

LAS NIÑAS BUENAS
NO VAN AL POLO SUR



LAS NIÑAS BUENAS
NO VAN AL POLO SUR

Relato de la primera mujer en el polo Sur

Liv Arnesen

Traducción del noruego
Cristina Gómez Baggethun



*Quien ha sentido el contorno
eternamente huidizo del horizonte,
ha captado la esencia de la libertad
el no darse nunca por contento,
sino desplazar siempre sus fronteras
más allá, hacia algún lugar allá afuera.*

NORDAHL GRIEG



Liv: un breve retrato

Dice un proverbio hindú que el hecho de que algunas personas tengan éxito en sus empresas se debe más a la pureza de su corazón que a los medios de los que disponen para realizarlas. El proverbio habla de que las personas pueden alcanzar sus objetivos siempre que sus motivos sean honestos y estén en armonía consigo mismas y con las leyes de la naturaleza.

«Mucha gente puede llegar al polo Sur en sus esquís, pero no todo el mundo es capaz de ir solo y además disfrutar del viaje», dijo Erling Kagge. Que Liv Arnesen tuvo un viaje magnífico, queda patente en el relato que nos otorga en este libro. A ella misma no le sorprendió lo fácil que le resultó llevar a cabo esta expedición y no exagera al afirmar que no tuvo problemas y que ni pasó miedo ni se sintió insegura. Liv se pasó muchos años elaborando y planeando este viaje en su subconsciente, y es que para realizar un proyecto de este tipo hay que profundizar en uno mismo y sentirse muy seguro.

Después de conocerla, nunca tuve la menor duda de que sería capaz de cumplir su mayor deseo: ir al polo Sur sola y sin ayuda de nadie. Sin embargo no es una asceta al estilo de Tamara Press, sino una noruega sana y normal, con una auténtica alegría de vivir. Una de esas personas que sabe sacar partido a los muchos aspectos de la vida mejor que la mayoría de nosotros. Y de hecho, para Liv la vida no es sólo deporte y actividades al aire libre, aunque ciertamente considera que la esencia de la buena vida se esconde en las actividades al aire libre.

No es frecuente encontrarse con personas que llevan a cabo una empresa por el mero hecho de hacerlo. Los sueños y la lealtad hacia sí misma fueron lo que la impulsaron hasta el polo Sur y por eso este viaje resulta tan interesante, especialmente para las mujeres, que con tanta frecuencia nos dejamos parar por los prejuicios y por el hecho de que todo el mundo cree saber lo que más nos conviene.

La de Liv es la expedición más barata y sencilla que alguna vez ha alcanzado el polo Sur. Como tantas otras chicas que quieren conseguir algo en el mundo de los hombres, Liv tuvo que emplear toda su pericia para lograr el patrocinio. Y eso a pesar de que en las huellas de la expedición de Liv ha quedado mucho material interesante para la investigación, tanto para productores de comida, especialistas en nutrición, proveedores de equipo y centros de deporte de élite, como para el mundo de los negocios en general.

Liv dice que en ningún momento pasó hambre, que no le faltó de nada, que no sintió carencias agudas y que no sufrió daño alguno. Cuenta que a medida que el viaje

iba avanzando, empezó a sentir una paz en el alma completamente nueva y muy especial. Algunos días se pasaba la jornada entera en una especie de estado meditativo.

Probablemente Liv Arnesen es la mujer del mundo que ha llegado más lejos sola, con sus esquís y en semejantes circunstancias. Sin duda esto resulta interesante y admirable, pero igual de fantástica es esa fuerza que la impulsaba, con la que ella tanto trabajó antes de partir. Asombra el hecho de que haya gente capaz de alejarse hasta tal punto de la civilización, y encima disfrutarlo y manejarlo con tanta elegancia. Tenemos mucho que aprender de Liv.

Wanda Widerøe

Datos sobre la Antártica

La Antártica es el continente más frío, seco y helado del planeta. Salvo un 2%, el continente entero está cubierto de hielo. Si todo este hielo se derritiera, los océanos del mundo subirían 60 metros de altura y dejarían la mayoría de las grandes ciudades del mundo bajo el agua.

Una de las mayores cordilleras del planeta, la Cordillera Transantártica, atraviesa todo el continente. El macizo Vinson, de 4.897 metros de altura, es la montaña más alta de la Antártica.

El continente es cuarenta veces más grande que Noruega, país que además reclama una parte del mismo, la Tierra de la Reina Maud, de un tamaño siete veces mayor que Noruega. El país anexionó la Tierra de la Reina Maud a finales de la década de 1930 para asegurarse la captura de ballenas en la zona.

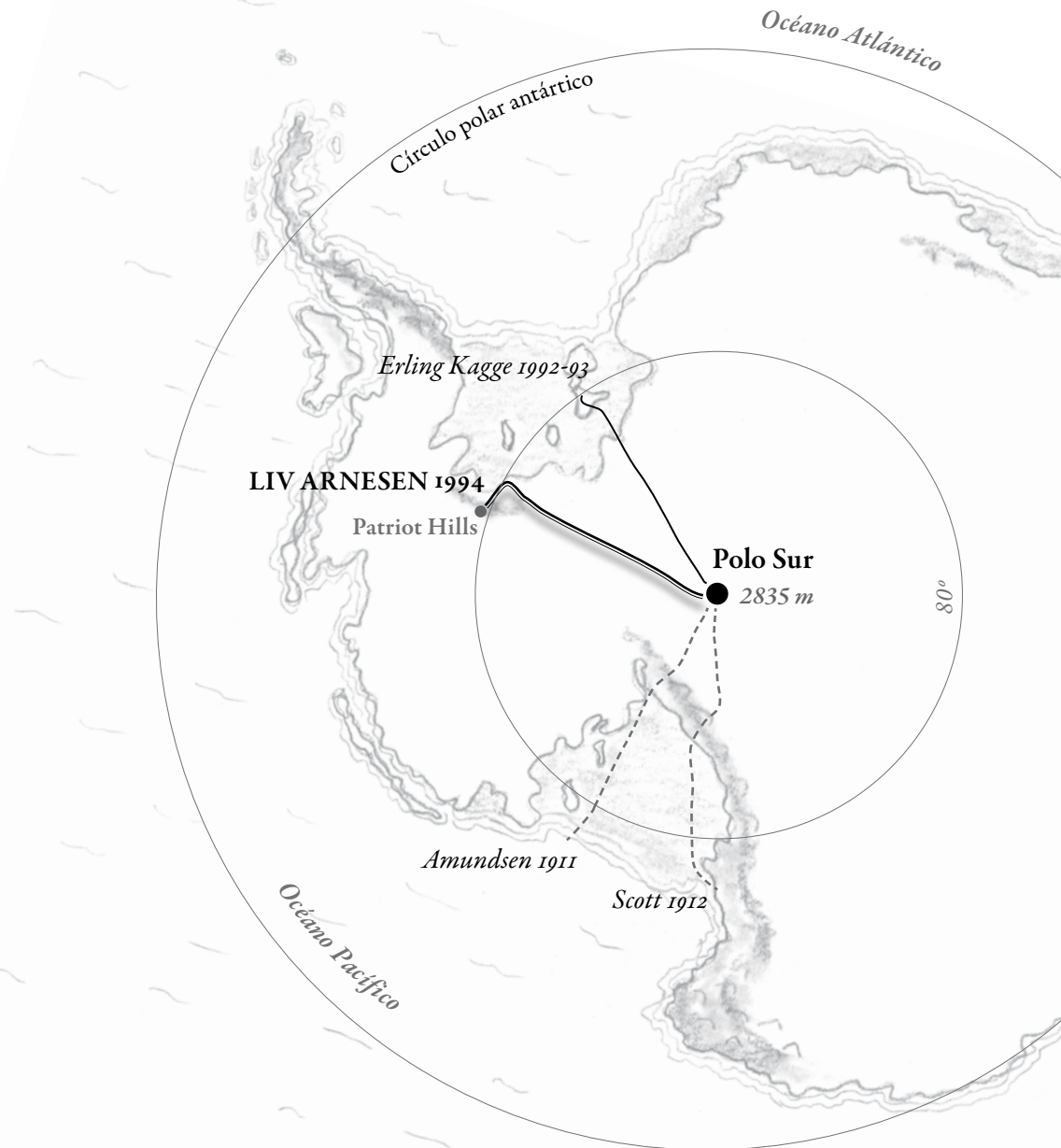
El grosor medio del hielo en la Antártica es de 2.000 metros.

El mayor grosor medido ascendía a 4.776 metros.

La temperatura más baja que se ha registrado fue de $-89,6^{\circ}\text{C}$, y se midió el 21 de julio de 1983 en la estación rusa de Vostok, a 2.488 metros de altura sobre el mar.

El australiano-noruego Carsten Borchgrevink lideró una expedición inglesa a bordo de la nave Southern Cross. En 1899, la expedición se convirtió en la primera en pasar el invierno en el continente antártico, junto a Cabo Adare. Borchgrevink afirmaba también haber sido el primer hombre en pisar la Antártica cuando, en 1895, en una expedición anterior, fue el primero en saltar a tierra.

El polo Sur magnético se desplaza aproximadamente nueve kilómetros hacia el noroeste al año. A principios del siglo XX se ubicó varias veces en la Tierra de Jorge V. Ahora se encuentra en el océano Glacial Antártico, a 2.825 kilómetros de distancia del polo Sur geográfico.



La fruta madura se disfruta más

Ahora que me he puesto a refrescar mis recuerdos del viaje al polo Sur, me llama la atención que tardara tantos años en atreverme a emprender viajes largos. Antes de los veinte años contaba ya con una amplia experiencia en las actividades extremas al aire libre, sin embargo tuve que esperar a los treinta y siete para encontrar a alguien que quisiera cruzar Groenlandia conmigo.

Con sólo veintinueve años ya había leído las historias del solitario viaje de Carl Emil Petersen sobre el hielo de Groenlandia, ¿por qué no me animaría, sencillamente, a hacer el viaje sola?

Soñaba con el polo Sur desde bastante joven, ¿por qué no me lancé antes? A posteriori veo que los motivos son muchos y que uno de los principales es que perdí muchos años hablando y planeando con varones. Las primeras expediciones modernas al polo Sur sobre las que leí fueron «In the footsteps of Scott», de Mear, Swan y Wood en 1985, el intento de Monica Kristensen de 1989 y «Crossing Antarctica» con Will Steger y su equipo internacional en 1990. Todas estas expediciones contaban con un presupuesto desorbitado que debió de convencerme de que era mejor que me conformara con soñar.

El punto de inflexión se produjo cuando Erling Kagge llevó a cabo la expedición completamente solo, de un modo aparentemente sencillo y con un presupuesto asequible. Yo sabía que esquiaba igual de bien que Erling y que tenía al menos tanta experiencia como él en glaciares.

¿Quería ir al polo Sur o prefería seguir soñando? ¿Qué me llevó a transformar aquel bello sueño en un plan concreto? El plan requería un durísimo entrenamiento, muchos preparativos prácticos y un enorme esfuerzo que no resultaría fácil de combinar con mi trabajo a tiempo completo y el resto de mis obligaciones.

Puede que hasta entonces no hubiera llegado el momento. Con treinta y nueve años me sentía mucho más segura que antes y no me pesa atribuir a mi marido Einar gran parte de esta seguridad. El hecho de que él me respaldara, me apoyara y se tomara en serio mis planes, me proporcionó un gran impulso.

Hace algunos años leí una frase que me impresionó: «Búscate compañeros dispuestos a buscarse a sí mismos». Yo me pasé muchos años buscando antes de encontrar a Einar.

El apoyo de las personas que nos rodean es sin duda importante, pero al final lo determinante es creer en nosotros mismos. Con el tiempo conseguí reunir la confianza en mí misma necesaria para realizar un viaje tan difícil como este.

Cuanto más mayores nos hacemos, mejor nos conocemos a nosotros mismos y es de esperar que, a la larga, seamos conscientes de nuestras capacidades, sepamos qué es lo que se nos da mejor y entendamos con qué recursos contamos.

Todo el mundo es bueno en algo. Hay gente muy manitas, hay personas que tienen buena cabeza y otras que tienen buenas piernas.

La mayoría de las mujeres tienen mayor capacidad de empatizar que los hombres, y no hay que tener miedo de usar esta cualidad en diversos contextos. Tampoco debemos tener miedo de nombrar las cualidades que nos atribuimos a nosotros mismos, ni de desarrollarlas.

Es emocionante coger las oportunidades que se nos ofrecen, siempre que creamos en ellas. Puede que no logremos nuestros objetivos, pero al menos lo habremos intentado.

También es importante ser exigentes con nosotros y no aventurarnos a hacer cualquier cosa. La seguridad también tiene que ver con conocer nuestras propias limitaciones.

Se dice que las capacidades mentales son las capacidades del futuro. A todo el mundo le viene bien practicar algún tipo de entrenamiento mental, y todo el mundo puede disfrutarlo. A mí esto me ha ayudado muchísimo en diversas situaciones. Existen muchos métodos distintos y, dado lo diferentes que somos, cada uno tiene que encontrar el que le va mejor.

Los elementos centrales del entrenamiento mental son la relajación, la capacidad de producir imágenes internas (la visualización) y la concentración. Cuando estudiaba en el Instituto Nacional de Educación Física, me enseñaron un entrenamiento autógeno que ante todo apuesta por la relajación. Ahora, al leer sobre las diversas técnicas que existen, me doy cuenta de que he desarrollado un método propio adecuado para mí (relajación, desarrollo de la concentración y visualización), en el que he incluido lo mejor de diversos métodos.

Los problemas de espalda que tuve de joven, resultado de entrenamientos incontrolados, reaparecieron cuando empecé en el Instituto Nacional de Educación Física. Pero por medio del entrenamiento autógeno conseguí que mi concentración abandonara los problemas de espalda y se desplazara hacia otras cosas. Me dedicaba a estudiarme el temario de memoria o a soñar despierta y, aunque siempre soñara con el polo Sur, casi siempre se trataba de viajar por el mundo.

Al dominar el entrenamiento mental, desaparecen o se reducen nuestros miedos y tensiones, y además mejoramos nuestra calidad de vida. También aumenta nuestra capaci-

dad de concentrarnos sobre aquello que queremos o tenemos que hacer. Todo lo que hacemos puede hacerse mejor y con menor gasto de energía, en un estado de mayor relajación.

El camino del sueño a la meta puede en principio parecer sencillo. La mayoría de las personas visualizan o sueñan despiertas en su vida cotidiana. Nos vemos a nosotros mismo bajo una palmera en una isla de los mares del sur, en compañía de algún personaje de ensueño. Nos vemos como licenciados en derecho, carpinteros, médicos o no-fumadores. Pero no basta con visualizar, para producir un verdadero cambio o llevar a cabo un plan especial se precisa algo más. Para alcanzar la meta, lo primero que necesitamos es un plan y además debemos ser conscientes de que siempre que apostamos por algo, tenemos que estar dispuestos a renunciar a alguna otra cosa.

Además tenemos que asumir que no siempre podemos contentar a todo el mundo. Hacer algo hasta el final, a menudo implica dejar de hacer alguna otra cosa y puede que por el camino tengamos que traicionar algo o a alguien. Esto es un problema para muchas chicas.

Sin embargo yo soy de la opinión de que la mayor traición es la que nos hacemos a nosotros mismos cuando ignoramos las capacidades y talentos que tenemos. Es importante respetarse a sí mismo tanto como se respeta a los demás. Si vives con la sensación de estar continuamente haciendo concesiones, acaba resultándote difícil ser algo para los demás.

Para triunfar tienes además que soportar los contratiempos. Tienes que aguantar que haya gente que no esté de acuerdo contigo, sin que eso te haga perder la fe en lo que

te traes entre manos. Para triunfar tienes que tener siempre clara tu meta, despejar todos los elementos perturbadores del camino y mantenerte firme en el plan original.

En mi caso, las negociaciones con los patrocinadores no siempre fueron fáciles, pero creo que la razón por la que conseguí no hundirme fue que nunca tuve dudas acerca de qué era lo más importante.

Me he topado con algunas reacciones sorprendentemente negativas, tanto antes como después del viaje, y como es obvio me entristece que se malinterpreten así mis motivos. La mayoría de los comentarios negativos han llegado a oídos de mis amigos, que me cuentan que en diversas ocasiones han tenido que defender mi viaje al polo Sur. Es una suerte tener buenos amigos.

Espero que esta expedición al polo Sur pueda mostrar a los demás, sobre todo a las mujeres, que casi todo es posible, incluso cuando nos atrevemos a adentrarnos en escenarios nuevos y desconocidos. Para cumplir un sueño primero hay que transformarlo en una meta, después hay que hacer los planes y a continuación viene mucho trabajo duro. La mayoría de las metas son alcanzables, siempre que tus motivos sean auténticos y lo suficientemente fuertes.

El polo Sur

Es Nochebuena. Hace varias horas que vislumbro la base Amundsen-Scott. La cúpula va creciendo y cada vez distingo más edificios. Cruzo la pista de los aviones y, por primera vez en todo el viaje, siento que los esquís se deslizan y puedo impulsarme con ambos brazos a la vez.

Son las cuatro de la tarde hora chilena, que es mi hora de referencia. En casa, en Noruega, son las ocho de la tarde y la gente está terminando la cena de Nochebuena. En la base siguen la hora de Nueva Zelanda, así que aquí es primera hora de la mañana del día de Navidad.

La cúpula azul y brillante, las muchas tiendas de campaña en las que se aloja la gente y las mercancías almacenadas por todas partes, suponen un feo contraste con la

imagen que tengo guardada en la retina: Amundsen y sus hombres poniéndose firmes ante la tienda y la bandera.

La cúpula me queda a la derecha. A la izquierda veo la famosa señal del polo Sur geográfico. No tengo un solo pensamiento en la cabeza, pero a diez metros del señalado punto geográfico llegan los sentimientos. Durante los últimos metros hasta el punto polar, se me saltan las lágrimas y, una vez que lo alcanzo, me inclino sobre los bastones y empiezo a sollozar.

Vengo concienciada de que la llegada al polo Sur supondrá un anticlímax, hace mucho tiempo que tengo este sueño a cuestas. Mis pensamientos vagan hacia los míos, hacia quienes dejé en casa. Siento mucha alegría por ellos puesto que pronto podrán relajarse y disfrutar de los días de Navidad. Los americanos de la base avisarán a la base de Patriot Hills, y desde allí la noticia de mi llegada no tardará en alcanzar Noruega. Por fin podré estar segura de que Einar y los demás reciben el mensaje de que está todo bien. Tal y como acordamos, les he enviado mensajes todos los días, pero no tengo ni idea de si habrán llegado.

He disfrutado siendo una nómada solitaria por la Antártica. Los cincuenta días han pasado increíblemente rápido. Recuerdo el impresionante cansancio y la sensación de vacío que tenía los primeros días del viaje.

Ahora intuyo otra sensación de vacío, como si hubiera perdido algo que ha desaparecido. Pero mentalmente me siento muy fuerte. Me considero una privilegiada por haber tenido la oportunidad de vivir todo esto y de cumplir mi sueño.

De viaje entre las cubiertas

Desde que era bastante pequeña he dedicado muchas energías a soñar. La familia me recuerda como una niña tranquila, algo despistada, decidida y considerablemente terca. Recuerdo que siempre me resultaba fácil encontrar juegos fuera de casa y que me divertía más trepando en el gran castaño delante de casa que jugando a las muñecas. Mis juegos eran a menudo distintos de los que suelen practicar las niñas buenas. Uno de mis tíos –un chico juguetón algo mayor que yo– y el resto de los chicos de la calle, siempre me dejaban construir cabañas con ellos, jugar a los indios y vaqueros y participar en otros juegos edificantes e imaginativos.