

FIRMAS

MAGAZINE

CONOCER

ELLA & ÉL

Artículo de portada



Buscador

Artículos

Buscar

XLSeamnal por temas:

- Opinión
- Entrevistas
- Actualidad
- Deporte
- Ciencia & Naturaleza
- Arte & Historia
- Belleza & Moda
- Salud
- Gastronomía
- Motor
- Viajes
- Zona interactiva
- Registro de usuarios
- Buzón psicológico
- Servicios
- La trastienda digital
- Canal inmobiliario
- Canal TV
- Canal Mujer

★ Añadir a favoritos

Hacer XLSeamnal
página de inicio**MAGAZINE EN PORTADA**

TONI NADAL
«Prefiero pasarme de duro»



DAVID MATELLANES

Tras conquistar el Open USA, el mundo entero se ha rendido a los pies de Rafa Nadal. Convertido en el tenista más joven de la historia en conquistar los cuatro Grand Slam, ahora todos se preguntan por las claves de su éxito. Pues bien, sólo Toni Nadal, su tío, mentor y entrenador desde la más tierna infancia, conoce la respuesta.



EL ENIGMA DE
"UNCLE TONI"

LOS MANDAMIENTOS DE
TONI.
«El éxito es una cuestión mental»

Humildad, trabajo, exigencia, disciplina, autocrítica, ilusión... son palabras que ha grabado a fuego en la mente del número uno. Hablamos en exclusiva con el hombre detrás de 'la máquina'.

Porto Cristo. Mallorca. A 13 kilómetros de Manacor. Territorio de los Nadal. Aquí todo el mundo, exceptuando las oleadas de turistas que visitan las cuevas del Drach, conoce a algún miembro del clan más popular de la isla.

Desde su casa, Toni Nadal señala hacia una mansión, al otro lado de la bahía, presidida por un torreón y rodeada de árboles: «Es la de mi hermano Miguel Ángel». La de Toni, por su parte, es austera, minimalista, con grandes ventanales y un jardín que cuelga sobre el acantilado. Sentado en la terraza, el tío y entrenador del más joven ganador de los cuatro Grand Slam responde con firmeza sobre todo lo que le pregunten. A saber: las claves del éxito de su sobrino –para él, Rafael; nada de Rafa–, que ilustra con anécdotas reveladoras, su propia infancia, la familia Nadal, su desconfianza hacia ciertos entrenadores y la prensa, su admiración por Vicente del Bosque... Respuesta a respuesta, alternando su mirada entre los ojos de su interlocutor y la línea del horizonte, Nadal desglosa las claves de su ideario. A sus 49 años, este padre de tres hijos combina cautela y vehemencia con la misma naturalidad con la que su sobrino abre a raquetazos las puertas de la historia.

XL Semanal. ¿Diría que ha sido demasiado duro con Rafa?
Toni Nadal. Sí, muchas veces. Demasiadas [se ríe]. Tensas siempre la cuerda y a veces te pasas. Yo, además de entrenador, soy su tío y eso es determinante. Tengo más ganas de que sea bueno, más autoridad sobre él y más confianza. Estas tres cosas, por otro lado, hacen que a veces aprietes más de la cuenta. Soy bastante duro, la verdad, de palabra al menos. No me gusta el halago. Es cosa de familia.

XL. ¿Alguna vez su sobrino le ha dicho algo en plan: «Sí, tío Toni, muy bien, vale, lo que tú digas, pero dame un respiro»?

T. N. Sí, claro, pero, en general, me hace caso. Recuerdo una vez, en Shanghái, hace unos años, que bajábamos en el ascensor del hotel para ir a cenar. Rafael iba con bermudas y su jefe de prensa le dijo: «¡Oye!, en el restaurante hay que ir con pantalones largos –y añadió–, aunque a ti no te dirán nada». Yo se lo reproché: «¡Vaya educación que le das!». Y a Rafael: «Sube y cámbiate». Eso hizo. Respetó el principio de autoridad.

XL. ¿Sin protestar ni hacerse el remolón?

T. N. Así es. Era el n.º 2 y tenía 19 años, pero dijo: «Subo y me cambio».

Se ha educado así toda la vida y le pareció bien. Si a un niño, porque triunfe, le das carta blanca a los 17 años, lo normal es que a los 24 sea un imbécil. No es el caso de Rafael. Ya no hay que decirle qué debe hacer.

XL. Usted fue profesional. ¿A qué edad empezó su sobrino a ganarle al tenis?

T.N. Con 13 años. Yo le decía que estaba mal. Y él: «¡Venga ya!, siempre te pasa algo cuando pierdes. O te mareas, o la espalda... Así no hay forma de ganar [se ríe]».

XL. ¿En su carrera, cometió errores que le han permitido tener las cosas más claras para entrenar a Rafa?

T.N. Sí, claro. Toda la vida me ha chocado la gente que dice: «Si volviera a nacer, haría exactamente lo mismo». Suenan prepotente y estúpido, no estar dispuesto a avanzar o a cambiar. Yo era un jugador rocoso, muy defensivo, fallaba pocas bolas, pero no sabía ganar un punto. Comprendí que para ser bueno había que hacer algo diferente.

XL. Rafa siempre ha sido considerado rocoso, aunque, claro, él sí que sabe ganar los puntos...

T.N. Es curioso. Siempre busqué que fuera agresivo. Lo era de infantil, cadete, júnior, sólo que entró muy pronto en el circuito profesional [con 15 años fue el jugador más joven en ganar un partido en un torneo oficial de la ATP], empezó a jugar con gente muy superior a él y le costaba atacar. Con los años ha recuperado agresividad y ataca cada vez más.

XL. Los deportistas son cada día más precoces, porque empiezan a edad muy temprana. Rafa, si no me equivoco, tenía una raqueta con tres años. ¿No es mucha presión para un niño?

T.N. En el caso de Rafael, no lo creo. Los demás lo hemos ayudado, pero él está ahí por sus ganas de estar ahí. De todos modos, es verdad que hay una precocidad creciente, en todo. Los padres quieren empezar cuanto antes, hay mucha obsesión por el triunfo, por estar mejor preparado que los demás.

XL. ¿Tampoco tuvo miedo de que, siendo tan joven, el circuito le quedara un poco grande?

T.N. Nunca, Rafael había trabajado mucho desde pequeño, tenía condiciones para ello. Tuvo, eso sí, la mala suerte de tener un entrenador tan duro [se ríe], pero no creo que se arrepienta. Recuerdo una vez que fuimos a jugar un torneo a San Juan de Luz. Tenía 16 o 17 años y ya ganaba bastante dinero. Tenía contrato con Nike y Babolat. De noche se fue con un amigo mío a cenar y por la mañana me contaron que se habían metido una mariscada y yo se lo reproché: «A tu edad, lo que debes hacer es comerte una hamburguesa». Nunca ha sido de gastar, de hecho, se acaba de comprar su primer coche y, para ello, le pidió permiso a su padre. Siempre ha mantenido los pies en el suelo. Cuando

lo vives desde pequeño y es un hábito, es más difícil que descarriles.

XL. Dicho así parece fácil, pero ganar tanto dinero tan joven sin que le afecte...

T.N. Es muy simple. Cualquier padre o tutor sabe que a su hijo le tiene que guiar hasta que tenga 22 o 24 años. ¿Cambia eso el hecho de que el niño gane dinero? Pues no. Necesita incluso una guía más firme, ya que se ve envuelto en situaciones con alto potencial desestabilizador. Luego, él se deja guiar o no. Yo siempre he procurado que Rafael entendiera que lo que hace es sólo un juego. Juega bien, eso sí, nada más.

1 2 3 >

■ imprimir

■ enviar a un amigo

■ valorar este artículo

0

enviar

[HoyMotor](#)

[HoyCinema](#)

[LaGuiaTV](#)

[Finanzas](#)

[HoyTecnología](#)

[HoyMujer](#)

FIRMAS

MAGAZINE

CONOCER

ELLA & ÉL

Artículo de portada



Buscador

Artículos

Buscar

XLSemanal por temas:

Opinión

Entrevistas

Actualidad

Deporte

Ciencia & Naturaleza

Arte & Historia

Belleza & Moda

Salud

Gastronomía

Motor

Viajes

Zona interactiva

Registro de usuarios

Buzón psicológico

Servicios

La trastienda digital

Canal inmobiliario

Canal TV

Canal Mujer

★ Añadir a favoritos

Hacer XLSemanal
página de inicio

MAGAZINE EN PORTADA

XL. Sigue el mismo método con sus hijos, supongo...

T.N. Sí, claro. Mira, ayer le dije a mi hijo de siete años que había jugado muy bien y me respondió: «Pero si me dices siempre que lo hago muy mal». Y yo: «Sí, bueno, es para que sepas que debes mejorar». Pues me soltó un: «Prefiero que me digas que lo hago mal, así me esforzaré más» [se ríe].

XL. O sea, también se le escapa un halago de vez en cuando...

T.N. Lo justo. ¡Mal jugador aquel que necesita que lo halaguen todo el tiempo! La recompensa son los trofeos, la vida que llevan... A veces hay que relajar la presión, pero si he de elegir entre ser duro o blando, prefiero pasarme de duro. El deporte es esfuerzo y exigencia. ¿Por qué correr, si no, 42 kilómetros en una maratón, o hacerse 200 en una bici? Mejor te coges el coche, ¿no? Detrás de todo hay una recompensa personal. Y esto es duro.

XL. Y el talento, ¿qué papel juega en todo esto?

T.N. Hombre, se tiene o no se tiene. Pero lo que marca la diferencia es el trabajo duro. Mira el Barcelona de Rijkaard. Todos eran buenos jugadores, fueron campeones de Europa, pero se bajó la exigencia y llegó el fracaso. Ten en cuenta que los deportistas son jóvenes y, si no se les exige, enseguida se distraen. En el caso de Rafael ha habido que tensar para que sepa responder a cada situación, explorar sus límites, inculcarle que cuando viene la pelota, corra siempre a buscarla. Si puedes golpearla a 100 por hora y le das a 80; si en lugar de cogerla delante, te quedas corto; si te paras en lugar de estirarte; es así como decae todo tu juego.

XL. ¿De dónde le vino a usted la afición al tenis?

T.N. A toda la familia nos gusta el deporte, sobre todo, el fútbol. De pequeño, yo ganaba competiciones locales de natación, fui campeón de Baleares de ping-pong, ajedrez..., todo se nos daba bien. A jugar al tenis empecé con 14 años. Siempre, eso sí, lo combiné con los estudios, como

EL ENIGMA DE
"UNCLE TONI"LOS MANDAMIENTOS DE
TONI.

«El éxito es una cuestión mental»

me exigía mi padre.

XL. ¿Su padre lo educó como usted a Rafa?

T.N. Bueno, mi padre es un fanático de la música más que del deporte. En mi época, la educación se recibía con el ejemplo. Sabía que tenía que apagar la luz porque mis padres lo hacían. Aprendes más de lo que ves que de lo que te dicen. Si a una niña le compras diez muñecas, les dará menos valor que si sólo tiene una. Yo no concibo esta asignatura de Educación para la Ciudadanía, que tengas que ir a clase para aprender a saludar al entrar a un lugar o a respetar a los demás. Basta con que te obliguen a hacerlo y te enseñen con el ejemplo. La disciplina es básica en la educación. Si le dices algo a tu hijo y haces lo contrario, no vamos a ningún sitio.

XL. Estuvo interno, ¿no?

T.N. Sí, en Palma, entre los 12 y los 13 años. No me gustó mucho, pero... Luego estudié Historia y Derecho. No acabé.

XL. ¿Lo dejó por entrenar a Rafa?

T.N. No, eso fue después. Cuando cumplió diez años, le dije a su padre: «Yo me dedico a Rafael». No porque pensara en vivir del tenis, porque yo no cobro un duro por entrenar a mi sobrino, sino porque la situación familiar lo permitía.

XL. ¿Quiere decir que era usted o contratar a un entrenador?

T.N. Eso es. Con siete años ya le dije a su padre que sería campeón de España. En la escuela de tenis de Manacor, que yo dirigía, tuve un chaval que era el segundo de España y veía en Rafael un potencial mucho mayor. Era mucho mejor que lo llevara yo a que lo hiciera un desconocido.

XL. ¿Nunca hubo discusión al respecto?

T.N. Nada; sus padres, tranquilos. Cuando las cosas van bien, nunca hay discusión.

XL. En la familia, ¿alguien ha dejado de trabajar gracias a las ganancias de Rafa?

T.N. Nadie. Su padre trabaja más que antes, ya que se ocupa de sus asuntos y de los de su hijo. Yo tengo negocios a medias con su padre, a los que, por cierto, no voy nunca [se ríe].

XL. Usted ha pasado más tiempo con Rafa que su padre, ¿no?

T.N. De pequeño, sí.

XL. ¿A qué edad empezó a pensar que sería profesional?

T.N. Lo pensé desde siempre, es lo que quería pensar para motivarme. A Rafael le marqué un objetivo a largo plazo: ser un gran profesional.

Intentar cosas y no conseguirlas ocurre a menudo, pero en la vida debes tener ilusiones para avanzar.

XL. ¿Le dejaba jugar a otros deportes?

T.N. Quizá fue estúpido, pero me molestaba que no se centrara. Un día fui al colegio para que su profesora de Educación Física lo eximiera de horas de gimnasia para que avanzara en otras materias. Él ya era campeón de España, mundial junior... Pues la mujer me dijo: «No es posible, es que aquí hacemos voleibol». En fin. ¡Vaya inteligencia!, ¿no?

XL. ¿Cuando empezó a entrenar a su sobrino, tenía ya algún método definido en su cabeza?

T.N. Para mí, hay un principio fundamental: control. De la situación, de la pelota, de cada cosa que hago. A Rafael siempre le decía: «El golpe nunca va por delante de la cabeza».

XL. ¿Ya pensaba así antes de dedicarse a él en exclusiva?

T.N. Antes de eso, cuando dirigía la escuela de tenis, vi un vídeo de Jack Nicklaus [el mejor golfista de la historia] que cambió mi visión. Nicklaus decía: «Primero golpea lejos, luego ya pensaremos en meterla dentro». Me dije: «Oye, este señor debe de tener razón». Es lo que apliqué con Rafael: «Primero dale fuerte, después haremos que bote dentro».

XL. ¿O sea, que la progresión de Rafa, de algún modo, está planificada casi desde que empezó?

T.N. Totalmente. El trabajo más importante se hizo de los 8 a los 17 años. Luego ya fue dejarse llevar. El deporte es un tema mental. Crearle la exigencia, las ganas, toda esta intensidad, se hace, básicamente, en los años juveniles.

XL. ¿Cómo?

T.N. Mira, cuando ganó el campeonato de España alevín, con 11 años, llamé a la federación y, haciéndome pasar por periodista –no quería que se me malinterpretara–, pedí la lista de los últimos 25 campeones de esa categoría y se la enseñé en una cena a toda la familia. Quería relativizar el éxito. Repasé la lista en alto y de 25 había seis que habían llegado a profesionales. O sea: «Esto puede ser un principio, pero no garantiza nada». Siempre hemos mantenido esa idea. Mira Juan Carlos Ferrero, ganó un Roland Garros, llegó a n.º 1, pero... Si las cosas, por `h´ o por `b´, se tuercen, debes mantener la exigencia, ser autocrítico en todo momento.

< 1 2 3 >

■ imprimir ■ enviar a un amigo ■ valorar este artículo 0

enviar

FIRMAS

MAGAZINE

CONOCER

ELLA & ÉL

Artículo de portada



Buscador

Artículos

Buscar

XLSemanal por temas:

- Opinión
- Entrevistas
- Actualidad
- Deporte
- Ciencia & Naturaleza
- Arte & Historia
- Belleza & Moda
- Salud
- Gastronomía
- Motor
- Viajes
- Zona interactiva
- Registro de usuarios
- Buzón psicológico
- Servicios
- La trastienda digital
- Canal inmobiliario
- Canal TV
- Canal Mujer

★ Añadir a favoritos

 Hacer XLSemanal
página de inicio

MAGAZINE EN PORTADA

XL. Rafa, de hecho, ha ido casi a lesión por año...

T.N. Si no hubiera estado bien formado mentalmente desde juvenil, no se habría mantenido arriba tanto tiempo.

XL. ¿Alguna vez Rafael le ha dicho: «Ya no puedo más, me estoy exigiendo demasiado»?

T.N. A veces, eeh... Mira, estábamos en Roma este año, venía de hacer el tratamiento en la rodilla, entrenaba con dolor [suspira]. No me gusta escuchar quejas; cuando le duele, ni me acerco. Aquel día era martes y debutaba el miércoles, le dolía mucho y ponía mala cara. Le dije: «¡Joder, Rafael!, pon buena cara, así no vamos a ningún lado». Y él: «¡Puff! Me duele tanto que no puedo. Prefiero decírtelo porque me cuesta soportarlo». Entonces añadí: «Mira, tienes dos caminos, decir basta y nos vamos o sufres un poco y pones buena cara. Tú eliges». El domingo, tras ganar el torneo, le dije: «Ésta es la diferencia entre aguantar o desistir. Los dolores del martes ahora te compensan, ¿no? Siempre depende de ti verlo de manera positiva, poner buena cara».

XL. Pocos tenistas han evolucionado tanto en su carrera como Rafa. ¿Cómo le ha inculcado esa capacidad de autocrítica?

T.N. Nunca le acepté excusas a Rafael para justificar las derrotas. Me decía: «Es que el cordaje, es que no se qué...». Yo ni siquiera le dejaba saber qué cordaje usaba porque intenté, desde siempre, que se responsabilizara de sus victorias y de sus derrotas. Es siempre una relación causa-efecto: si trabajas bien, puedes triunfar; si no, el fracaso es lo más probable. Tendemos a sobrevalorarnos y, si fallamos, echamos la culpa a otros. Cuando te pregunten: «¿Por qué has perdido?», la razón es muy simple: «Porque el otro es mejor». Luego examina tus defectos, pero esto es lo primero.

XL. ¿Ésa es la raíz de la evolución de Rafa con el saque?

T.N. Yo siempre he sido muy crítico con mi sobrino, le insistía: «Con este saque no vas a ningún lado». Y él: «No saco tan mal». Y yo: «¡Cómo!

EL ENIGMA DE
"UNCLE TONI"LOS MANDAMIENTOS DE
TONI.

«El éxito es una cuestión mental»

¿Sacando, qué número del mundo eres?». Y él: «El 50 o por ahí». Y yo: «¡Qué dices! Hay más de cien que sacan mejor que tú». Es mejor exagerar la crítica que aligerarla. De todos modos, este último cambio en el servicio para el Open USA fue una idea de Rafael.

XL. ¿Quién lo entrenaba a usted cuando era profesional?
T.N. Nadie. Tuve un profesor en Mallorca, pero iba por libre.

XL. ¿Ser entrenador requiere haber sido antes jugador?
T.N. No concibo entrenar sin haber jugado antes. Con experiencia en situaciones de presión, como Del Bosque, Cruyff o Guardiola, podrás ayudar más a tus pupilos.

XL. Usted, sin embargo, nunca vivió situaciones como un Match Ball en un torneo de Grand Slam...
T.N. Cierto, pero algo le pude ayudar. No nos ha ido mal.

XL. Mencionó a Del Bosque. ¿Se identifica con él?
T.N. Un diez para Del Bosque, ha hecho un gran trabajo. De todos modos, nunca le he visto entrenar, no conozco su metodología, y no creo mucho en los entrenadores, en ningún deporte. Si no tienes buenos jugadores, no hay nada que hacer. Me gusta la gente que cuando gana siempre lo hace desde la humildad. No me gustan los exabruptos de los ganadores. El que se crea mejor por ganar algo es un estúpido.

XL. Cuando, antes de un torneo, hace una declaración sobre el estado de forma de su sobrino, ¿siempre dice la verdad?
T.N. No... A ver, a mi edad, no suelo decir mentiras, pero velo por nuestros intereses, claro. Ahora bien, a Rafael siempre le digo la verdad; bueno, casi siempre [se ríe].

XL. ¿«La verdad duele pero curte» podría ser su máxima?
T.N. [Se ríe] Un día, jugando la Davis, él andaba perdiendo puntos importantes y le dije: «Procura ganar más primeros puntos porque al llegar al *deuce* no respondes bien». Me dijo: «Tampoco hace falta que me hables así». Y yo: «O te lo digo yo o te lo dice el contrario cuando llegues a 40 iguales y pierdas». Otra vez, en Montecarlo, antes de jugar contra Federer me preguntó: «¿Cómo lo ves?». Le dije: «Hombre, él tiene mejor *drive*, mejor saque, mejor volea...». Y Rafael: «No sigas, ¡vaya ilusión!». Y yo: «Es la verdad. Tú le ganas en determinación, ponte al límite de tus condiciones y veremos». Si le digo que es mejor que Federer, soy idiota. Él tiene 16 Grand Slam y Rafael, 9. ¿Para qué engañarnos?

XL. Que Federer y Nadal sean rivales a muerte y amigos es algo que a todo el mundo le llama la atención...
T.N. Rafael, desde niño, siempre lo tuvo claro: el rival lo es en la pista. Los odios entre rivales no me caben en la cabeza. Como los del Madrid

que odian al Barça, y viceversa.

XL. ¿Acaso se alegra cuando gana Federer?

T.N. No, claro, nos perjudica en el *ranking*, pero no le deseo nada malo. En el fútbol, esto se da al extremo. Compañeros que se hacen trampas, simulando faltas y penaltis, lesionar a un colega... Hay carreras que se han echado a perder así.

XL. ¿Cree que Nadal hace mejor a Federer, y viceversa?

T.N. No. Sin Federer, Rafa habría sido tres años n.º 1.

XL. Pero el tenis habría sido más aburrido en estos años...

T.N. ¡Te hubieras aburrido más tú, pero nosotros no! [se ríe]. Nos habría venido muy bien no tener a Federer enfrente. Seguro que él piensa igual. Sería más grande aún.

XL. Y una última cuestión. Pese a los éxitos de Rafa, el clan Nadal ha conseguido mantener un perfil público muy bajo. ¿Nunca los han perseguido 'alcachofa' en mano?

T.N. A Rafael, a veces. Es uno quien pone freno a esas cosas. Han salido fotos sin permiso... Mira, estamos en un Estado donde se legisla todo: cómo llevar a los niños en el coche, cómo construir tu casa, si puedo beber en la calle, todo se regula; en cambio, la libertad de prensa, no. Si los *paparazi* molestaran a Zapatero y a los diputados como a otros famosos, ¡lo rápido que cambiaban la ley! Provocaron la muerte de Diana de Gales y no pasó nada, ni se avergüenzan. Soy partidario de desterrar de televisión los programas de cotilleo. Debería haber restricciones a la libertad de prensa.

Fernando Goitia

< 1 2 3

■ imprimir ■ enviar a un amigo ■ valorar este artículo 0

FIRMAS

MAGAZINE

CONOCER

ELLA & ÉL

Artículo de portada



Buscador

Artículos

Buscar

XL Semanal por temas:

Opinión

Entrevistas

Actualidad

Deporte

Ciencia & Naturaleza

Arte & Historia

Belleza & Moda

Salud

Gastronomía

Motor

Viajes

Zona interactiva

Registro de usuarios

Buzón psicológico

Servicios

La trastienda digital

Canal inmobiliario

Canal TV

Canal Mujer

MAGAZINE EN PORTADA

Los mandamientos de Toni.

1. «Rafael siempre ha mantenido los pies en el suelo. Cuando lo has hecho desde pequeño, ya es un hábito y es más difícil que descarriles.»
2. «Lo que marca la diferencia es el trabajo duro.»
3. «Un niño aprende más de lo que ve que de lo que le dicen. Si le dices algo a tu hijo y haces lo contrario, mal vamos.»
4. «El trabajo más importante con Rafael se hizo de los 8 a los 17, luego fue ya dejarse llevar.»
5. «La disciplina es básica.»
6. «Si las cosas por `h´ o por `b´ se tuercen, debes mantener la exigencia, ser autocrítico en todo momento.»
7. «A Rafael, de niño, le marqué un objetivo a largo plazo: ser un gran profesional. En la vida hay que tener ilusión para avanzar.»
8. «Cuando ganas, hay que tener una actitud humilde. En la victoria debes relativizarlo todo.»
9. «Las cosas se pueden cambiar con tu actitud.»
10. «Cuando te pregunten: `¿Por qué has perdido?´, la razón es simple: el otro es mejor.»

EL ENIGMA DE
`UNCLE TONI´LOS MANDAMIENTOS DE
TONI.

«El éxito es una cuestión mental»