin saber por qué— si lo que pasó fue culpa tuya. Es algo con lo que Charlie va a tener que vivir, pero lo va a hacer con toda la ayuda que necesite de sus entrenadores y compañeros de equipo.

Encontró algo de paz mental pocos días después, cuando el hermano de João apareció en una entrevista de televisión en la que insistió en que la culpa no era de nadie, que João amaba aquel deporte y que nada le habría impedido perseguir su sueño de ganarse la vida con las MMA. Los dos luchadores entraron en la jaula con la misma intención. Charlie sabe que si la moneda hubiera caído del otro lado, el perjudicado habría sido él.

He estado en el rincón en casi mil peleas, y puedo decir sinceramente que esta no destacó por ser más violenta que cualquier otra. Hubo mucha lucha cuerpo a cuerpo y pareció un combate bastante fatigoso. Cuando oí que João se había derrumbado en el vestuario, supuse inmediatamente que habría sido por agotamiento. También Charlie, aunque había ganado la pelea, estaba bastante fatigado. No parecía que ninguno de los dos luchadores hubiera encajado una gran cantidad de golpes fuertes. Probablemente, en todo el combate se conectaron menos puñetazos que los que se ven en un solo asalto de un combate de boxeo profesional. Desde luego, yo no lo describiría como particularmente brutal.

En realidad, el final me recordó la pelea de Conor McGregor contra Chad Mendes. Con João en la posición de la tortuga, Charlie se abalanzó y asestó nueve golpes más, la mayoría de los cuales dieron en el hombro y el antebrazo de João. Si recordamos la victoria de Conor sobre Mendes, alguna gente se había quejado de que en su opinión el combate se había detenido demasiado pronto. En cambio, en esta ocasión los críticos decían que el árbitro había intervenido demasiado tarde entre João y Charlie. Es fácil quejarse *a posteriori*, pero lo cierto es que en su momento no pareció inadecuado. El árbitro le dio a João una oportunidad de recuperarse cuando cayó derribado. En cuanto un par de golpes conectó con su cabeza y quedó claro que João no estaba contraatacando ni defendiéndose de manera inteligente, el árbitro intervino.

No vi a João en los vestuarios después de la pelea, pero otros que lo

vieron dijeron que al principio parecía bien. Hasta le pidió a Conor una foto juntos. No parecía que hubiera nada fuera de lo normal en la situación, y esto acentúa la sensación de horror tras un desenlace tan trágico.

La muerte de João se convirtió en una gran noticia a nivel mundial, lo cual demuestra lo rara e imprevista que es una muerte en las MMA. Durante días me llovieron llamadas y mensajes de todos los grandes medios del mundo. Al final tuve que cambiar de número porque el teléfono no paraba de sonar. Muchos de los medios reaccionaron exigiendo la prohibición de las artes marciales mixtas, y los periodistas estaban deseando oír mi opinión.

En un momento así te sientes desorientado. Era difícil para todos los relacionados con el SBG. Todos los luchadores y entrenadores del gimnasio estaban siendo acosados por los medios. Era casi como si no pudiéramos estar de duelo porque teníamos que formar este frente público para intentar presentar nuestro deporte de un modo positivo cuando estaba siendo bombardeado.

En todos los deportes ocurren tragedias, y no siempre hay un culpable. Hace poco leí un artículo que decía que por cada diez ascensos con éxito al monte Everest hay una muerte. Y, sin embargo, no parece que haya ningún clamor para que se prohíba el montañismo. Ha habido muertes en muchos deportes —ciclismo, *rugby*, boxeo, etcétera—, pero la gente insiste en que las MMA son diferentes porque consisten en golpear a tu contrincante. Yo creo que, si hubiera que prohibir un deporte, la decisión habría que tomarla basándose en el concepto y la intención. Un deporte solo debería prohibirse si se demostrara que es desproporcionadamente peligroso en comparación con otros deportes. Las estadísticas demuestran que, en términos de lesiones y fallecimientos, las MMA no son ni mucho menos la actividad deportiva más peligrosa. Si no se exige que se prohíban otros deportes, ¿por qué tendrían que ser diferentes las MMA?

Prohibir un deporte a causa de una muerte dejaría al mundo con pocos o ningún deporte. Si ese es tu proceso de razonamiento, más vale que te quedes en casa viendo la tele durante el resto de tu vida. Pero tampoco es esa la opción más segura. No ejercer ninguna actividad deportiva en tu vida es mucho más peligroso para tu salud que competir en un deporte. Forma parte de la naturaleza humana poner a prueba nuestros límites físicos. A algunos

les gusta dar patadas a un balón o trepar a una montaña; otros prefieren competir en artes marciales. Así ha sido la vida durante mucho tiempo, y no va a cambiar.

Cuando escribo esto, está en marcha una investigación sobre las causas exactas de la muerte de João Carvalho. ¿Había un problema anterior o el daño se debió a alguno de los golpes que recibió? No conozco la respuesta, pero estoy seguro de que se acabará aclarando.

Después de la pelea, uno de los principales temas de conversación fue el hecho de que las artes marciales mixtas no están reconocidas por Sport Ireland (el anterior Consejo Deportivo Irlandés), el organismo estatal de deportes. Sin reconocimiento ni regulación gubernamental, no hay criterios a los que puedan adherirse las MMA en Irlanda. En la actualidad, cualquier persona puede organizar una velada de MMA en este país, y no existen requisitos mínimos de funcionamiento, atención médica ni ninguna otra cosa. No debería ser así. Por lo general, un promotor es un empresario cuya prioridad es obtener beneficios, y el nivel de atención que reciben los luchadores no debería quedar a su albedrío. Nadie puede impedirte organizar una velada de MMA con criterios mínimos si tú quieres hacerlo así. Los propietarios de gimnasios como yo podemos decidir no cooperar con un promotor así, pero él siempre encontrará luchadores dispuestos.

La compañía que organizó el combate entre Charlie Ward y João Carvalho fue Total Extreme Fighting. Justo después de la pelea, tuve que correr a los vestuarios para preparar a otro de mis luchadores, Luka Jelčić, que iba a competir más adelante en la misma velada. Por lo tanto, no estaba en condiciones de examinar detenidamente los servicios médicos disponibles aquella noche. Sin embargo, a primera vista todo parecía de mucho nivel. De hecho, los médicos hacían exámenes de lesiones en la cabeza en todos los descansos entre asaltos de cada combate, algo que no había visto nunca. A mí me pareció que las cosas se estaban haciendo como es debido, pero, dicho esto, no estoy en condiciones de evaluar la competencia de los médicos ni de determinar si se siguieron por completo los protocolos adecuados. No estaba supervisando todos los aspectos del espectáculo, pero, por lo que pude ver, todo parecía estar en orden.

La muerte de João Carvalho ha servido de recordatorio de que, aunque

estas tragedias son sumamente raras, en las MMA hay riesgos y peligros. Es algo que nunca he tratado de ocultar. Soy apasionado en la defensa de mi deporte y sus criterios de seguridad, pero no tengo la cabeza enterrada en la arena. Por eso es tan importante una regulación de las MMA en Irlanda. No podemos eliminar los riesgos que implican, pero con ayuda del gobierno podríamos minimizar la posibilidad de que vuelva a ocurrir una tragedia tan terrible.

No se puede encontrar un lado bueno en la muerte de una persona, pero tenemos que asegurarnos de reaccionar de la manera adecuada. Siempre he abogado por una regulación de las MMA en Irlanda, y aunque es absolutamente lamentable que se haya necesitado una muerte que sirva de catalizador para que las autoridades compartan el deseo de alcanzar ese objetivo, al menos ahora parece que vamos en buena dirección.

En mi función de presidente de la Irish Amateur Pankration Association —una organización que representa a las artes marciales mixtas en Irlanda—, he entablado conversaciones preliminares con funcionarios del gobierno y de Sport Ireland. Me gustaría seguir el modelo de Suecia, donde desde 2007 existe un organismo nacional que regula todos los aspectos de las MMA.

Sigue siendo muy difícil que se reconozcan las MMA en Irlanda. Todavía hay mucho trabajo por hacer. Pero conseguir ese objetivo sería un paso más importante para nuestro deporte en Irlanda que cualquier título mundial o cualquier velada de la UFC.

Por desgracia, no podemos garantizar que no volverá a producirse ningún fallecimiento. Pero lo que sí sé es que quiero hacer todo lo posible por asegurarnos de que todo individuo que compita en artes marciales mixtas en Irlanda —y en todo el mundo, dicho sea de paso— vuelva después con su familia en perfecto estado de salud.

Cuando le hablo a la gente de las partes más difíciles de mi recorrido, siempre parecen suponer que lo único que me mantuvo en marcha fue la idea de que algún día entrenaría a un campeón de la UFC y a la mayor estrella que ha visto este deporte. Como si yo supiera, cuando pedí un crédito para alquilar un cobertizo detrás de una casa en Phibsboro, que iba a participar en

algunas de las grandes ocasiones de la historia de las artes marciales mixtas. Por supuesto, aquel era el sueño, pero solo un pequeñísimo porcentaje de personas llegan a experimentar la cumbre de su profesión. Dado el reciente éxito que ha tenido el SBG, puedo entender que la gente me mire hoy y llegue a la conclusión de que las cosas tenían que ser así. Pero la verdad es que no.

Ha sido un viaje en montaña rusa. Por el camino ha habido tantos momentos bajos como puntos culminantes. A veces habría tenido más sentido dejarlo e intentar otra cosa, pero desde luego me alegro de no haberlo hecho. Mi compromiso a largo plazo con este deporte no dependía del éxito en la UFC. Para ser completamente sincero, eso no ha sido más que un premio añadido, aunque un premio bastante grande. Lo único que yo quería era ganarme la vida con las MMA. Mientras pudiera hacerlo, estaría en ello de por vida. Hay otros muchos entrenadores en Irlanda que han participado desde los primeros tiempos. No han tenido luchadores que triunfen en la UFC, pero el deporte les entusiasma tanto ahora como entonces. Yo habría podido muy bien encontrarme en esa misma situación.

Estoy sumamente agradecido por haber trabajado con una generación dorada de luchadores de nuestra pequeña isla, capitaneados casualmente por uno de los más notables atletas y personajes de la historia de las artes marciales mixtas y, por qué no decirlo, de todo el deporte irlandés. Hay quien dice que fue una casualidad que surgieran al mismo tiempo tantos luchadores con tanto talento, pero en realidad no creo que fuera cuestión de talento. Tal como yo lo veo, la coincidencia fue que aparecieran al mismo tiempo tantos luchadores con una ética del trabajo tan increíble y con tantas ganas de aprender.

He sido el primer luchador de MMA de Irlanda, el primer cinturón negro de *jiu-jitsu* brasileño y el primer entrenador de un campeón de la UFC. Sí, son grandes logros para recrearse en ellos, pero al final de la jornada no es eso lo que me produce más satisfacción. La sensación dominante cuando repaso mi vida es que la he pasado haciendo algo que me encanta. No existe mayor satisfacción que esa.

Para un entrenador de MMA, la cumbre es entrenar a un campeón de la UFC. Yo ya lo he logrado, pero aún parece que estuviéramos empezando. A

este nivel de nuestro deporte, me siento todavía como un principiante. Conor McGregor es mi primer campeón mundial. Está encabezando mi primera oleada. Pero creo que el trabajo más duro está aún por hacer. Busquemos a los adolescentes, de catorce, quince y dieciséis años, y moldeémoslos hasta convertirlos en atletas de primera clase. Ahora sé mucho más de lo que sabía cuando Conor hizo su debut en la UFC. Estoy aprendiendo cada día, y ahora que se acerca mi cuarenta cumpleaños espero continuar este ciclo de formación por lo menos durante veinte años más. En este deporte nunca llegas a dominarlo todo, simplemente porque son demasiadas cosas. Seré un aprendiz de esto hasta el día de mi muerte.

Tampoco se trata solo de competir. El SBG trabaja con personas de todos los niveles, que tienen una gran variedad de objetivos. La gran mayoría de nuestros socios no se entrena para pelear. Para ellos, el entrenamiento forma parte de su estilo de vida. A lo largo de los años hemos tenido algunos grandes éxitos con personas que habían estado soportando tiempos difíciles pero encontraron un nuevo motivo para vivir tras entrar a formar parte del SBG. Me produce tanta satisfacción ver que alguien alcanza su objetivo de mantenerse en forma como las grandes victorias de mis luchadores profesionales.

Durante muchos años, mi familia no veía bien mi compromiso con las artes marciales mixtas. Pero es importante no confundir esto con la falta de apoyo. El meollo de la cuestión es que sin su apoyo no habría podido llegar tan lejos. En los primeros tiempos, ellos sentían que habría aprovechado mejor mi tiempo utilizando mi título para buscar un trabajo «normal» en lugar de pelear con gente en cobertizos, y ¿quién podría reprochárselo? Habría sido una negligencia por su parte no darme ese consejo. Visto en retrospectiva, abandonar una buena carrera para dedicarse a entrenar constantemente era una pura locura, pero para mí era una obsesión. Mi familia se dio cuenta. Al ver lo bien que han salido las cosas, nadie se alegra más por mí que mi padre, Alan, mi madre, Margaret, mi hermana, Ann, y mi hermano, James. Su apoyo significa para mí más de lo que nunca podré expresar. Sin el estímulo que recibí de mis padres, sin la ayuda de Ann durante tantos años y sin la inspiración que recibo de James, el éxito no habría llegado y este libro no estaría en sus manos.

Cuando nació, el SBG Irlanda era un grupito de principiantes en un cobertizo pequeño, húmedo y maloliente. Ahora tenemos más de setecientos socios en un gimnasio de vanguardia. Para atender a la creciente demanda, nos estamos expandiendo a nuevas instalaciones en Swords, al norte de Dublín, y en Tallaght, al suroeste. Ahora tenemos implantación nacional, con diez gimnasios satélites por toda Irlanda que están afiliados al SBG. Ahora una persona puede apuntarse al SGB y adquirir en seis meses un nivel de conocimientos que yo tardé seis años en alcanzar.

Tenemos un campeón mundial de la UFC y varios aspirantes, más un grupo de prometedores jóvenes que están ascendiendo rápidamente en los principales espectáculos del circuito europeo. El número sigue aumentando, pero la filosofía general sigue siendo la misma.

Tal vez resulte adecuado que esta historia de éxito contra todo pronóstico termine con una derrota. En el Straight Blast Gym a veces ganamos, a veces perdemos, pero siempre aprendemos. Esta actitud ya la teníamos cuando éramos un equipo minúsculo, del que nadie había oído hablar en la UFC. Perseveramos y hemos recorrido todo el camino hasta la cumbre. Ahora que hemos llegado, vamos a mantenernos leales al mismo lema que nos ha traído hasta aquí. Ahora es más importante que nunca, porque una derrota no nos va a enviar de vuelta al punto de partida. Tenemos por delante desafíos que pondrán a prueba nuestra capacidad de absorber las lecciones que nos enseña el deporte al máximo nivel. Sé que algunos de estos desafíos resultarán en victorias y otros en derrotas. Pero todos ellos me entusiasman. Independientemente del resultado de cualquier competición, los verdaderos ganadores son los que más aprenden.

Agradecimientos

John Kavanagh

Hay tantas personas a las que podría dar las gracias por haber hecho posible esta historia que me temo que no puedo citarlas a todas. Así que me limitaré a decir que estoy agradecido a todos los que han participado en este viaje. Creo que a estas alturas todos sabéis quiénes sois. Gracias especiales a Conor McGregor, que se tomó la molestia de escribir el prólogo de este libro. También quiero dar las gracias a Paul Dollery por invertir su tiempo y su pericia en ayudarme a poner en palabras esta historia, y a Tommy Lakes y Dolly Clew por contribuir con sus fotografías. Por último, tengo que incluir un agradecimiento especial a mi bella futura esposa, Orlagh Hunter, que ha cargado con la poco envidiable tarea de aguantar mi mentalidad obsesiva día a día.

Paul Dollery

A mi esposa y mejor amiga Sinéad, sin la cual no habría sido capaz de abordar los principales compromisos profesionales y personales de mi vida; a mis compañeros de The42.ie, y en especial a Adrian Russell, cuya paciencia, apoyo y estímulo hicieron posible mi participación en este libro; a Niall

Kelly, Fintan O'Toole y Jackie Cahill por sus consejos; a Artem Lobov, Cathal Pendred y Conor McGregor por sus aportaciones; a Orlagh Hunter por llenar los huecos en la memoria de John; a Brendan Barrington, Michael McLoughlin y el equipo de Penguin por su conocimiento, experiencia y orientación; a Ciarán Medlar por su ayuda, y a John Kavanagh por el honor de contar su inspiradora historia... Gracias a todos.



El karate kid, en el jardín de nuestra casa en Dublín.



Esta foto se tomó poco después de convertirme en campeón de Irlanda de karate kempo, a los quince años.

Dub grapples for total glory

THE buzz word in martial arts these days is Total Fighting.

And tomorrow John Kavanagh, a 22 year old Dubliner, becomes the first Irish fighter to compete in this no-holds barred sport when he steps on to the mat at a special tournament in Milton Keynes.

Kavanagh, with a background in kenpo karate, has also trained in judo, wrestling and boxing and runs three clubs in Dublin.

"Total fighting was brought to England by a man called Lee Hasdell, who had trained in Japan, and saw the sport in the USA, says Robert Byrne, a clubmate of Kavanagh's.

BANNED

"Over there it was banned initially before people realised the skills involved."

"In Britain, the rules are strict and it's ranked only 10th on a list of dangerous sports behind soccer and rugby."

Total fighting takes from all the martial arts, but to the untrained eye looks most like Olympic wrestling.

Fighters spend a lot of time grappling on the floor, a skill unknown to kick boxers or karate fighters.

"There are two sets of rules - ring rules for the professional sport and vale tude which is amateur," says Byrne.

"This is what we do - fighting on mats, and wear special gloves as well as shin, instep and knee pads,"



LINDIE NAUGHTON

says Byrne. Under vale tude rules, fights consist of one four minute bout.

In the pro game, the fights are longer. The sport is a breakaway from the traditional fighting arts, with the emphasis more on the sport than on self-defence.

"John describes himself as a martial athlete. He trains every day, both in the gym and on the mat," adds Byrne.

If he wins in Milton Keynes, Kavanagh plans a number of "knowledge sharing seminars" around the country.

LEARN

"That's the way we see it - we're willing to learn from other systems and we're not saying one is better than another," concludes Byrne.

"All we ask of them is that they come along and see what we have to offer. If they don't like it, that's fine, but hopefully, we'll all have learned something."



□ NO HOLDS BARRED: John Kavanagh who competes in the Total Fighting tournament at Milton Keynes tomorrow.

Las MMA no eran nada populares cuando debuté como luchador en Inglaterra, pero en casa recibí algo de atención de la prensa.



Con Conor McGregor, Clive Staunton, Cathal Pendred, Alan Duffy, Artem Lobov, James «Sexual» Heelan, Aisling Daly y Paddy Holohan, la noche de Cage Contender 8, en marzo de 2011, en Dublín. Aquella noche, Conor noqueó a Mike Wood en 16 segundos y Cathal defendió con éxito su título del peso welter. (*Tommy Lakes*)



En lo que llegó a convertirse en una tradición del Straight Blast Gym tras una buena noche de trabajo, Cathal, Artem, Owen Roddy, Conor, yo, Ais, Chris Fields y Paddy posamos para una foto de celebración en el octágono después de que Conor se convirtiera en campeón del peso pluma de Cage Warriors —su primer título— en junio de 2012. Yo nunca había experimentado nada semejante al ruido y la emoción que había en The Helix aquella noche. (*Dolly Clew*)



Supervisando una sesión de lucha cuerpo a cuerpo en el SBG, 2012. *(Tommy Lakes)*



Con Cathal Pendred y Chris Fields, en el rincón de Artem Lobov durante su pelea de Cage Warriors en Amán, Jordania, en septiembre de 2012. (*Tommy Lakes*)



Con Conor en el rincón de Philip Mulpeter, en Cage Warriors 56, Londres, julio de 2013. A

pesar de su fama y su éxito explosivo, Conor ha seguido siendo un gran compañero de equipo de los otros luchadores del SBG. (*Dolly Clew*)



En la pista del MGM Grand Garden con Conor y Artem, antes del debut de Conor en Las Vegas, contra Dustin Poirier, en la UFC 178, septiembre de 2014. (*Orlagh Hunter*)



Antes del pesaje para la pelea con Poirier, me volví hacia Dana White y le dije: «¿Estamos en Las Vegas o en Dublín?». El apoyo irlandés a Conor era masivo, y Poirier estaba nervioso. (Tommy Lakes)



Con Conor, su pareja, Dee Devlin, y mi pareja, Orlagh Hunter, en el hotel Red Rock, poco antes de dirigirnos al MGM Grand para el combate.



Tomando *whisky* con Gunnar Nelson y Conor en la fiesta que dimos en Dublín para celebrar mi compromiso con Orlagh. (*Orlagh Hunter*)

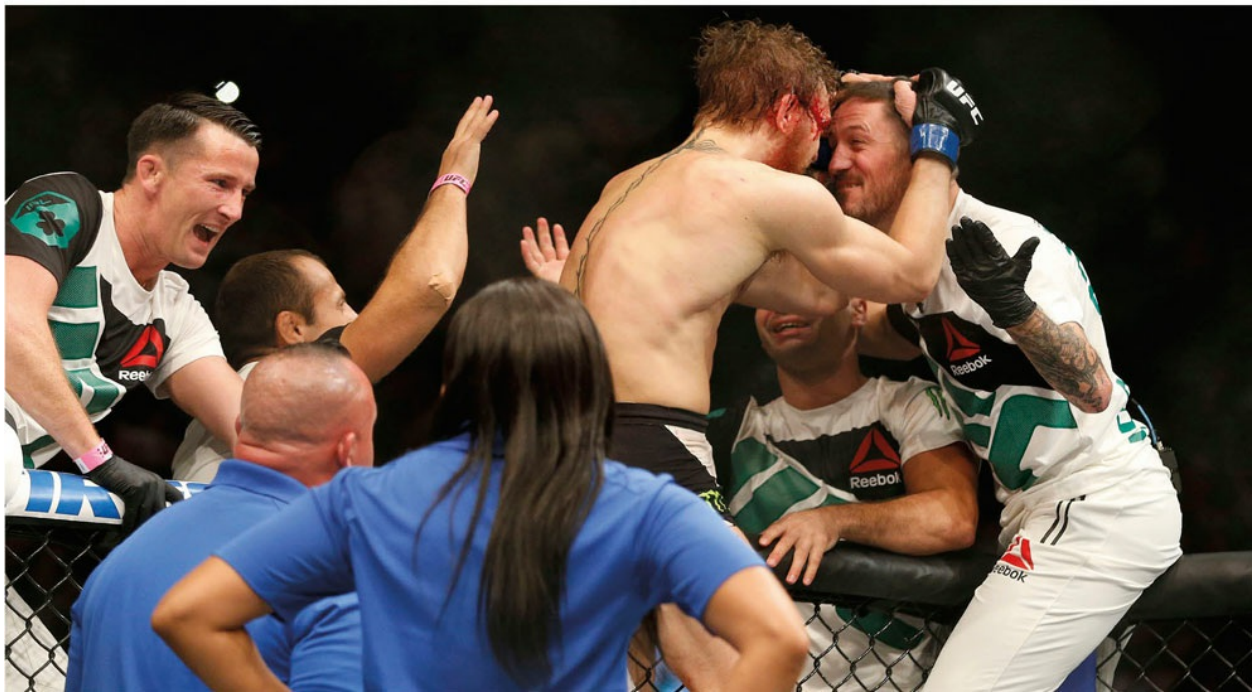


Forcejeando con Conor en la preparación de UFC 189. Nos estábamos preparando para una pelea por el título contra José Aldo, que lucha principalmente de pie, y Conor sufría una lesión en la rodilla, de modo que nos tomamos con calma el entrenamiento para el cuerpo a cuerpo. Cuando Aldo se retiró y fue sustituido por Chad Mendes —un luchador de primera—, yo me puse un poco nervioso. Pero Conor se limitó a decir: «Son todos iguales».

(Orlagh Hunter)



Con Orlagh en una salida nocturna en Las Vegas, antes de la pelea con Mendes.



Explosión de alegría con un ensangrentado pero victorioso Conor, después de que noqueara a Mendes, y ganase el título interino de los pesos pluma de la UFC. (PA)



Tras el ruido y la adrenalina de una gran velada de lucha en Las Vegas, me gusta encontrar un rincón tranquilo, tirarme al suelo y dejar que todo se vaya asimilando. Después de que Conor tardara 13 segundos en noquear a José Aldo, convirtiéndose así en campeón indiscutible de los pesos pluma, reflexioné sobre el largo e improbable viaje que habíamos hecho. (*Orlagh Hunter*)



En el Aviva Stadium de Dublín, para un partido de *rugby* de las Seis Naciones, en febrero de 2016. Además de ser mi prometida, Orlagh es un valioso activo del SBG... pero también nos gusta hacer cosas que no tienen nada que ver con las MMA.



JOHN KAVANAGH nació en Churchtown, Dublin, Irlanda, el 18 de enero de 1977.

Es responsable de los gimnasios Straight Blast en Irlanda, es uno de los principales entrenadores de MMA del mundo. En su equipo, donde compiten varios poseedores de cinturones y títulos mundiales, en todos los pesos y categorías, hombres y mujeres, destaca con luz propia Conor McGregor, actual campeón mundial de la UFC en peso ligero y excampeón en peso pluma.