

Kilian Jornet explica por qué bebía tras cada carrera: "No me gusta el alcohol, pero me emborrachaba varias veces al año"

Kilian Jornet recuerda cómo ver de cerca la muerte de su amigo Stéphane Brosse en la montaña le llevó a querer explorar sus límites para saber si el que debería haber caído era él



ROBYN BECK//Getty Images

"Después de cada carrera, iba a la fiesta de la carrera y bebía alcohol. Y no me gusta el alcohol. No me gusta el sabor. **Pero durante un par de años, me emborrachaba varias veces al año después de la temporada solo para intentar evadirme y lidiar con el duelo**", recuerda Kilian Jornet, probablemente el atleta más increíble de la historia del trail running, y que pese a sus hazañas llegó a tener algún problema con la bebida por un motivo muy concreto.

Jornet (Sabadell, 1987) se acerca ahora a los 40 años, tiene tres hijos y vive con su esposa, la también atleta profesional Emilie Forsberg en la región noruega de Romsdal, donde lleva la vida disciplinada y estricta que ha llevado casi siempre, pero en una entrevista en el **New**

York Times ha recordado un periodo de su vida en el que necesitó recurrir al alcohol.

Todo empezó en 2012. Un Kilian Jornet de apenas 25 años avanzaba con los esquís con su amigo Stéphane Brosse en una zona de cresteo en la zona del Mont Blanc. **"Stéphane era un ídolo. Cuando empecé con el esquí de montaña, ganaba todas las carreras y luego se hizo amigo.** Vivíamos cerca, así que empezamos a hacer algunos proyectos juntos", recuerda. Estaban felices, ya en la cima, sonreían y disfrutaban del lugar y de la experiencia, pero el viento soplaba fuerte, la nieve estaba compacta y de repente se abrió a sus pies. **Su amigo cayó 600 metros hacia abajo y murió, y él tuvo la suerte de quedarse en la nieve.**

"Para mí, fue la primera vez. Crecí en una familia de montañeros, así que conocía el riesgo, conocía la muerte. Pero **no fue hasta que ocurrió cerca de mí que realmente comprendí que sí, es real**", recuerda Jornet, que empezó a sentir la culpabilidad del que ha tenido suerte de salvar la vida en una situación crítica, a lo que añadió que su amigo tenía 40 años y familia y él era un veinteañero sin demasiadas responsabilidades. "Pensé que sería mucho más fácil si yo moría en su lugar. Me llevó mucho tiempo aceptarlo", recuerda.

La reacción de Jornet ante esa fatalidad no fue sentir miedo y alejarse de la montaña, sino más bien la contraria. Probar sus límites. Ir a tope. **"Corrí demasiados riesgos solo para intentar ver si era un error que él muriera en mi lugar"**, confiesa. "Quería intentar ver si era yo quién debía morir en la montaña ese día y él estaba en el lado equivocado de la cresta", cuenta. Y ese espíritu algo autodestructivo se ligó con la necesidad de buscar la evasión en el alcohol.

Jornet ahora tiene más miedo a morir. Son las consecuencias de ser padre. Recuerda que el año pasado, cruzando los Alpes, grandes bloques de roca empezaron a derrumbarse por el deshielo. Algunas rocas empezaron a caer cerca de él por el deshielo. "Ese día terminé pensando 'Por qué soy tan estúpido? ¿Por qué no me di la vuelta en el primer momento en que vi que esto iba a pasar?'" **"Lo que más miedo me da es que mis hijos pierdan a un padre"**, resume.

25 kilómetros ya de niño

El espíritu aventurero de Kilian Jornet comenzó muy pronto. Es una historia conocida que creció en un refugio de montaña en los Pirineos, donde su padre trabajaba como guía y su madre como maestra, **y aunque ellos nunca tuvieron su espíritu competitivo, vivió**

ligado a la actividad física desde que empezó a andar, y que de niños él y su hermana iban con su madre por el bosque por la noche y ella apagaba la linterna para que se acostumbraran a sentir la naturaleza a través de otros sentidos. "Al principio teníamos mucho miedo, pero nos fuimos sintiendo más cómodos. Nos enseñaron a aceptar el entorno", recuerda.

Jornet desarrolló un sentido competitivo desde pequeño, hasta el punto de que **corría 25 kilómetros al día para llegar al colegio por puro gusto** o cogía la bicicleta y andaba durante seis o siete horas por las montañas con adultos, y probó sus límites quedándose sin comer y solo bebiendo agua durante una semana hasta que se desmayó. "Me encantaba sufrir, simplemente para salir y ponerme a prueba", dice un hombre que desarrolló una capacidad cardíaca que le ha llevado a logros increíbles, con cuatro victorias en el Ultra-Trail del Mont-Blanc, 14 medallas mundiales en esquí de montaña, cuatro oros mundiales en Skyrunning o un sinfín de récords en todo tipo de carreras de montaña y aventuras.

El último reto del pasado verano, 'States of Elevation', un proyecto en el que ascendió 72 cumbres de más de 4.000 metros y recorrió 5.100 kilómetros con 123.000 metros de desnivel positivo a pie y a bicicleta durante un mes en Norteamérica, le ha llevado a ser premiado como el mejor deportista catalán del 2025 por delante de Lamine Yamal o Marc Márquez.