

CAPÍTULO 1

EL SILENCIO DE LA CENTRE COURT

Lo que llama la atención cuando juegas en la pista central de Wimbledon es el silencio. Botas la pelota contra el césped y no se oye ningún sonido; la lanzas al aire para sacar; la golpeas y escuchas el eco del golpe. Y después de eso, el eco de cada golpe posterior, los tuyos y los del contrario. *Clac... clac; clac... clac*. La hierba bien cortada, la historia del lugar, la solera del estadio, el uniforme blanco de los jugadores, la multitud respetuosamente callada, la venerable tradición —no hay a la vista ni una sola valla publicitaria—, todo se combina para encerrarte y aislarte del mundo exterior. Esta sensación me viene bien; ese silencio de catedral que reina en la Centre Court le conviene a mi juego. Porque en un partido de tenis, la batalla más encarnizada que libro es con las voces que resuenan dentro de mi cabeza: quieres silenciarlo todo dentro de la mente, eliminarlo todo menos la competición, quieres concentrar cada

átomo de tu ser en el punto que estás jugando. Si he cometido un error en el punto anterior, lo olvido; si se insinúa en el fondo de mi cabeza la idea de la victoria, la reprimo.

El silencio de la Centre Court se rompe cuando termina la lucha por el punto. Si ha sido un buen punto —los espectadores de Wimbledon conocen la diferencia—, estalla el clamor: aplausos, vítores, gente que grita tu nombre. Lo oigo, pero como si viniera de un lugar lejano. No soy consciente de que hay quince mil personas a la expectativa en el recinto, siguiendo con la mirada cada movimiento mío y de mi rival. Estoy tan concentrado que no me entero para nada —no como ahora cuando recuerdo la final de 2008 contra Roger Federer, el partido más grande de mi vida— de que hay millones de personas de todo el mundo mirándome.

Siempre había soñado con jugar en Wimbledon. Mi tío Toni, que ha sido mi entrenador de toda la vida, me decía ya desde el principio que era la competición más importante de todas. Cuando tenía catorce años, mis amigos y yo compartíamos la fantasía de que un día jugaría aquí y ganaría. Sin embargo, hasta este momento había jugado y perdido en dos ocasiones, las dos ante Federer, en la final de 2006 y en la de 2007. La derrota de 2006 no fue tan dura. Aquella vez salí a la pista con una sensación de gratitud y cierta sorpresa por haber llegado tan lejos, ya que acababa de cumplir veinte años. Federer me venció con mucha facilidad, más que si me hubiera enfrentado a él con mayor fe. Pero la derrota de 2007, en cinco sets, me dejó totalmente hundido. Sabía que habría podido hacerlo

mejor, que lo que había fallado no había sido mi habilidad ni la calidad de mi juego, sino mi cabeza. Y lloré tras la derrota. Lloré sin cesar durante media hora en el vestuario. Lágrimas de decepción y autorreproche. Perder siempre duele, pero duele mucho más cuando sabes que tenías posibilidades y las has desaprovechado. Federer me había vencido, pero también yo, en no menor medida, me había derrotado a mí mismo; me había defraudado y no lo soportaba. Había flaqueado mentalmente, me había permitido distraerme; me había apartado de mi plan de juego. Qué estúpido, qué innecesario. Era más que evidente que había hecho precisamente lo que no hay que hacer en un partido importante.

Mi tío Toni, el preparador de tenis más inflexible que existe, es por lo general la última persona del mundo en ofrecerme consuelo; me critica incluso cuando gano. Pero aquella vez me vio tan hundido, tan por los suelos, que olvidó su antigua costumbre y me dijo que no había motivos para llorar, que habría más Wimbledons y más finales de Wimbledon. Le contesté que él no lo entendía, que probablemente no volvería a aquel recinto, que se me había escapado la última oportunidad de ganar. Soy muy consciente de lo breve que es la vida de un deportista profesional y no aguanto la idea de desperdiciar una ocasión que a lo mejor no vuelve a presentarse nunca más. Sé que cuando mi carrera acabe no seré un hombre feliz y quiero aprovecharla al máximo mientras dure. Cada momento cuenta, por eso me entreno siempre con tanto rigor, pero hay momentos que cuentan más que otros y en 2007 había dejado pasar

uno de los más importantes. Había dejado escapar una oportunidad que tal vez no volviese a tener en la vida; habrían bastado dos o tres puntos aquí o allí, un poco más de concentración. Porque en el tenis la victoria depende del más estrecho margen. Yo había perdido el quinto y último set por 6-2 frente a Federer, pero si hubiera tenido un poco más de lucidez cuando íbamos 4-2 o incluso 5-2, si hubiera aprovechado las cuatro ocasiones de romperle el servicio que se me habían presentado al principio del set (en vez de quedarme paralizado, como me ocurrió), o si hubiera jugado como si estuviéramos en el primer set y no en el último, habría podido ganar.

Nada podía hacer Toni para aliviar mi angustia, aunque al final resultó que tenía razón. Llegó otra oportunidad y un año después volvía a pisar la hierba de la misma pista. Había aprendido la lección de la derrota de hacía doce meses y tenía claro que no me iba a fallar la concentración; me podría fallar cualquier otra cosa, pero la cabeza, no. La mejor señal de que la tenía en su sitio era la convicción de que, por muy nervioso que me pusiera, al final ganaría.

Durante la cena de la noche anterior con la familia, los amigos y los miembros del equipo en la casa que solemos alquilar cuando juego en Wimbledon y que queda enfrente del All England Club, hablamos de todo menos del partido. No les había prohibido expresamente que sacaran el tema, pero todos sabían muy bien que, hablara de lo que hablase aquella noche, yo ya había empezado a jugar el encuentro en un rincón de mi cabeza que, desde entonces hasta el momento del

primer golpe en la pista, iba a ser exclusivamente mío. Cociné yo, como casi todas las noches durante la quincena de Wimbledon. Me gusta hacerlo y mi familia piensa que me sienta bien. Me ayuda a concentrarme. Aquella noche cociné pasta con gambas y pescado a la plancha. Después de cenar jugué a los dardos con mis tíos Toni y Rafael, como si pasáramos una velada cualquiera en nuestra casa de Manacor, la ciudad de la isla de Mallorca donde he vivido siempre. Gané yo. Rafael diría más tarde que me había dejado vencer para que estuviera con mejor disposición mental de cara a la final, aunque no creo que sea cierto. Para mí es importante ganar en todo. No me tomo las derrotas con buen humor.

Me fui a la cama a la una menos cuarto, pero no pude dormir. El tema que habíamos optado por obviar no dejaba de darme vueltas en la cabeza. Vi un par de películas en la televisión y al final me dormí a las cuatro de la madrugada. A las nueve ya estaba en pie. Habría sido mejor dormir unas cuantas horas más, pero me sentía despejado. Rafael Maymó, mi fisioterapeuta, que siempre está a mi lado, dijo que no tenía importancia, que la emoción y la adrenalina me permitirían aguantar el partido, por mucho que durase.

Desayuné lo habitual: cereales, zumo de naranja, un batido de leche con chocolate —café nunca— y lo que más me gusta tomar en casa, tostadas con aceite de oliva y sal. Me había despertado sintiéndome bien. El tenis depende mucho de cómo te sientes ese día. Cuando te levantas por la mañana, cualquier mañana, unas veces te sientes ágil, sano y fuer-

te; otras, pesado y frágil. Aquel día me sentía ligero y despierto, con más energía que nunca.

Así me encontraba cuando a las diez y media crucé la calle para entrenarme por última vez en la pista 17 de Wimbledon, una que queda cerca de la central. Antes de empezar a pelotear me tendí en un banco, como siempre, y Rafael Maymó —a quien yo llamo Titín— me dio masajes en las rodillas, las piernas y el hombro. A continuación, se concentró en los pies. (La parte más sensible de mi cuerpo es el pie izquierdo, la que me duele más a menudo y con más intensidad.) La idea es despertar los músculos para reducir la posibilidad de sufrir una lesión. Por lo general, antes de un partido importante, en el calentamiento peloteo durante una hora, pero aquel día lloviznaba y lo dejé al cabo de veinticinco minutos. Empecé con suavidad, como siempre, y aumenté el ritmo poco a poco, hasta que acabé corriendo y golpeando con la misma intensidad que en un partido. Aquella mañana entrené con más nervios que de costumbre, pero también con más concentración. Toni estaba presente y también Titín, y mi agente Carlos Costa, que ha sido tenista profesional y acudió a calentar conmigo. Yo estaba más callado de lo habitual. Todos lo estábamos. Nada de bromas. Tampoco sonrisas. Cuando terminamos me bastó una mirada para darme cuenta de que Toni no estaba satisfecho, de que pensaba que yo no había golpeado la bola con toda la fluidez de que era capaz. Tenía cara de reproche —conozco esa expresión de toda la vida— y de preocupación. Era cierto que no había rendido al máximo, pero yo

sabía algo que él ignoraba y no podría saber nunca, a pesar de lo muy presente que había estado a lo largo de toda mi trayectoria tenística: que, exceptuando un pequeño dolor en la planta del pie izquierdo que tendría que tratar antes de salir a la pista, me sentía en perfecta forma física, y que por dentro albergaba la inquebrantable convicción de que iba a ganar. Cuando te mides frente a un rival con el que estás más o menos en igualdad de condiciones, o que sabes que tienes la posibilidad de vencer, todo depende de tu capacidad de elevar tu nivel de juego cuando el momento lo exige. Un campeón no da lo mejor de sí en los primeros encuentros de un torneo, sino en las semifinales y en las finales, cuando tiene delante a los rivales más difíciles, y cuando mejor juega un gran campeón de tenis es en la final de un Grand Slam. Yo tenía ciertos temores —luchaba sin cesar por contener los nervios—, pero los mantenía a raya y el único pensamiento que me daba vueltas en el cerebro era que tenía que ponerme a la altura de las circunstancias.

Estaba físicamente sano y en buena forma. Había jugado muy bien un mes antes, en Roland Garros, donde había derrotado a Federer en la final, y aquí había disputado algunos partidos excelentes sobre hierba. Las dos últimas veces que nos habíamos enfrentado en Wimbledon, él había sido el favorito. En 2008 seguía pensando que yo no era el favorito, pero había una diferencia y era que no creía que tampoco lo fuese Federer. Yo calculaba que los dos teníamos el cincuenta por ciento de posibilidades.

También sabía que era muy probable que, cuando todo terminara, los dos quedáramos muy igualados en el saldo de golpes fallidos. El tenis tiene esa característica, sobre todo cuando se trata de dos jugadores que conocen tan bien el juego del contrario como Federer y yo. Podría pensarse que, después de golpear millones y millones de pelotas, me debo saber de memoria los golpes básicos y que dar un golpe cierto, limpio y seguro, está chupado, pero no es así. No sólo porque cada día te levantas con un ánimo diferente, sino porque cada golpe es distinto; cada uno es único. Desde el momento en que la bola se pone en movimiento, corre hacia ti describiendo un número infinito de ángulos posibles y a una cantidad infinita de velocidades posibles; puede llegar liftada o con efecto retroceso —en ambos casos se trata de efectos de rotación—, en trayectoria rasante o alta. Las diferencias pueden ser nimias, microscópicas, pero lo mismo cabe decir de las variantes de los movimientos que hace el cuerpo (hombros, codos, muñecas, caderas, tobillos, rodillas) cuando se golpea la pelota. Además, intervienen muchos otros factores: el clima, la superficie, el rival. Ninguna pelota llega igual que otra; ningún golpe es idéntico a otro. Así, cada vez que te colocas en una posición para dar un golpe, tienes que calcular en una fracción de segundo la trayectoria y velocidad de la bola y a continuación tomar una decisión también muy rápida acerca de cómo, con qué fuerza y hacia dónde devolverla. Y hay que hacerlo una y otra vez, a menudo cincuenta veces en un solo juego, quince veces en veinte segundos, en rachas continuas durante

más de dos o tres, cuatro horas, y todo ese tiempo corriendo y con los nervios en tensión. Cuando la coordinación es la correcta y el ritmo fluye, vienen las buenas sensaciones, te sientes más capacitado para llevar a cabo la hazaña biológica y mental de golpear la pelota limpiamente con el centro de la raqueta, apuntando con acierto, con fuerza y bajo una presión mental inmensa, una vez tras otra. Si hay algo de lo que no tengo la menor duda es de que cuanto más entrenas, mejor son tus sensaciones. El tenis, más que muchos otros deportes, es un ejercicio mental. El jugador que tiene esas buenas sensaciones casi todos los días, el que consigue aislarse mejor de sus miedos y de los altibajos psicológicos que genera inevitablemente una competición, es el que termina siendo número uno del mundo. Tal era la meta que me había fijado durante los tres pacientes años en que fui segundo, detrás de Federer, y que estaría muy cerca de alcanzar si ganaba la final de Wimbledon de 2008.

Otra cuestión era cuándo daría de verdad comienzo el encuentro. Levantaba la vista y veía algunas zonas azules en el cielo, pero casi todo estaba nublado, lleno de espesas y oscuras nubes que se extendían hasta el horizonte. El partido tenía que empezar tres horas más tarde, pero era muy posible que se retrasara o se suspendiera. No dejé que eso me preocupara. Esta vez iba a tener la mente despejada y concentrada, ocurriría lo que ocurriese. Nada de distracciones. No iba a permitir que me volviera a fallar la concentración, como en 2007.

Abandonamos la pista 17 hacia las once y media y fuimos

al vestuario del All England Club que está reservado para los cabezas de serie. No es muy grande, quizá la cuarta parte de lo que mide una pista de tenis. Pero su esplendor emana de la tradición del lugar. Los paneles de madera, los colores verde y morado de Wimbledon en las paredes, el suelo enmoquetado, el saber que muchos grandes —Laver, Borg, McEnroe, Connors, Sampras— han estado allí. Normalmente en ese sitio hay cierto ajeteo, pero como en el torneo ya no quedábamos más que dos, estaba solo; Federer no había aparecido todavía. Me di una ducha, me cambié y subí a almorzar al comedor de jugadores, dos plantas más arriba. También aquel espacio estaba anormalmente silencioso, algo que me vino muy bien. Estaba sumiéndome en mí mismo, aislándome de mi entorno, desarrollando las rutinas —las inflexibles rutinas— que tengo antes de cada partido y que duran hasta que comienza el juego. Comí lo que como siempre: pasta —sin salsa ni nada que pueda producirme indigestión— con aceite de oliva y sal, y algo de pescado, sin guarnición. Para beber, agua. Toni y Titín se sentaron a la mesa conmigo. Toni estaba pensativo, aunque eso no era raro en él. Titín estaba tranquilo. Con él es con quien paso la mayor parte del tiempo y siempre está tranquilo. Tampoco en aquella ocasión hablamos mucho. Creo que Toni murmuró algo sobre el tiempo, pero yo no respondí. Incluso cuando no estoy jugando un torneo, tiendo a escuchar más que a hablar.

A la una en punto, una hora antes de la señalada para el comienzo del partido, volvimos al vestuario. Algo curioso que

tiene el tenis es que incluso cuando se celebra un torneo importante se comparte el vestuario con el rival. Cuando volví del comedor, Federer ya estaba allí, sentado en el banco de madera que siempre ocupa. Estamos acostumbrados a esta particularidad y no hubo incomodidad por ninguna parte, al menos no en mi caso. Un rato después estaríamos haciendo todo lo posible por machacarnos en el encuentro más importante del año, pero éramos amigos además de rivales. Otros rivales deportivos pueden odiarse a muerte fuera de la pista; nosotros, no. Nos caemos bien. Cuando empiece el partido, o cuando falte muy poco para el inicio, dejaremos a un lado la amistad. No es nada personal. Yo lo hago con todos los que me rodean, incluso con mi familia. Cuando un partido está en juego soy otra persona. Me esfuerzo por convertirme en una máquina del tenis, aunque en última instancia es un empeño imposible. No soy un robot; la perfección en el tenis es imposible y el desafío consiste en escalar la cumbre de las propias posibilidades. Durante un partido estamos en lucha permanente por mantener a raya las debilidades de la vida cotidiana, por contener las emociones humanas. Cuanto más contenidas estén, más posibilidades de ganar habrá, a condición de que se haya entrenado con el máximo rigor y el talento de nuestro rival no sea muy superior al propio. Existía cierta diferencia entre el talento de Federer y el mío, pero no era imposiblemente amplia. Era lo suficientemente estrecha y, aunque él jugara mejor sobre hierba, su superficie predilecta, si yo sabía acallar las dudas y temores que tenía dentro de mi cabeza así

como mis expectativas exageradas, y lo hacía mejor que él, entonces podía ganarle. Hay que encerrarse tras una armadura protectora, convertirse en un guerrero sin emociones. Es una especie de autosugestión, un juego al que juega uno solo, con seriedad absoluta, para disimular las propias debilidades ante uno mismo y ante el rival.

Bromear o charlar de fútbol con Federer en el vestuario, como habríamos hecho antes de un partido de exhibición, habría sido una jugada que el otro habría detectado en seguida e interpretado como un signo de temor. Lejos de ello, tuvimos el detalle de ser sinceros. Nos dimos la mano, nos saludamos con la cabeza, nos sonreímos ligeramente y nos dirigimos a las respectivas taquillas, separadas quizás unos diez pasos, y desde ese momento nos comportamos como si el otro no estuviera allí. No es que necesitara fingirlo: yo estaba en aquel vestuario y no estaba. Me había retirado a un lugar profundo de mi ser y mis movimientos eran cada vez más programados, más automáticos.

Cuarenta y cinco minutos antes de la hora oficial del comienzo me di una ducha de agua fría. De agua helada. Lo hago antes de cada encuentro. Es el punto anterior al punto de inflexión; el primer paso de la última fase de lo que yo llamo el ritual anterior al juego. Bajo el agua fría entro en un espacio distinto en el que siento crecer mi fuerza y mi resistencia. Cuando salgo soy otro. Me siento activado. Estoy «en estado de flujo», o «de fluir», como los psicólogos deportivos llaman al estado de concentración y alerta en el que el cuerpo se

mueve por puro instinto, como un pez en un río. En ese estado no existe nada más que la batalla que nos espera.

Y menos mal, porque lo siguiente que me tocaba hacer era algo que en circunstancias normales no aceptaría con calma. Bajé al botiquín para que mi médico de siempre, Ángel Ruiz Cotorro, me pusiera una inyección calmante en la planta del pie izquierdo. Desde la tercera ronda me había salido una ampolla y una hinchazón alrededor de un hueso del metatarso. Tenían que dormirme esa zona, de lo contrario no podía jugar, pues el dolor habría sido excesivo.

Luego volví al vestuario y reanudé mi ritual. Me puse los cascos para escuchar música. Eso es algo que me agudiza la sensación de «fluir», me aisla aún más de mi entorno. Titín me vendó el pie izquierdo. Mientras lo hacía, puse los *grips*, las cintas adhesivas, a las empuñaduras de las raquetas, a las seis con que salgo a la pista. Siempre lo hago. Vienen con una cinta previa de color negro; yo pongo una cinta blanca encima de la negra, le doy vueltas y más vueltas en sentido diagonal. No necesito pensar en lo que hago, simplemente lo hago. Como si estuviera en trance.

Luego me tiendo en la camilla de masaje y Titín me pone un par de vendas en las piernas, por debajo de las rodillas. Ahí también me duele y las vendas impiden las irritaciones y calman el dolor si aparece.

Hacer deporte es saludable para las personas normales, pero el deporte a nivel profesional no es bueno para la salud. Hace que tu cuerpo alcance límites para los que los seres

humanos no están, de forma natural, preparados. Ese es el motivo por el que casi todos los grandes deportistas profesionales sufren lesiones, que en ocasiones acaban con su carrera. En mi trayectoria hubo un momento en que me pregunté seriamente si iba a ser capaz de seguir compitiendo al máximo nivel. La mayor parte del tiempo siento dolor cuando juego, pero creo que eso le ocurre a todos los que se dedican a los deportes de élite. A todos menos a Federer. Yo he tenido que esforzarme para acostumbrarme al dolor, para soportar la tensión muscular de carácter repetitivo que impone el tenis, pero él parece haber nacido para jugar al tenis. Su anatomía y su fisiología —su ADN— parecen estar totalmente adaptadas al deporte, lo vuelven inmune a las lesiones que los demás mortales estamos condenados a padecer. Me han contado que no entrena con la misma dureza que yo. No sé si será cierto, pero no me extrañaría. También en otros deportes se dan otros benditos fenómenos de la naturaleza. Al resto de los mortales nos toca aprender a vivir con dolor y a estar alejados del deporte durante largas temporadas, porque un pie, un hombro o una pierna han lanzado un grito de alarma al cerebro, exigiéndole que pare. Por eso es necesario que me venden tanto antes de un partido; y por eso es también una parte tan importante de mis preparativos.

Cuando Titín acaba con mis rodillas, me levanto, me visto, me acerco al lavabo y me mojo el pelo con agua. Luego me pongo el pañuelo en la frente. Es otro movimiento que no requiere ninguna clase de reflexión, pero que realizo despacio y

con cuidado, hasta que me lo ato detrás de la cabeza con fuerza, lentamente. Hay una finalidad práctica en esto: impedir que el pelo me caiga sobre los ojos. Pero además es otro momento del ritual, otro momento de inflexión decisivo, como la ducha fría, para que se agudice mi conciencia de que pronto me lanzaré a la batalla.

Ya casi era la hora de salir a la pista. La adrenalina que había estado segregando todo el día inundaba mi sistema nervioso. Respiraba con fuerza, para liberar energía, aunque aún tenía que permanecer inmóvil otro rato mientras Titín me vendaba los dedos de la mano izquierda, la mano con la que juego; sus movimientos eran tan mecánicos y silenciosos como los míos cuando refuerzo la empuñadura de las raquetas. No hay nada estético en esto. Sin las vendas, la piel de los dedos se me cortaría y desgarraría durante el juego.

Me puse de pie y realicé una serie de ejercicios violentos para activar mi explosividad, como dice Titín. Toni estaba mirándome, sin hablar apenas. No sé si también Federer me miraba. Sólo sé que antes de un partido no está tan atareado como yo en el vestuario. Yo saltaba, corría *sprints* de un extremo a otro del reducido espacio, de no más de seis metros. Me detenía en seco, giraba la cabeza y las muñecas, hacía torsiones con los hombros, me agachaba, flexionaba las rodillas. Luego más saltos, más *minisprints*, como si estuviera solo, en el gimnasio de mi casa. Siempre con los cascos puestos, con la música bombardeándome la cabeza. Me fui a hacer pis. (Poco antes de un partido hago pis muchas veces, son reacciones nerviosas,

a veces cinco o seis en esa hora final.) Cuando volví me puse a girar los brazos en sentido vertical, para adelante y para atrás, con fuerza.

Toni me hizo una señal y me quitó los cascos. Dijo que se había producido un retraso por culpa de la lluvia, pero que pensaban que no serían más de quince minutos. No me inmuté. Estaba preparado para aquello. La lluvia afectaría a Federer igual que a mí. No rompería el equilibrio. Me senté y comprobé las raquetas, su peso, su estabilidad; me subí los calcetines, procurando que los dos estuvieran a la misma altura de la pierna. Toni se acercó a mí.

«No pierdas de vista el plan de juego —me recordó—. Haz lo que tienes que hacer.»

Yo escuchaba y no escuchaba. En esos momentos sé lo que tengo que hacer. Mi concentración es buena. Mi aguante también. Aguantar: he ahí la clave. Aguantar físicamente, no rendirme en ningún momento, afrontar todo lo que me salga al paso, no permitir que lo bueno ni lo malo —ni los golpes maestros ni los golpes flojos, ni la buena ni la mala suerte— me desvíen de mi camino. Tengo que estar centrado, sin distracciones, hacer lo que tengo que hacer en cada momento. Si tengo que golpear la pelota veinte veces al revés de Federer, lo haré veinte veces, no diecinueve. Si para encontrar la ocasión propicia tengo que prolongar el peloteo a diez golpes, a doce o a quince, lo prolongaré. Hay momentos en que aparece la ocasión de conectar una derecha ganadora, pero tienes el 70 por ciento de probabilidades de que salga bien; esperas otros

cinco golpes y entonces las probabilidades aumentan al 85 por ciento. Hay que estar alerta, ser paciente, no precipitarse.

Si subo a la red es para lanzársela a su revés, no a su derecha, que es su golpe más fuerte. Pierdes la concentración, por ejemplo, cuando vas a la red para enviársela a su derecha o cuando en un servicio olvidas que tienes que sacar buscando el revés del rival —siempre para forzar su revés—, o cuando vas en busca del golpe ganador cuando no toca. Estar concentrado significa hacer en todo momento lo que sabes que tienes que hacer, no cambiar nunca tu plan, a menos que las circunstancias del peloteo o del juego cambien de un modo tan excepcional que justifiquen la aparición de una sorpresa. Pero en términos generales significa disciplina, significa contenerte cuando surge la tentación de jugártela. Luchar contra esa tentación significa tener la impaciencia o la frustración bajo control.

Aun en el caso de que parezca que hay una oportunidad para presionar y hacerte con la iniciativa, hay que darle a la bola buscando el revés del contrario, porque a la larga, en el curso de todo el juego, es lo más prudente y lo que da mejores resultados. Ese es el plan. No es complicado. Ni siquiera puede llamarse táctica porque es muy sencillo. Yo he de jugar al golpe que me resulte más fácil y el otro, al que más le cueste, o sea, mi golpe de derecha con la zurda contra su revés. Es cuestión de ceñirse a eso. Hay que presionar a Federer sin pausa para que devuelva de revés, obligarlo a que juegue bolas altas, lanzarle la bola a la altura del cuello, someterlo a constante pre-

sión, agotarlo. Abrir grietas en su juego y en su moral. Contrariarlo, empujarlo a la desesperación, si puedes. Y cuando le pega bien a la bola, lo que es muy probable que suceda, puesto que no puedes estar poniéndolo en problemas todo el tiempo, neutraliza cualquier intento suyo de golpe ganador, devuélvele la bola en profundidad, hazle sentir que tiene que ganar el punto dos, tres, cuatro veces para conseguir el 15-0.

En esto es en lo único que pensaba, en el caso de que pensara en algo mientras estaba allí sentado, jugando nerviosamente con las raquetas, estirándome los calcetines, ajustándome las vendas de los dedos, con la cabeza llena de música, en espera de que escampara. Hasta que vino un señor vestido con *blazer* y nos dijo que ya era la hora. Me puse en pie de un salto, sacudí los hombros, giré la cabeza a un lado y a otro, e hice otro par de carrerillas por el vestuario.

Se suponía que ahora tenía que entregar mi bolsa a un asistente de pista para que me la llevara a la silla. Forma parte del protocolo de Wimbledon el Día de la Final. No se hace en ningún otro sitio y no me gusta, rompe con mi rutina. Le tendí la bolsa, pero me quedé una raqueta. Salí del vestuario el primero, apretando la raqueta con fuerza, pasé por pasillos decorados con fotos de los campeones de torneos anteriores y con trofeos expuestos en vitrinas, bajé unos peldaños, doblé a la izquierda y salí al aire fresco del julio inglés y al verde mágico de la Centre Court.

Me senté, me quité la chaqueta del chándal y tomé un sorbo de agua de una botella. Luego, otro de otra botella.

Repito siempre estos movimientos antes de que dé comienzo el partido y en cada descanso entre juego y juego, hasta que el encuentro finaliza. Un sorbo de una botella, otro sorbo de otra. Luego dejo las dos botellas a mis pies, delante de la silla, a mi izquierda, una detrás de la otra, en sentido oblicuo al lateral de la pista. Algunos lo llamarían superstición, pero no lo es. Si fuera superstición, ¿cómo se explica que haga siempre exactamente lo mismo, gane o pierda? Es una forma de situarme yo en el partido, de poner orden en mi entorno para que se corresponda con el orden que busco en mi cabeza.

Federer y el juez de silla estaban al pie de la silla del juez, esperando para el lanzamiento de la moneda. Me levanté de un salto, me acerqué a la red y me quedé en el lado opuesto al de Federer. Me puse a saltar. Federer estaba quieto, siempre relajado, mucho más que yo, al menos en apariencia.

La última parte del ritual, tan importante como los preparativos anteriores, consistía en recorrer con la vista las gradas del estadio y buscar a los miembros de mi familia entre el gentío que atestaba la pista central, para situarlos en las coordenadas que yo había trazado en mi cabeza. En la otra punta del graderío, a mi izquierda, estaban mi padre, mi madre y mi tío Toni; detrás de mi hombro derecho, en diagonal con los primeros, se encontraban mi hermana, tres abuelos, mi padrino y mi madrina, que son también tíos míos, y otro tío. No dejo que interfieran en mis pensamientos durante un partido —ni siquiera me permito sonreír durante el juego—, pero saber que están allí, como siempre, me proporciona la paz en que se

apoya mi éxito como jugador. Cuando juego levanto una muralla a mi alrededor, pero mi familia es el cemento que consolida la muralla.

También busco entre el gentío a los miembros de mi equipo, a los profesionales que empleo, grandes amigos todos. Al lado de mis padres y de Toni estaba Carlos Costa, mi agente; Benito Pérez-Barbadillo, mi jefe de prensa; Jordi Robert, a quien llamo «Tuts», que es quien gestiona mis contratos con Nike; y Titín, que es como un hermano para mí y quien más me conoce. También veía, mentalmente al menos, a mi abuelo paterno y a mi novia María Francisca —a quien llamo Mary aunque su nombre lo pronuncio “Meri”—, que me estarían viendo por la televisión allá en Manacor, y a otros dos miembros del equipo que tampoco estaban presentes, pero que no por eso eran menos responsables de mis triunfos: Francis Roig, mi segundo entrenador, un conocedor del tenis tan astuto como Toni pero más relajado, y mi brillante preparador físico Joan Forcades, que, al igual que Titín, trabaja mi mente tanto como mi cuerpo.

La familia inmediata, la familia extensa y el equipo profesional (que también es mi familia) forman tres círculos concéntricos alrededor de mí. No sólo me arropan y protegen del peligroso bullicio que distrae y que siempre viene con el dinero y la fama; entre todos crean el entorno de afecto y confianza que necesito para que florezca mi talento. Cada uno complementa a los demás y todos desempeñan un papel fundamental a la hora de fortalecer mis puntos débiles y de hacer

que supere mis puntos fuertes. Imaginar que hubiera podido tener tanta suerte y tanto éxito sin ellos me resulta imposible.

Se lanzó la moneda y ganó Federer. Eligió sacar. No me importó. Me gusta que mi rival saque al comienzo del partido. Si estoy bien de cabeza, si a él le asaltan los nervios, sé que tengo una buena oportunidad de romperle el servicio. Me crezco con la presión. No me hundo; me vuelvo más fuerte. Cuanto más cerca estoy del precipicio, más exaltado me siento. Naturalmente, me pongo nervioso y, por supuesto, la adrenalina fluye y la sangre me corre a tanta velocidad que la siento desde las sienes hasta los dedos de los pies. Es un estado extremo de alerta física, aunque controlable. Y lo controlé. La adrenalina derrotó a los nervios. Mis piernas no cedieron. Las sentía fuertes, dispuestas a correr todo el día. Echaba humo. Estaba encerrado en mi solitario mundo, pero jamás me había sentido más vivo.

Ocupamos nuestros puestos en la línea de fondo de la pista y empezamos a calentar. Nuevamente el retumbante silencio: *clac... clac; clac... clac*. En algún rincón de mi mente noté, no por primera vez, la fluidez y agilidad de los movimientos de Roger; su naturalidad. Yo soy más bien un luchador. Soy más defensivo, más recuperador, siempre voy a tope. Sé que esa es mi imagen. Me he visto de sobra en los vídeos. Y es un reflejo fiel de cómo he jugado la mayor parte de mi carrera, sobre todo cuando me he enfrentado con Federer. Pero seguía teniendo buenas sensaciones. Mis preparativos habían funcionado. Las emociones que suelen atacarme y que

me habrían dominado si no hubiera llevado a cabo el ritual, si no me hubiera mentalizado ya por sistema para tener a raya el miedo que generalmente produce la Centre Court, estaban bajo control, aunque no habían desaparecido por completo. La muralla que había levantado a mi alrededor conservaba su solidez y su altura. Había conseguido el equilibrio justo entre la tensión y el dominio, entre el nerviosismo y la convicción de que podía ganar. Golpeaba las bolas con fuerza y puntería: los rebotes, las voleas, los remates y los saques con que cerramos la sesión de peloteo previo a que comenzase la verdadera batalla. Volví a mi silla, me sequé los brazos, la cara, di un par de sorbos más a las dos botellas de agua. Me vino al recuerdo una imagen de la final del año anterior, de aquel mismo momento, antes de que comenzase el partido. Me dije una vez más que estaba preparado para afrontar cualquier problema que se presentara y para resolverlo. Porque ganar este partido era el sueño de mi vida, nunca había estado tan cerca de realizarlo y podía ocurrir que no volviera a tener esa oportunidad. Podía fallarme cualquier otra cosa, la rodilla o el pie, el revés o el saque, pero la cabeza no. Puede que sintiera miedo, que en algún momento me pudieran los nervios, pero, a la larga, la cabeza no iba a traicionarme esta vez.

«CLARK KENT Y SUPERMAN»

El Rafa Nadal que el mundo vio salir al césped de la Centre Court para disputar la final de Wimbledon de 2008 era un guerrero de mirada encendida por el instinto letal, que empuñaba la raqueta como un vikingo empuñaría el hacha. Una ojeada a Federer ponía de manifiesto la abismal diferencia de estilos entre uno y otro: el más joven iba con una camiseta sin mangas y pantalón pirata, mientras que el mayor llevaba una chaqueta de punto color crema con un estampado dorado y un clásico polo Fred Perry; uno interpretaba el papel del David que contra Goliat pelea con astucia, uñas y dientes; el otro, el de un caballero a quien le sale todo con facilidad, sin despeinarse, desenfadadamente superior.

Si Nadal, con sus protuberantes bíceps surcados de venas, parecía el vivo retrato de la fuerza bruta de la naturaleza, Federer, espigado y ágil a sus 27 años, desprendía pura elegancia natural. Si Nadal, que acababa de cumplir los 22, era el implacable *killer*, Federer era el aristócrata que se paseaba por la pista saludando a las multitudes como si fuese el dueño de Wimbledon, como si estuviera dando la bienvenida a los invitados a una fiesta en su jardín privado.

El comportamiento de Federer, casi distraído durante el calentamiento previo al partido, a duras penas permitía entrever que aquello iba a ser un duelo de titanes; la tempestuosa imagen de Nadal era una agresiva caricatura de los héroes de acción de los videojuegos. Nadal endosa derechas como si disparase un fusil. Amartilla el arma imaginaria, mira a su víctima entornando los ojos y aprieta el gatillo. En el caso de Federer —cuyo nombre significa «vendedor de plumas» en alemán antiguo— no hay impresión de pausa, no hay mecanismos a la vista. Todo en él es fluidez natural. Nadal (que significa «Navidad» en catalán, una palabra con connotaciones más exuberantes que «vendedor de plumas») era el superatleta, el deportista automusculado de la era moderna; Federer pertenecía a un modelo que habría podido verse perfectamente en los años veinte, cuando el tenis era un pasatiempo de la clase alta, un animado ejercicio que cultivaban los jóvenes ricos después del té de la tarde.

Esto es lo que el mundo vio. Lo que Federer vio fue un joven aspirante que le enseñaba los dientes y amenazaba con destruirlo y expulsarlo de su reino tenístico, con impedir que batiera una marca consiguiendo su sexta victoria consecutiva en Wimbledon, y con desplazarlo de la posición de número uno mundial que ostentaba desde hacía cuatro años. El efecto que causó Nadal en Federer en el vestuario, antes del comienzo del partido, debió de ser de intimidación; si no fue así es que, como dijo Francis Roig, segundo preparador de Nadal, «Federer era de piedra».

«El momento en que se levanta de la camilla de masaje, cuando Maymó ha terminado de vendarle, es el que asusta a sus rivales —dice Roig, que ha sido también profesional del tenis—. El solo

hecho de ponerse el pañuelo en la frente resulta inquietante; sus ojos miran al infinito y no parecen ver nada de cuanto le rodea. De pronto, respira profundamente y vuelve a la vida, se pone a flexionar las piernas y, como si no se enterase de que tiene a su rival sólo a unos pasos de él, empieza a gritar: “¡Vamos! ¡Vamos!” Hay algo animal en eso. Puede que el otro jugador esté sumido en sus pensamientos, pero creo que es imposible que no le lance una cautelosa mirada de reojo; lo he visto muchas veces. Y seguro que piensa: “¡Madre mía! Este es Nadal, el que pelea por cada punto como si fuera el último. Hoy voy a tener que jugar al límite de mis posibilidades, va a ser el día más duro de mi vida. Y no para ganar, sino simplemente para tener la oportunidad de hacerlo”.»

Esa actuación es aún más espectacular, según Roig, a causa de la brecha que separa al Nadal deportista, «que tiene ese algo que tienen los auténticos campeones», del Nadal ciudadano particular.

«Eres consciente de que parte de él es presa de los nervios y que, en la vida cotidiana, es un chico muy normal, simpático y siempre amable, que en según qué momentos se muestra inseguro y lleno de ansiedades. Pero luego lo ves allí, en el vestuario, y de pronto se transforma ante tus ojos en un conquistador.»

El Rafael que su familia vio salir a la pista central no era ni un conquistador, ni un gladiador, hacha en mano. Todos sentían miedo por él. Sabían que era brillante y valiente y, aunque nunca habrían dejado que lo notara, le tenían un cierto temor reverencial; pero lo que veían en aquellos momentos, con el partido a punto de comenzar, era algo mucho más humano y más frágil.

Rafael Maymó es la sombra de Nadal, la persona con quien Nadal pasa más tiempo, su compañero más íntimo en el circuito agotador del tenis mundial. Menudo y ordenado, sobrepasado en estatura por el metro ochenta y cinco de su amigo y jefe, Maymó, a sus treinta y tres años, es paisano de Nadal, también de Manacor. Es discreto, sagaz y sereno, y, desde que empezó a trabajar como fisioterapeuta de Nadal, en septiembre de 2006, los dos han establecido una relación que es prácticamente telepática. Apenas necesitan hablar para comunicarse, aunque Maymó —o Titín, como Nadal lo llama afectuosamente,— ha aprendido a diferenciar entre cuándo ha de hablar y cuándo ha de escuchar. Su papel no es muy diferente del que realiza el mozo de cuadra con un purasangre de carreras. Masajea los músculos de Nadal, le venda las articulaciones, calma su temperamento eléctrico. Maymó es el hombre que susurra al caballo Nadal.

Maymó atiende a sus necesidades, tanto psicológicas como físicas, pero conoce sus limitaciones y se da cuenta de que éstas terminan donde empieza la familia, la columna que sostiene a Nadal como persona y como deportista.

«Nunca se insistirá lo suficiente en la importancia que tiene la familia en su vida —dice Maymó—, ni en lo unidos que están todos. Cada triunfo de Rafa es indiscutiblemente un triunfo de toda la familia. Los padres, la hermana, los tíos, la tía, los abuelos. Saborean las victorias de Rafa y sufren por sus derrotas. Son como una parte de su cuerpo, como una extensión del brazo de Rafa.»

Muchas veces están presentes en los partidos de Nadal, porque entienden, explica Maymó, que éste no funciona al cien por

cien de sus posibilidades si no están ellos allí. «No es una obligación. Necesitan estar presentes. No es una cuestión de elegir entre ir o no ir, aunque también saben que las posibilidades de triunfo de Rafa aumentan cuando mira a la multitud antes de un encuentro y los ve allí. Por eso, cuando consigue una victoria importante, su primer impulso es correr a las gradas para abrazarlos; y si algunos se han quedado en casa para verlo por televisión, lo primero que hace cuando vuelve al vestuario es llamarlos por teléfono.»

Su padre, Sebastián Nadal, experimentó el ataque de nervios más devastador de su vida en la Centre Court el día de la final de Wimbledon del año 2008. Al igual que al resto de la familia, le atormentaba el recuerdo de lo ocurrido en la final de 2007, también contra Federer. Todos sabían cómo había reaccionado Rafael después de perder el quinto set. Sebastián había descrito a los demás lo que había visto en el vestuario de Wimbledon: a Rafael sentado en el suelo de la ducha durante media hora, con el agua que caía sobre su cabeza mientras se mezclaba con las lágrimas que corrían por sus mejillas.

«Tenía mucho miedo de que sufriera otra derrota, no por mí, sino por él —dijo Sebastián, un hombre corpulento que en la vida cotidiana es un empresario tranquilo y seguro—. Me acordaba de haberlo visto entonces destrozado, totalmente hundido; tenía metida en la cabeza la imagen de aquella final de 2007 y no quería verlo así otra vez. Y me dije: ¿qué haremos si pierde, qué podría hacer yo para que le resultara menos traumático? Era el partido de su vida, el día más importante para él. Lo pasé fatal. Nunca he sufrido tanto.»

Aquel día, las personas más cercanas a Nadal compartieron el sufrimiento de su padre, vieron el núcleo sensible y vulnerable que se escondía bajo el duro caparazón del guerrero.

A Maribel, la hermana de Nadal, una universitaria delgada, alegre, cinco años más joven, le divierte el abismo que hay entre la imagen pública de su hermano y la que tiene ella. Un hermano mayor inusualmente protector que la llama o le manda SMS diez veces al día, esté en la parte del mundo en que esté y que, según ella, se inquieta ante la menor insinuación de que pueda estar enferma.

«Una vez que él estaba en Australia, el médico me dijo que me hiciera unos análisis, por nada serio, pero fue lo único que no quise mencionarle en todos los mensajes que cambié con él. Le habría dado un ataque y habría puesto en peligro su juego» —confiesa Maribel, que está muy orgullosa de las hazañas de su hermano, pero que no se oculta a sí misma «la verdad», una verdad que ella expresa con afecto y humor: que Rafael es «un poco miedica».

Ana María Parera, la madre, no la contradice.

«Está en lo más alto del tenis mundial, pero en el fondo es un ser humano supersensible, lleno de temores e inseguridades que la gente que no lo conoce ni se imaginaría —comenta—. No le gusta la oscuridad, por ejemplo, y prefiere dormir con la luz o la tele encendidas. Tampoco le gustan los rayos ni los truenos. Cuando era pequeño y había tormenta, se tapaba con un cojín, e incluso en la actualidad, si hay que salir a la calle a buscar algo y hay tormenta, no deja que salgas. ¿Y las manías que tiene para comer? No soporta el queso ni el tomate, ni el jamón, que es lo más espa-

ñol que hay. A mí tampoco me enloquece tanto el jamón como a otras personas, pero ¿el queso? Es un poco raro.»

Quisquilloso con la comida, también lo es cuando se trata de conducir un coche. A Nadal le encanta conducir, pero más quizá que los coches de verdad, los del mundo ficticio de su PlayStation, compañera inseparable cuando está de gira.

«Es un conductor prudente —asegura la madre—. Acelera y frena, acelera y frena, y tiene mucho cuidado a la hora de adelantar, por mucho que corra su coche.»

Su hermana Maribel es más categórica que su madre. Dice que Rafael «conduce fatal». Y también le hace mucha gracia que, aunque sea un enamorado del mar, le tenga miedo.

«Siempre está hablando de comprarse un barco. Le encanta pescar y las motos acuáticas, aunque no se sube a una moto y no se baña si no ve la arena del fondo.»

Pero todas estas debilidades son minucias comparadas con su temor más persistente: que le ocurra algo malo a su familia. No es sólo que sienta pánico ante la menor insinuación de que cualquier pariente esté enfermo: es que está continuamente preocupado por la posibilidad de que sufran un accidente.

«Me gusta encender el fuego de la chimenea casi todas las noches de invierno —cuenta la madre, en cuya casa frente al mar, grande y moderna, sigue viviendo Nadal, en un ala con dormitorio, sala de estar y cuarto de baño propio—. Si sale, me recuerda que he de apagar el fuego antes de irme a dormir. Y luego me llama tres veces desde el restaurante o bar en que esté para comprobar que me he acordado. Si me voy en coche a Palma, que

está a una hora de aquí, siempre me ruega que conduzca despacio y con cuidado.»

Ana María, una matriarca mediterránea prudente y fuerte, nunca deja de asombrarse de la incongruencia de que su hijo sea todo un valiente en la pista de tenis y un muchacho asustadizo fuera de ella.

«A primera vista, es muy sencillo, y también muy buena persona, pero es muy contradictorio. Aunque lo conozcas a fondo, ves que tiene cosas que no acaban de cuadrar.»

Por eso tiene que armarse de valor cuando prepara un partido importante, por eso hace lo que hace en el vestuario, propiciar el cambio de personalidad, reprimir los miedos y nervios del momento para liberar al gladiador que lleva dentro.

Para la multitud anónima, el hombre que salió a la Centre Court para disputar la final de Wimbledon 2008 era Superman; para sus íntimos era también Clark Kent. Los dos eran igual de reales; incluso podría decirse que el uno dependía del otro. Benito Pérez-Barbadillo, su jefe de prensa desde diciembre de 2006, está tan convencido de que sus inseguridades son el combustible que alimenta su fuego competitivo como de que su familia le da el afecto y apoyo que necesita para tenerlas controladas. Pérez-Barbadillo llevaba diez años trabajando en el mundo del tenis, como funcionario de la Asociación de Tenistas Profesionales, hasta que pasó a ser jefe de prensa de Nadal, y ha conocido, en algunos casos muy bien, a casi todos los jugadores más destacados durante ese período. Según él, Nadal es diferente de los demás, como jugador y como persona.

«Esa fuerza mental, esa confianza y ese espíritu guerrero tan excepcionales que tiene son la otra cara de la inseguridad que lo impulsa», afirma. Todos sus temores a la oscuridad, a las tormentas, al mar, a la posibilidad de que una catástrofe perturbe su vida familiar, se deben a una necesidad imperiosa. «Rafael es una persona que necesita controlarlo todo —añade Pérez—, pero como eso es imposible, invierte toda su energía en controlar la parte de su vida que mejor puede dominar: la de Rafa el tenista.»