

PERSONAJE

Severiano Ballesteros

La vida después de la competición

Ha sido uno de los grandes del golf mundial. Sus golpes, siempre atrevidos, innovadores y ejecutados con una seguridad aplastante, eran temidos con razón por sus rivales. Ahora, seis meses después de anunciar su retirada, vuelve a sorprendernos con la creación de una empresa en la que ha volcado toda su filosofía de la competición para aplicarla a la vida.

POR
VIS MOLINA
FOTOGRAFÍA DE
ROSA MUÑOZ

neo más refido?

R. Nunca sabes del todo hasta que te encuentras de lleno en las situaciones. Yo he descubierto que hay placer sin competir, y eso está muy bien.

P. El entorno, como usted sostiene, fue decisivo en su vocación.

R. Desde luego, yo creo que eso

siempre determina a las personas. Me crié en el campo de golf de Pedreña y mis tres hermanos y yo hemos sido profesionales del golf. Empecé a los 13 ó 14 años como *caddie* del Dr. Santiago Ortiz de la Torre, que me pagaba 8 pesetas, lo cual no era mucho, pero me dejaba jugar de tapadillo y, como me veía tan jovencito, me daba unas vitaminas, Micebrina, para que no me cansara al llevarle la bolsa durante las más de cuatro horas que dura el recorrido de 18 hoyos.

P. Conoce bien las dos posiciones. ¿Qué espera el jugador de su 'caddie'?

R. Es como un matrimonio. Hay mucha unión y debe haber buena comunicación, aunque a veces acaba en divorcio. Yo a mi *caddie* le pedía que me diera la distancia exacta y algunas recomendaciones. El *caddie* es como un Pepito Grillo porque te va diciendo cosas que tú ya sabes pero que te viene bien ir oyendo.

P. ¿Cuándo empezó de niño ya sabía a dónde quería llegar?

R. Sí, siempre lo tuve muy claro. Desde niño quise ser el mejor en el golf y hoy puedo afirmar que he conseguido lo que siempre había soñado. Y a eso ha contribuido en gran parte mi enorme cabezonería, soy muy testarudo.

P. El año 1979 fue muy importante en su carrera, se hizo con un importante trofeo internacional y descubrió la Sofrología.

R. Sí, me hice con el Open Británico, mi primera gran victoria en el circuito internacional. En noviembre de ese mismo año, una buena amiga me llevó en Barcelona a la consulta del doctor Alfonso Caycedo, un psiquia-

tra que introdujo la Sofrología en España. Esa técnica permite, mediante la visualización de situaciones que aún no se han vivido, poder anticiparlas para prepararlas y afrontarlas bien. Me preguntó cómo me entrenaba yo y me hizo ver que, de una manera natural y autodidacta, yo ya usaba la Sofrología. Me enseñó a mejorar la técnica dándome una serie de pautas que me grabó en una cassette y que me recomendó que escuchara dos veces al día para prepararme frente al Masters de Augusta de abril de 1980.

P. Y ganó su primer Masters.

R. Sí, seguí sus consejos al pie de la letra y gané el Masters con una facilidad pasmosa, pero sin rastro de emoción ni de euforia. Recuerdo que hice el recorrido muy concentrado y, a la vez, muy relajado. Cuando gané sentí solamente una alegría muy contenida. A mi regreso a España fui a la consulta del doctor para explicarle mi sorpresa ante la frialdad de mi reacción y me dijo que era totalmente normal, puesto que yo ese torneo lo había ganado infinitas veces en mi cabeza antes de jugarlo, lo había visualizado palmo a palmo y por eso lo gané con tanta facilidad.

P. ¿Siguió practicando la Sofrología?

R. Sí, durante toda mi carrera deportiva y también aplico esa técnica a situaciones de mi vida personal. Es utilísima. Igual que comer, hacer ejercicio, beber, fumar... son hábitos, yo practico la Sofrología como hábito y me va muy bien.

P. ¿Tan importante es la fuerza mental en los resultados de un deportista de elite?

“Me gusta mi vida actual. Vivo en Santander, madrugo, trabajo, hago deporte y cocino para mis hijos. Les encanta cómo me sale la tortilla de chorizo”

R. Es totalmente decisiva, casi más que su preparación técnica y física. La mente es poderosísima y domina al cuerpo, la mente lo es todo. Todas las personas tenemos un gran poder mental, la clave está en ejercitarlo y conocerlo, y tener muy claro lo que quieres conseguir apelando al pensamiento positivo para ir en su busca. Hay que rechazar los pensamientos negativos. Yo he conseguido evitar sentir el dolor de una contractura muscular atroz gracias a la concentración.

P. ¿En qué piensa entre un hoyo y el siguiente?

R. Un partido de golf son más de cuatro horas de una concentración absoluta, no puedes despistarte ni un segundo. Cuando salgo de un hoyo, ya tengo el siguiente golpe en mi cabeza y creo que ése ha sido mi distintivo. Siempre anticipo el hoyo siguiente y ya sé qué golpe voy a dar. Y, además, escucho a la bola, porque ella te habla durante el partido. >



personaje severiano ballesteros



FOTOGRAFÍAS DE COVER

Victoria en el British Open Golf de 1988, celebrado en Lytham, St. Annes.

“Cuando yo empecé, el golf era un deporte reservado a la gente de derechas y con alto poder adquisitivo. Era un circuito muy cerrado y la propia federación propiciaba que eso fuera así. Pero las cosas han cambiado mucho y ahora es el tercer deporte del país”

jantes, o sea que para una persona que está empezando a disponer de más tiempo libre es más recomendable jugar al golf que estar encerrado jugando al dominó o viendo la tele.

P. Ahora, retirado de la competición, ha aplicado todo lo que ha aprendido sobre la motivación, la concentración y la fuerza mental para crear una empresa.

R. Sí. La idea nació después de escribir mi libro *Las claves del golf para la vida* (La Esfera de los Libros) en colaboración con los psicólogos Mariana Territo y Ricardo Rabinovich. Es como un catecismo que te sirve para ir por la vida en la dirección adecuada.

Ellos me hicieron ver que todo eso que yo había aprendido en mis años de deportista profesional podía ser muy útil para los demás, a la hora de afrontar determinadas situaciones personales y profesionales. Y por eso nos decidimos a crear la empresa Motivation and Training by Severiano Ballesteros, que va a empezar a funcionar en enero de 2008. A través de cursos, charlas y sesiones de entrenamiento personal daremos las claves a

nuestros clientes sobre cómo convertirse en líder, cómo tomar decisiones vitales, cómo enfocar las distintas situaciones, cómo convertir las pequeñas cosas en elementos de gran impacto en nuestras vidas... Nuestros potenciales clientes son directivos, ejecutivos y deportistas profesionales a los que queremos transmitir que cuando se desea algo con muchas ganas puede conseguirse siguiendo un determinado camino y haciendo las cosas bien hechas.

P. ¿Cómo vive Severiano Ballesteros?

R. Me gusta mi vida actual. Vivo en Santander, en una casa muy confortable con Zaira, mi perrita. Paso mucho tiempo con mis tres hijos. Están en plena adolescencia y creo que es importante dedicarles muchas horas y eso es lo que hago. Me gusta seguir sus estudios y jugar a golf con ellos o con buenos amigos. Llevo una vida muy ordenada, madrugo, trabajo, hago deporte y cocino para mis hijos. Les encanta cómo me sale la tortilla de chorizo y los huevos fritos con patatas.



Ballesteros posa con el trofeo del Uniroyal Tournament, en 1978. Debajo, saliendo de un búnker en el 109 British Open Golf celebrado en Muirfield, Escocia, en 1980. En la foto inferior, en uno de los innumerables torneos que ha disputado a lo largo de su carrera profesional.



P. ¿Le ha obsesionado algún hoyo?

R. Sí, el hoyo 15 del Masters de Augusta. En 1986, cuando tenía el Masters casi ganado, el partido se me fue de las manos justo en ese hoyo porque dí un golpe malo y eso me ocurrió por un exceso de confianza.

P. ¿Cómo se vive un fracaso en el terreno deportivo?

R. Se vive en una soledad muy grande, porque por mucho que te animen desde el exterior eres tú el que lo padece. El golf es un deporte muy individualista, en el que a veces te sientes muy solo. Pero hay que tener fuerza mental para sobrellevarlo.

P. ¿Cuál es la preparación física de un jugador de golf?

R. Ha cambiado mucho desde que yo empecé. Yo lo que hacía era correr y practicar muchos estiramientos, y me hacía yo solo mi propia preparación psicológica. Ahora los jugadores tienen programas completísimos de

preparación física, psicológica, dietética y de horas de sueño y descanso.

P. ¿Qué me dice de las lesiones?

R. Nuestro problema es que potenciamos y trabajamos mucho la parte derecha del cuerpo, y eso provoca desequilibrios en la columna vertebral por las continuas torsiones del *swing*. También sufrimos de las muñecas y de los tobillos, pero esto sólo nos ocurre a los profesionales. La gran ventaja del golf para un aficionado es que se practica mucho ejercicio y se puede jugar hasta una edad muy avanzada.

P. ¿Qué aporta el deporte en la formación humana de nuestros hijos?

R. Es importantísimo, lástima que en nuestras escuelas no se potencie más la educación deportiva. El deporte te enseña autodisciplina, afán de superación y exigencia con uno mismo. Te anima a cuidar tu cuerpo y tu mente, te da las claves de lo que es una buena alimentación y lo

necesario que es el descanso y el orden y te

enseña a ver al rival como lo que es y no como a un enemigo. También te demuestra que el que gana es el mejor en ese momento y te demuestra que hay que aceptar la derrota sin hundirse. Todos estos elementos son muy importantes en la vida porque forman parte de la inteligencia emocional del individuo.

P. ¿Animaría a sus hijos a dedicarse al deporte profesional?

R. Por supuesto. De hecho los dos mayores, que tienen 17 y 15 años, ya lo hacen y yo soy su preparador y su psicólogo a la vez. Los dos tienen mucho talento y creo que ésa es una buena vida para un joven. Yo salí muy poco de jovencito porque estaba totalmente dedicado al golf, pero nunca lo viví como un sacrificio porque me lo pasaba realmente muy bien. Yo he disfrutado muchísimo de mi profesión, que