

La tuerca suelta de los campeones

Por: Elespectador.com

La mente hace la diferencia entre los número 1 y los del montón y se ratificará en los Juegos Olímpicos de Londres.

Los campeones ya no van al **sicólogo**, lo llevan puesto. Una vez más quedó demostrada esta realidad el domingo pasado cuando el surafricano **Ernie Els** ganó el mítico **Open británico**, sencillamente porque fue el único aspirante al **major de golf** más importante que la cabeza no le falló el último día y, por el contrario, se inspiró para cerrar **con un birdie en el hoyo 18** para meterle presión al australiano **Adam Scott**, quien terminó con cuatro boggeys habiendo empezado la ronda definitiva con ventaja de cuatro golpes.

El tradicional artesano de la jarra de plata que simboliza el origen y la vigencia de este deporte había empezado a grabar el nombre de **Adam** en el trofeo cuando arribó al tee del hoyo 15, pero tuvo que borrarlo y labrar el de **Ernie**. Razones tenía de sobra Els para dedicarle el triunfo en su cuarto grande a su sicólogo, el hombre que lo sacó del mar de desconfianza en el que estaba ahogándose hasta finales del año pasado. “Ya no creía en mí y sentía que estaba en el final de mi carrera y él me convenció de que podía volver a estar entre los mejores del mundo”. La mente hizo la diferencia. En el caso de él, la técnica que todos los jugadores profesionales manejan, sumada a su larga experiencia en este tipo de situaciones y a su nueva técnica de concentración. Ahora es el único que ha ganado majors en tres décadas diferentes: en **1994 el US Open**, torneo que volvió a ganar en 1997, y el **British Open de 2002**. Hubo dos claves mentales más, según dijo en su rueda de prensa: la inspiración de tener un hijo de 8 años de edad con autismo, Ben, y su veterano caddie, **Ricci Roberts**. “Hubo algunos putts en los que pensé en Ben antes de tirarlos. Su imagen me ha servido de inspiración. Sé que disfruta mucho viendo a su padre jugar al golf. Le encanta ver el vuelo de la bola y el sonido que hace. Seguro que lo habrá estado siguiendo por la televisión”.

Y Roberts porque, insistió Els, “es como mi hermano y quien mejor me aconseja durante los últimos 20 años”. Ricci lo respalda: “Él me conoce y me entiende, yo lo conozco y lo entiendo. Nos retroalimentamos. Esta es mi victoria 58 con él. Algo debe estar bien”. Bob Harig, analista de Espn, reveló en su columna que “Roberts llegó al Reino Unido temprano, caminó el campo del **Royal Lytham** -donde Els había terminado en tercer lugar en 2001 y en el segundo en 1996- e inmediatamente le envió un mensaje a su jefe: ‘Lo amarás’. Y así fue”.

El mismo reconocimiento a la psicología hizo hace poco el suizo **Roger Federer** luego de ganar por séptima vez el abierto de **Wimbledon**, recuperar el número 1 del mundo y ratificar que es el

mejor tenista de la historia. Su historia deportiva está ligada a la fortaleza mental desde que a los 17 años decidió contratar al primer psicólogo para manejar las frustraciones que lo llevaban a romper raquetas en todos los partidos y magnificar las derrotas.

Dejó de ser un tenista del montón luego de que entre 1998 y 2000 siguió los consejos del psicólogo y deportólogo **Christian Marcolli**. Le enseñó a fusionar respiración, concentración, meditación e inspiración para enfrentar el miedo escénico que lo acosaba cada vez que perdía una bola. Lo obligó a practicar artes marciales, lo contagió de autoconfianza, seguridad en el talento que luego de ganar el primer **Wimbledon** lo llevó a ser el mejor jugador del mundo y hoy de todas las épocas, a pesar de que algunos “expertos” lo consideraban acabado a los 30 años de edad.

“Aprendí que cuando las posibilidades de éxito se reducen, debo quedarme en la cancha e insistir a la espera de que todo resulte mejor. Sólo continuar jugando y ver qué pasa”, dijo tras rescatar un partido casi perdido frente al norteamericano **Andy Roddick en el Masters de Shangai 2006**, tras salvar 3 match points cayendo 4-1 en el segundo set, con el primero perdido y sufriendo los latigazos del saque de su rival. Así salvó un partido en el que Alejandro Falla estuvo a dos bolas de eliminarlo en la primera ronda de Wimbledon en 2010. El colombiano se asustó y él empezó de cero a construir otro partido en el que se impuso en cinco sets. Federer, que reconoció que su bajón en beneficio de **Djokovic y Nadal** había tenido que ver con la autosuficiencia que lo llevó a no pagar más entrenadores ni psicólogos, ahora reconoce que pudo volver a la cima gracias a la fuerza mental que le transmitió el entrenador norteamericano Paul Annacone, el mismo que el año 2000 ayudó a **Pete Sampras** a ganar su séptimo Wimbledon. Le pidió ayuda cuando cayó al tercer lugar del ranking mundial y el escocés Andy Murray lo amenazaba con mandarlo al cuarto. “Desde hace un año, siento que hay una gran armonía en mi equipo”, insistió Federer en el césped de Londres donde ahora desea ganar la medalla de oro olímpica individual.

Junto a Annacone está, también como entrenador, **Severin Luthi**, además de **Stéphane Vivier** como fisioterapeuta y Pier Paganini como preparador físico. Juntos constituyeron el equipo de rescate que necesitaba y por eso Roger les dedicó el séptimo Wimbledon, el décimoseptimo gran slam de su carrera: “Paul se integró muy bien entre mi gente. Como grupo, nunca sentimos pánico. Sabemos qué queremos hacer, haya un partido, una suspensión por lluvia, lo que sea”. **Más que demostrado en Wimbledon**, por ejemplo el día en que sufrió un fuerte dolor en la espalda en el primer set contra el francés Piolin y aún así se mantuvo en calma, aprovechó la fisioterapia durante una suspensión por lluvia, hasta imponerse en cuatro sets. Véalo jugar y comprobará que el resumen de la capacidad psicológica de Federer se grafica en que cada vez que pierde un punto no se queda lamentándose, sino que se acomoda sus mechones, camina hacia el otro lado de la cancha y se concentra para ganar el siguiente.

Antes de la final de Wimbledon 2012, contra un presionado Murray como favorito local, Federer dedicó la noche anterior a reconstruir con **Annacone** la experiencia con Sampras. “Comentamos cómo era Pete, cómo se preparaba para las finales y cómo iban juntos a la cena de campeones, ese tipo de cosas”. Eso fue clave para él así Annacone le reste importancia: “no hubo píldoras mágicas o atajos. Sólo una voz distinta, con una nueva perspectiva y quizás

algunos temas diferentes que discutir antes de trabajar”.

No es marginal porque el propio Federer ha reconocido que para haber sumado 287 semanas como número 1 del mundo, y contando, es “esencial” relacionarse con mentes similares para aprender de sus métodos de pensamiento. Es amigo y seguidor del golfista Tiger Woods con quien apuesta a ver cuál ganará más majors y más torneos. Federer le gana en grandes y Woods en trofeos. También ha aprendido del basquetbolista Michael Jordan - el mejor jugador de baloncesto de la historia-, del campeón de **Moto GP Valentino Rossi**, del multicampeón de **Fórmula 1 Michael Schumacher** y de otros tenistas legendarios como **Borg, Laver y McEnroe**.

No hay duda de que al máximo nivel competitivo la mente hace la diferencia y se demostrará una vez más a la hora de repartir medallas en los **Juegos Olímpicos de Londres**.

Dirección web fuente:

<http://www.elespectador.com/especiales/juegosolimpicos/articulo-365117-tuerca-suelta-de-los-campeones>

COPYRIGHT © 2012 www.elespectador.com

Prohibida su reproducción total o parcial, así como su traducción a cualquier idioma sin autorización escrita de su titular.

Reproduction in whole or in part, or translation without written permission is prohibited.

All rights reserved 2012 EL ESPECTADOR