

## Un ejemplo para todos

Sergio García | @sergio\_milito | Eivissa | 30/05/2019



Juan Bonet, en el gimnasio de Can Coix, con su cinturón negro y un grupo de jóvenes karatecas al fondo.  
29-05-2019 | MARCELO SASTRE

El deporte tiene historias bonitas, historias de superación personal, gente anónima que no son famosos, pero que son todo un [ejemplo](#), un ejemplo para [todos](#). Sant Antoni y el Samyd tienen a [Juan Bonet](#) Costa. Este hombre, a sus 80 años, ha conseguido recientemente el cinturón negro de [karate](#), lo ha hecho persiguiendo su sueño de toda la vida y luchando contra unos temblores que no le impiden, pero sí le dificultan en su día a día.

Bonet comenzó con el karate hace muchos años. «Empecé cuando empezó San Antonio en el Kamakura», recuerda. Allí estuvo seis o siete años y llegó a conseguir el cinturón verde. Fue entonces cuando su trabajo se interpuso.

Ahora, 40 años después, ha logrado su sueño de conseguir el cinturón negro. Siete años le ha costado desde que retomase su pasión bajo la tutela del maestro Pepe Torres del Samyd. Bonet reconoce, con lágrimas en los ojos, que nunca se imaginó que pudiese conseguir este logro.

Al ser preguntado por su decisión de regresar al karate con 73 años, la explicación es simple: «A mí siempre me ha gustado, siempre ha sido mi deporte favorito». Una vez superado este primer objetivo, Bonet no se plantea parar: «Ahora, que tengo el cinturón negro, voy a seguir para prosperar. Tener el negro no quiere decir que uno lo sepa todo».

«Yo no lo hago por competir, lo hago porque me gusta y porque me siento mejor haciendo karate», reconoce. Bonet es un claro ejemplo de que el deporte ayuda a curar muchos males. «Es muy bueno para mantenerse en forma. Hay veces que no me apetece venir y me obligo, vengo y me siento mejor. Parece que me quito años de encima. Me quito años de encima», recalca.

También el entorno le ayuda a sentirse joven. Estar rodeado de gente mucho más joven que él, le ayuda y mucho. «Aquí el viejo con los jóvenes... eso también me hace sentir más joven», se sonríe.

Bonet tiene un mensaje para todos. «Da igual los años que tengan, no tienen que acobardarse y si quieren hacer algo, pueden», dice a la vez que se emociona.

El deportista sufre unos molestos temblores por la edad, reconoce que el karate le ayuda a combatirlos, sobre todo mentalmente hablando: «Me ayuda con los temblores, pero aunque tiemblo, no me quitan fuerza». «El deporte ayuda a mantenerse en forma y ayuda a quitarse los problemas que uno tiene en la cabeza», añade.

En cuanto a su maestro, un orgulloso Pepe Torres lo tiene claro: «Es un ejemplo porque demuestra que todo el mundo puede y que la edad, aunque tiene algunas limitaciones físicas, se puede combatir con voluntad. El deporte ayuda a mejorar la salud y a tener una mejor mentalidad de vida».

Torres asegura que nunca dudó de que «el señor Bonet» conseguiría el cinturón negro: «Tiene más fuerza, más voluntad y más 'ki', que llamamos en el karate, que muchos jóvenes. Yo nunca he dudado de que podía conseguir el cinturón negro». «Es un hombre que cualquier trabajo que le marcas lo hace con todo el corazón y toda la fuerza, y así se consigue todo», sentencia.