

Section 2:

NO ESCRIBA SU NOMBRE

¿Cuán lejos puede llevarte el correr luego de una década de adicción?

Cuando Mitch Ammons finalmente estuvo limpio, apenas podía correr media milla. Ahora se encuentra entre los mejores corredores del país para las pruebas de maratón de las Olimpiadas 2024.

Hace un tiempo - antes de hacer contrabando con opioides o antes de robarle a su mejor amigo o antes de ingresarse por sexta vez a rehabilitación - Mitch Ammons soñaba con un futuro que involucrase correr.

Ammons solo podía encogerse de hombros cuando le preguntaban cuál había sido el punto más bajo de su vida cuando su vida había estado llena de ellos. Pasó una década ahogándose en lo más profundo, sufriendo lo que él ahora llama «el peor odio hacia uno mismo».

Mitch Ammons sabe que su historia podría haber terminado como las historias de sus compañeros de sus años más oscuros - con una internación. En cambio, un adicto de mucho tiempo ha logrado cambiar su rumbo de manera, sin exagerar, increíble.

Es difícil entender la magnitud de este cambio hasta que observas a Ammons correr - verlo correr metronómicamente 4.50 millas por más de una hora o verlo llevarse a sí mismo a su límite de consciencia en una sesión de intervalo al amanecer. Es ahí cuando puedes absorber la manera en la que soporta el sufrimiento - dejando salir la revelación de lo que su

Cuerpo puede hacer mientras se sumerge en el dolor, que debe sentirse como una caricia cósmica al cuerpo. Comparado con el despertar cada mañana sufriendo de abstinencia de opioides.

Las personas que aman correr saben que el simple acto de poner un pie delante del otro puede traer consecuencias que cambian la vida. No importa si corres hacia algo o de algo - disfrutar la actividad puede traerte redención, comunidad, propósito, seguridad y paz interior. Puede fortalecer tu cuerpo y tu resolución mental.

Mitch Ammons sabe de estas cosas mejor que nadie. Hace siete años él era un corredor principiante que no corría tanto desde onceavo grado. No podía trotar ni media milla sin colapsar. Y antes de eso, había pasado una década ahogándose en un mar de toxicidad - fumando, inyectándose, bebiendo, drogándose y tal vez ingiriendo cualquier sustancia que te puedas imaginar y lo más probable que un poco más que eso.