

«No atrevir-se significa perdre's a un mateix»



El famós exjugador de bàsquet Jose Luis Llorente, nebot del mític extrem esquerre del Reial Madrid Paco Gento, presenta el seu nou llibre *Espíritu de remontada*, un manual sobre la superació d'obstacles ple de les anècdotes i la saviesa adquirides durant la seva experiència com a esportista, advocat i formador de persones.

–Com s'inicia una remontada?

–És una pregunta que em fan amb freqüència i no té una sola resposta. En el llibre parlo de les bases que ha de tenir una persona per poder fer-la, sobretot dels valors, que assenyalo com el principi bàsic per aconseguir-ho: ser constant, acceptar els errors, saber que no tot surt perfecte... així com també els valors ètics, especialment la generositat i el treball en equip.

–Per què ens costa tant superar determinats obstacles?

José Luis Llorente

EXJUGADOR DE BÀSQUET

Presenta el seu nou llibre 'Espíritu de remontada' al Fòrum de la Fnac avui a les 19 hores

PER
Marc
Solanes



–Perquè tendim molt a comparar. El nostre cervell sempre compara el que ens passa amb el que esperàvem, amb els nostres veïns, amb les nostres somnis...però el món és com és i les coses arriben com arriben. Tots cometem errors, els equips perden moltes vegades i molts descobriments científics han estat per casualitat, com ara la penicil·lina o el descobriment d'Amèrica.

–Què li ha ensenyat l'esport per a superar els reptes que li proposa la vida?

–L'esport és la vida real i per tant és molt fàcil aplicar-ho: «És un laboratori de la vida on tot passa de forma més ràpida i més intensa». Arribes molt jove a professional, perds i guanyes moltes vegades, has d'invertir milers d'hores en arribar a una perfecció en alguna cosa i tot se't pot venir baix en qualsevol moment.

–El llibre no només parteix de les seves ex-

periències com a esportista...

–Efectivament, quan feia esport ja feia moltíssimes altres coses. Tenim certa por de començar noves aventures, nous trajectes. Hi ha un dels capítols del llibre en el que parlo de la confiança i explico que és un dels valors més importants per millorar en el que estàs fent. Hi ha una frase del llibre que és: «Atrevir-se és perdre l'equilibri momentàniament, no atrevir-se és perdre's a un mateix». El més important de la confiança és que et genera molts espais de llibertat.

–Ha influït molt el fet de venir d'una família d'esportistes?

–M'ha influït molt la meua mare. Tenia una mentalitat molt esportiva en tots els aspectes de la vida ja que era una gran lluitadora i adorava guanyar. Per part del meu pare, que era un home molt llegit, he heretat una gran capacitat d'observació.

–Si hagués de donar algun consell per a totes aquelles persones que de qualsevol dificultat se'ls fa un món, què els recomanaria?

–Que es comprin el llibre! (riu). Com et deia abans, depèn de cada persona, del seu caràcter, de com sigui... però generalment les solucions són molt més a prop del que pensem. Només cal pensar una mica i repassar els nostres problemes i errors. El més important és, quan fracassem amb un repte, proposar-nos un de nou de seguida.

–Com hem d'afrontar l'èxit?

–Hem de reivindicar la paciència en un món tant i tant accelerat! El progrés no és una línia en continua acceleració. ≡

PRAT DEL
ROURE

MENÚ DIARI
CUINA CASOLANA

LABORABLES · 10,50 €

FESTIUS · 16 €

Inclou aigua, vi i IGI

Complex Prat del Roure
C. Esteve Albert s/n
Escaldes-Engordany
T. 845 777
pratdelroure@andorra.ad
www.pratdelroure.com