

TELEO

José Manuel MARTÍN- Madrid

José Luis Llorente (Valladolid, 1959) siempre será Joe para los aficionados al baloncesto. Ex base del Real Madrid y la selección, medallista de plata en Los Ángeles 1984, y ahora abogado, escritor, conferenciante y columnista. Su libro, «Espíritu de remontada», de la editorial Empresa Activa, es un manual sobre cómo generar la motivación intrínseca y aplicarla a la vida diaria de la misma forma que se hace en el deporte.

–¿Qué le queda del jugador de baloncesto que fue?

–Físicamente, poco. Pero siempre he dicho que el deporte es una gran educación y te sirve para siempre. Yo comento al final del libro que el espíritu de remontada es un estilo de vida, sin corsés, eso sí. Una forma de enfocar las cosas y en esto el deporte te enseña mucho: a que todo se puede torcer, a no dar mayor importancia a las victorias...

–Para poder remontar hay que perder primero.

–Todo el mundo pierde todos los días y el que no lo quiera ver es un necio. No hay nadie que no se equivoque o no le salga algo mal. Obama ha acabado su mandato y, si miras lo que ha conseguido en relación a lo que quería conseguir, se quedó muy corto. Y hablamos del hombre más poderoso del mundo. En el deporte, el mejor de todos los tiempos pierde un montón de veces.

–No será usted otro de los que dicen que de las derrotas se aprende más que de las victorias.

–Lo que ocurre es que sobre las victorias se reflexiona menos y hay que tener cuidado. Hay que ir a la esencia de lo que está pasando, porque los resultados dependen muchas veces de factores que no puedes controlar. Y no son siempre los que tú quieres porque hay adversarios tanto en la vida normal como en la competición.

–Este libro sirve como manual para la vida cotidiana. ¿Es útil también para un deportista?

–Sí. Me está dando muchas satis-

JOSÉ LUIS LLORENTE
EX JUGADOR DE BALONCESTO

«TODO EL MUNDO PIERDE TODOS LOS DÍAS»

De su experiencia como deportista y de su interés por la psicología nace «Espíritu de remontada», un manual sobre la motivación intrínseca

facciones. Me están retroalimentando con su opinión lectores de muy diversos campos: empresarios, profesores, entrenadores y hasta un legionario amigo de mi hermano Paco. Me dicen que les sirve y se sorprenden de las similitudes entre la vida de un deportista y la de un profesional.

–¿Un «remontador» nace?

–Se entrena, todo se entrena. Toni Nadal dice que la voluntad también se entrena, y yo creo que los valores no se memorizan como una lección, sino que los vas interiorizando y, cuando los experimentas muchas veces y ves el resultado que dan, te generan unas pautas de conducta que añades a tu personalidad. Y esto es a base

de entrenamiento. Es todo lo que guarda relación con el esfuerzo, la superación y la constancia. Habilidades personales que se pueden trabajar.

–Defiende todas las remontadas, incluso las que no se culminan.

–Naturalmente, porque nunca conseguimos en la vida todo lo que queremos. Si lo intentas muchas veces y te vas quedando cerca lo acabarás consiguiendo, y en el trayecto se aprende. Una de las satisfacciones más cercanas a la victoria es haberlo dado todo. Eso ya es un triunfo.

–¿No se trata de una excusa?

–Hablamos de emociones y cada uno las maneja de una manera. Dar sentido a las cosas es algo subjetivo. Pasa constantemente lo de hacerlo lo mejor que has podido y perder. Un cirujano hace la mejor operación posible y no significa que el paciente recupere la vista o se vaya a salvar.

–Pero lo que no vale es remontar a cualquier precio. Hay valores.

–Tampoco pretendo haber escrito el tratado absoluto. Es un libro, como dijo Iturriga en la presentación, muy reflexionado, con mucho apoyo en ejemplos prácticos de la filosofía, de la psicología, de la empresa, de la música y también de personas normales, como mi hermana Pepa, azafata de vuelo, que siempre dice que nunca la nombramos. Yo soy un defensor de los valores, no por razones exclusivamente éticas, sino también por motivos prácticos. La generosidad es una fuerza de ida y vuelta que en la mayoría de los casos te corresponde.

–Al hablar de remontada, viene a la cabeza Sergio Ramos y su fe hasta el último minuto.

–El primer paso para lograr algo es imaginarlo, creer que lo puedes hacer. Y a partir de ahí toca empezar a hacer las cosas que crees que son posibles. Lo siguiente es atreverse. Muchas veces, y me incluyo, no nos atrevemos y siempre te arrepientes. El atrevimiento y la confianza nos dan espacios de libertad, que es lo que busca nuestra especie desde los orígenes.

–Pone a Nadal y a Fernando Alonso en lados opuestos.

–Hago una comparación entre ellos para ver el efecto que produce en los demás la actitud que tenemos, independientemente de que hagas muy bien tu trabajo. Nadal ha sido ejemplar en líneas generales, incluso ha aceptado la derrota de forma muy tranquila. Y Fernando, de vez en cuando, hace alguna declaración que te deja un tanto frío o que no entiendes. El nivel de aceptación de uno y otro es muy distinto por esto.

Connie G. Santos



EL LECTOR

Asegura que su padre «se cambió a LA RAZÓN hace muchos años y ahora no compra otro periódico». José se define como una mente inquieta, un tipo curioso al que le gusta estar informado de la actualidad. Admite que no «hay nada más que abrir los diarios para comprobar que cada día hay derrotas de las que salir con espíritu de remontada».