

EL GRAN INVIERNO

fuera de serie

NOV 2018/
ENE 2019

VIAJE
LA ISLA SOÑADA
EN INDONESIA

CAZA
LOS "MILLENNIALS"
DE AMPURHUNT

MODA
ROCÍO CRUSSET
TUVO QUE
SER MODELO

GASTRO
MATO POR
UN BUEN
POTAJE

PAU
GASOL

"QUE EL ÉXITO
NO TE CAMBIE
COMO PERSONA"

UN GIGANTE DEL
DEPORTE LLENO DE
VALORES HUMANOS

PVP: 3,99 EUROS
(GRATIS CON EXPANSIÓN
EL SÁBADO 3 DE NOVIEMBRE)

00699
8 423793 152012

“SOY CONSCIENTE DE QUE LO ÚNICO QUE HAGO ES METER LA PELOTA EN UNA CANASTA”

Renunció a estudiar Medicina para centrarse en el baloncesto y, gracias a su enorme talento, con 21 años fichó por la NBA, donde lleva 17 temporadas. En su libro “Bajo el aro”,

PAU GASOL comparte los valores que le han llevado a la cima de su carrera. Humildad, compañerismo y entrega son algunas de las lecciones que transmite el pivot de los San Antonio Spurs. “Las palabras imposible o inalcanzable no forman parte de mi vocabulario”, afirma.

Por JUAN CARLOS RODRÍGUEZ Fotografías de SERGI PONS

“INFLUENCER” DE ALTURA

Gasol, 38 años, con esmoquin (599 euros), camisa (79,90 euros) y pajarita (en la pág. siguiente, 49,90 euros) de Tommy Hilfiger Tailored. Zapatillas Nike del jugador.

E

El 3 de septiembre de 2006, a las dos de la tarde, Pau Gasol completó uno de los partidos más importantes de su vida. España acababa de derrotar a Grecia en la final del Mundial de Baloncesto de Japón..., y él no anotó ningún punto. No puso ningún tapón ni cogió ningún rebote. “Aquel día jugué desde el banquillo sin ni siquiera poder poner el pie izquierdo en el suelo. Eso sí, aun con muletas, di todo el apoyo moral y emocional a mis compañeros”, recuerda el pívot de Sant Boi, que fue elegido MVP (*Most Valuable Player*) del campeonato. Dos días antes, en la semifinal contra Argentina, el líder de la selección española había dado una lección de pundonor. A falta de 1 minuto y 36 segundos para el final del partido, el jugador se rompió el quinto metacarpiano. Pero antes de abandonar la pista, cojeando y entre lágrimas, afrontó su responsabi-

lidad y metió dos tiros libres, confiando de corazón en sus compañeros para que rematasen el encuentro. “Fueron los 90 segundos más largos de mi carrera”. El resto ya es historia: España ganó la primera medalla de oro en un campeonato del mundo, al tiempo que Gasol se convertía en un superhéroe planetario. “Fue el triunfo de una historia de ilusión, esfuerzo, unidad y humildad. Aquella victoria no fue casual, sino el fruto de muchos veranos compitiendo juntos, de un equipo que había aprendido de los errores en los campeonatos anteriores, de unos jugadores que, gracias a las adversidades, habían crecido y madurado juntos”, cuenta el jugador en su libro *Bajo el aro* (Conecta), un ameno e inspirador manual de desarrollo personal donde comparte los valores que le han llevado a la cima de su carrera deportiva.

A sus 38 años, Pau Gasol (Barcelona, 6 de julio de 1980) atesora tres medallas olímpicas, el citado Mundial, tres Eurobasket, dos anillos de la NBA y dos ligas ACB, entre otros galardones deportivos, lo ▶



►que le convierte en el jugador más laureado del baloncesto español. Con 21 años fue el primero, tras Fernando Martín, en ingresar en la NBA, coincidiendo con su salto, en 2001, del FC Barcelona a los Memphis Grizzlies. De ahí pasó a Los Ángeles Lakers y a los Chicago Bulls, para recalar en los San Antonio Spurs, equipo que le renovó el contrato hasta 2020. Gracias a su capacidad de adaptación, también es uno de los más longevos del mundo. Lleva 17 temporadas en la NBA (“la media es de cinco años”) y su sueño es jubilarse en la liga americana. “Soy un competidor y tengo la ambición de seguir alargando lo que ha sido una carrera increíble”, asegura quien, tras el adiós de su compañero de fatigas Juan Carlos Navarro, es el único representante de la generación de los juniors de oro. Pese a su currículum superlativo, en *Bajo el aro* deja claro que “los superhéroes no existen”.

Nuestra cita tiene lugar en el Círculo de Bellas Artes de Madrid, 20 minutos antes de la presentación de su libro en rueda de prensa. Sentado al fondo de la sala, sus medidas –2,14 metros de altura, 120 kilos, 50 cm de pie– no impresionan tanto; sólo cuando se levanta para saludar uno advierte que es ridículamente bajito a su lado. Sus facciones de gigante, enmarcadas en una cuidada barba, son más armoniosas de lo esperado. Y su discurso, aunque esté de promoción, suena menos mecánico que el de la mayoría de las estrellas deportivas de su categoría. Cuando habla de su faceta como embajador de buena voluntad de Unicef o de la Gasol Foundation, entidad que puso en marcha junto a su hermano Marc para luchar contra la obesidad infantil, emerge también su estatura moral. Educado, humilde y carismático, no extraña que año tras año sea, junto con su amigo Rafa Nadal, el personaje público más valorado por los españoles, según el *ranking* elaborado por Personality Media. Vestido con una camisa blanca y unos chinos marrones, choca un poco verle disfrazado de persona normal, sin su habitual traje de faena. Pero luce con estilo las prendas a medida de Tommy Hilfiger de esta sesión. “Aún no estoy trabajando de forma pública con esta firma. De momento es un acuerdo de imagen, como *influencer*. Ellos me proporcionarán ropa y yo la luciré con alegría”, precisa con desenfado.

PREGUNTA. ¿Estaría dispuesto a anunciar calzoncillos de esta marca, como hizo Rafa Nadal para una reciente campaña de ropa íntima?

RESPUESTA. En principio no entra en mis planes. No tengo necesidad y estoy en un momento de mi vida de madurez que... Si me hubiera pillado 10 o 15 años antes, igual lo hubiera dado todo [risas].

P. Dedicar “Bajo el aro” a su familia. Sus padres, Marisa (médico) y Agustí (ATS) le inculcaron valores como la humildad y la capacidad de superación que han resultado claves en su carrera...

R. Sí, su apoyo ha sido crucial para mi desarrollo como persona y como deportista. Ellos han estado siempre ahí. Mi madre, tras largas jornadas en el ambulatorio, al llegar a casa nos preparaba la cena; mi padre venía a buscarnos a Marc y a mí a los entrenamientos después del trabajo. En 2001 decidieron poner en suspenso sus carreras profesionales cuando dejé el FC Barcelona para fichar por los Grizzlies. Pidieron un año de excedencia para irnos toda la familia a Memphis [Estados Unidos] y mis dos hermanos menores, Marc y Adrià, tuvieron que dejar sus colegios. Fue una decisión dura, pero a la vez clave, para que yo pudiera funcionar.



“Ser líder no significa necesariamente ser el mejor, sino tener el poder de sacar lo mejor de los demás. El liderazgo exige un uso inteligente de la autoridad, pero en ningún caso puede convertirse en autoritarismo”

P. “Cuando volvía a casa de jugar, de entrenar o de viaje, estaban todos allí, como si estuviésemos en Sant Boi”, recuerda al respecto.

R. Sí, conservar ese núcleo familiar, independientemente del lugar donde te encuentres en el mundo, te da un equilibrio y una fortaleza muy grandes. Fue fundamental para que me adaptara mucho más rápido y diera lo mejor de mí desde el comienzo. Gracias a esta estabilidad pude ganar el premio Novato del Año, y a día de hoy sigo siendo el único extranjero criado fuera de Estados Unidos que ha ganado este galardón.

De niño tuvo la suerte de estudiar en un colegio donde el deporte era parte importante del programa escolar. Practicó natación, kárate, hoc-

key, balonmano... También estudió solfeo y piano. Pero rápidamente identificó su pasión: el baloncesto. A los 7 años empezó a jugar en el Colegio Llor de Sant Boi y a los 13 fichó por el CB Cornellà. “Aprendía rápido y tenía buena coordinación y visión de juego, lo cual me daba libertad y adaptación frente a lo que sucedía en la pista. Decidí perseguir mi sueño; sabía que tenía talento”, razona, aunque matiza que este es tan poderoso como potencialmente peligroso: “El talento puede ser el camino más directo hacia el fracaso”.

P. ¿Tener talento no basta para triunfar?

R. Para desarrollarlo hay que esforzarse, tener cierta disciplina, ser perseverante... No vale decir: “Soy bueno en esto y no me hace falta trabajar” ►

▶ tanto". Eso al final te pasa factura. El talento sólo te lleva hasta cierto punto y si te basas demasiado en él, acabas perdiendo.

P. ¿Qué entiende por ser un buen líder?

R. Ser líder no significa necesariamente ser el mejor, sino tener el poder de sacar lo mejor de los demás. El liderazgo exige un uso inteligente de la autoridad, pero en ningún caso puede convertirse en autoritarismo.

P. En el colegio le llamaban "Fido Dido" por lo larguirucho que era, si bien a los 20 años alcanzó el reto de pesar 100 kilos. ¿Al principio su elevada estatura fue un hándicap?

R. A los 14 años ya medía 1,89 y a los 16, dos metros. Eso me hacía diferente a los demás. Era objeto de miradas constantes e incluso de bromas, algunas de mal gusto.

P. ¿Llegó a sufrir "bullying"?

R. No, pero los niños son crueles, y cuando no se ríen de un compañero que lleva gafas, se ríen por su ortodoncia o su envergadura. No es que fuera un bicho raro, pero cuando eres un crío quieres pasar desapercibido. Con el tiempo, aprendí que aquello que me hacía diferente, y que en ocasiones me podía crear complejos, acabó siendo un regalo. Me permitió desarrollar mi autoestima y dedicarme al baloncesto profesional.

P. Aunque por ello tuvo que renunciar a su sueño de ser médico.

R. Sí, de niño soñaba con curar el cáncer y el sida, sobre todo al enterarme de que mi ídolo, Magic Johnson, había contraído esta enfermedad. En 1999, el mismo año en que debuté en el FC Barcelona, empecé mis estudios de Medicina, pero mis entrenadores tuvieron claro que apuntaba maneras. A mi madre le dolió que dejara la carrera por el baloncesto, y para toda mi familia fue un momento difícil.

P. Lleva jugando 17 temporadas en la NBA, 13 en los Grizzlies y en los Lakers y las cuatro últimas en los Chicago Bulls y los San Antonio Spurs. ¿Cómo es posible que su motivación siga intacta?

R. Teniendo una ilusión, una ambición y un inconformismo muy grandes. Y gracias a la educación que recibí en mi casa y a los valores que he ido adquiriendo durante mi carrera: el compañerismo, la humildad, la entrega. Es importante aprender y retener ciertos consejos de entrenadores y compañeros para luego aplicarlos a tu propio juego. Tener ese instinto. No porque hayas jugado bien una temporada significa que vayas a jugar igual o mejor la siguiente.

P. Está muy orgulloso de su longevidad como jugador y no es de extrañar. No es fácil resistir tantos años en la élite, ¡y menos en la NBA!

R. La capacidad de adaptarte a tu entorno, a un nuevo sistema de juego, a un nuevo rol, es esencial para mantenerte ahí arriba. Y luego, dejar tu ego a un lado. No todos los jugadores pueden jugar 30 minutos o meter 20 puntos por partido. Tienes que reconocer qué es lo que necesita el equipo de ti, anteponiendo muchas veces el interés colectivo al tuyo.

P. "El ego es el mayor enemigo del trabajo en equipo", advierte. ¿Cómo se domestica?

R. Cuando hay una presencia clara de liderazgo es mucho más fácil. En este sentido, Phil Jackson, que fue mi entrenador en los Lakers, era único gestionando los egos y sacando lo mejor de cada individuo. Tenía muy claro qué podías y debías aportar al equipo y cómo sacar lo mejor de cada jugador. El talento colectivo, bien entrenado, es el que gana campeonatos.



CON LA INFANCIA. Gasol ha creado junto a su hermano Marc una fundación que promueve hábitos saludables entre los niños (en la imagen).



Pau Gasol tuvo que abandonar sus estudios de Medicina para centrarse en el baloncesto, pero ha sabido aprovechar su popularidad para llenar ese hueco. En 2001, durante su primer año en Memphis, empezó a colaborar con el hospital Saint Jude, pionero en la investigación y el tratamiento del cáncer infantil. Cada año visita a los niños en los hospitales pediátricos con los que ha colaborado, ya sea en Los Ángeles, Chicago, Memphis, San Antonio o Barcelona.

"La posibilidad de arrancar una sonrisa a un niño que hace semanas no sonríe es maravilloso", dice el jugador, que desde 2003 es Embajador de Buena Voluntad de Unicef. Con esta ONG ha conocido de primera mano la situación de la infancia en países como Sudáfrica, Chad, Angola o Irak. También ha visitado los campamentos de refugiados sirios en Líbano y ha viajado a Indonesia para solidarizarse con los rohingya, que huyen del genocidio birmano. Su labor en Unicef le animó a crear en 2013, junto a su hermano Marc, la Gasol Foundation, que tiene como objetivo reducir los índices de obesidad infantil, proporcionando medios y fomentando hábitos saludables.

P. Usted lo tenía claro cuando aterrizó en los Lakers con 27 años. Adoptó el papel de secundario frente al líder, Kobe Bryan.

R. Lo tenía clarísimo. Uno de mis objetivos con cada cambio de organización es analizar cuáles son las circunstancias del equipo, cuáles son las carencias, qué puedo aportar yo, qué se necesita... Yo reconocía claramente que en los Lakers había un jugador con personalidad. En ningún momento venía a pegarme codazos con Kobe; venía a complementarle y a ayudar al equipo a ganar el campeonato, ese era mi objetivo. Si hubiera buscado mayor reconocimiento, meter más puntos, hubiera sido un error.

P. ¿Cómo se sobrepone a las derrotas?

R. Relativizándolas. Estoy en un momento de mi carrera en el que relativizo mucho. Una derrota

siempre tiene que servir para, al día siguiente, salir con fuerza y con rabia para ganar. Al final consiste en hacer bien tu trabajo, rendir al máximo y sentirte bien contigo mismo.

P. Jugar en equipos de la NBA que aspiran a ganar el anillo implica una enorme presión. ¿Cómo la afronta?

R. En los Lakers, Phil Jackson nos enseñaba a desvincular la mente del pasado. Lo que importaba era el ahora y el equipo. Entre sus técnicas de relajación estaba la meditación en grupo: con los ojos cerrados y la espalda recta, nos concentrábamos en la respiración para que nuestros pensamientos fluyeran, sin aferrarnos a ellos. También acostumbraba a regalarnos libros. El primero que me regaló a mí fue *Fiesta*, de Ernest Hemingway; luego *2666*, de Roberto Bolaño; *Trampa*, de Joseph Heller... Ahora, en las dos temporadas que llevo jugando en los Spurs, Gregg Popovich nos ha regalado dos libros sobre racismo: *Race Matters*, de Cornel West, y *Entre el mundo y yo*, de Ta-Nehisi Coates. Si dos de los mejores entrenadores del mundo promueven la lectura, por algo será.

P. Para usted, "leer es poder".

R. Sí, siempre procuro fomentar la lectura y compartir en redes los libros que leo, bajo el hashtag #SiempreLeyendo. Para mí, es sinónimo de descompresión mental. El baloncesto profesional conlleva mucho estrés, y tanto la lectura como la música o el contacto con la naturaleza me sirven para desconectar.

P. ¿Qué balance hace de sus dos temporadas en San Antonio Spurs?

R. Al principio, la adaptación no fue fácil. Durante la primera temporada metí más triples que nunca, pero después me lesioné y, tras mes y medio apartado de la cancha, empecé a salir desde el banquillo. Esto hizo que la media de anotaciones fuera la más baja de toda mi carrera. Pero las palabras imposible, difícil o inalcanzable no forman parte de mi vocabulario. Tras analizar las necesidades de mi equipo, decidí que mi habilidad para distribuir juego sería más útil que la de anotar puntos. ¿Conclusión? En la temporada 2017-2018, mi número de asistencias por minuto ha sido el más alto de toda mi trayectoria profesional.

P. Es uno de los deportistas más admirados. ¿Cómo consigue mantener los pies en el suelo cuando no está bajo el aro?

R. Tengo la gran suerte de ganarme la vida con el deporte que me apasiona. Pero soy consciente de que lo único que hago es meter la pelota dentro de una canasta. No puedes dejar que el éxito, el personaje o la fama te cambien como persona.

Aún quedan varias cuestiones por formular, pero han transcurrido los 20 minutos acordados y su asistente de prensa corta en seco cuando le pregunto a Gasol cómo ve, desde su altura, el conflicto catalán. ¡Final del partido! Pero antes accede a firmar un ejemplar de *Bajo el aro* dedicado a Carla, la hija de una prima que juega en la Selección Española U18F y acaba de fichar por la Western Illinois University. Una lesión de hombro le impedirá debutar este año, pero a buen seguro que el libro de su ídolo aliviará su disgusto. ◀



"Bajo el aro", de Pau Gasol. Editorial Conecta. Precio: 17,90 euros. www.megustaleer.com En Twitter e Instagram, @paugasol