

**MH SIGUE
MI CONSEJO**
Isidre Esteve

Por Antonio Orti
Fotografía de Edu Rosa



Un tío con suerte

Isidre Esteve viene de correr el Dakar al volante de un Ssang Yong. Hace un año y pico una piedra se interpuso en su camino mientras disputaba el rally Baja Almanzora. Pero, lejos de lamentarse, ha sabido salir adelante con una entereza que impresiona.

Me recibe con una sonrisa que consigue que el día parezca menos frío en Oliana (Lleida). Mientras tomamos algo en el hotel de su hermano, hablamos de África y sus ojos se iluminan. En 2007, mientras se preparaba para volver allí en la que hubiera sido su onceava participación, la rueda trasera de su KTM 525 chocó contra un pedrusco que ocultaba la maleza. Sintió una puñalada en la espalda y como ésta se le llenaba de millones de cristales rotos. Allí, tendido en el suelo, su vida cambió. Y al principio fue duro, muy duro. Hasta hoy, cuando hemos querido ver cómo entrena con una máquina multiestación y una bicicleta invertida que le ha proporcionado Technogym. Tres horas después (sí, como lo oyes) empezamos a hablar del presente, tras dejar atrás una sopa humeante, un entrecot de buey y dos mandarinas.

Dime, ¿qué te ha enseñado el accidente?

"Que la vida son cuatro días y dos ya han pasado. Hay que vivir el presente. Ya pensaba así antes de sufrir el accidente, pero ahora todavía más. Para mí, en ese sentido, no ha sido un punto y aparte, sino un punto y seguido, porque ya tenía esa filosofía de la vida. La gente que vive sólo para trabajar, se equivoca. Espero que no lo descubra demasiado tarde".

Me imagino que el problema no es caerse, sino levantarse, ¿no?

"Desde luego. Hubo un periodo muy duro. Por eso, cuando te ocurre algo como lo que me ha pasado a mí es muy importante tener a la gente apropiada a tu lado. Por la parte que te toca, has de hacer todo lo que está en tus manos con lo que tienes. No hay otro camino: sólo con tu actitud puedes conseguir que tu futuro y el de la gente que te quiere sea diferente".

Pero...¿de dónde has sacado tanta fuerza mental para tirar adelante?

(Sonríe). "En gran parte se lo debo al Dakar. Pero no a la competición, sino a lo que descubrí

en África: sus gentes, su cultura, el trabajo en equipo... También en KTM viví muchos accidentes, así que me ha sido más fácil de asimilar. Respecto a la fuerza mental, uno no se conoce a sí mismo. Sólo en condiciones adversas te descubres. Pero nadie está preparado para esto. Hasta que no te toca, piensas que estos accidentes sólo les ocurren a los demás. En el mundo en que vivimos creemos que hay cosas que nos pertenecen. Pero no es cierto: hay un río que nos arrastra. Pero todo se puede cambiar. En realidad, sólo hay que tomar la decisión, pero normalmente la gente no arriesga porque tiene miedo. Lo más fácil es dejarse arrastrar corriente abajo, aunque eso no te da el control de tu vida".

O sea, que hay muchas personas dentro de uno mismo y sólo hay que descubrirlas...

¿Qué sabes ahora de ti que no supieras?

Sabía que me gustaba luchar y tomar decisiones en solitario, que siempre había vivido un poco a contracorriente. Nada de eso ha cambiado. Mi filosofía de la vida es la misma. Lo único, tal vez, ha sido descubrir que soy mucho más fuerte de lo que pensaba. +

¿Cómo te lo has montado para tener algo así como "paz interior"?

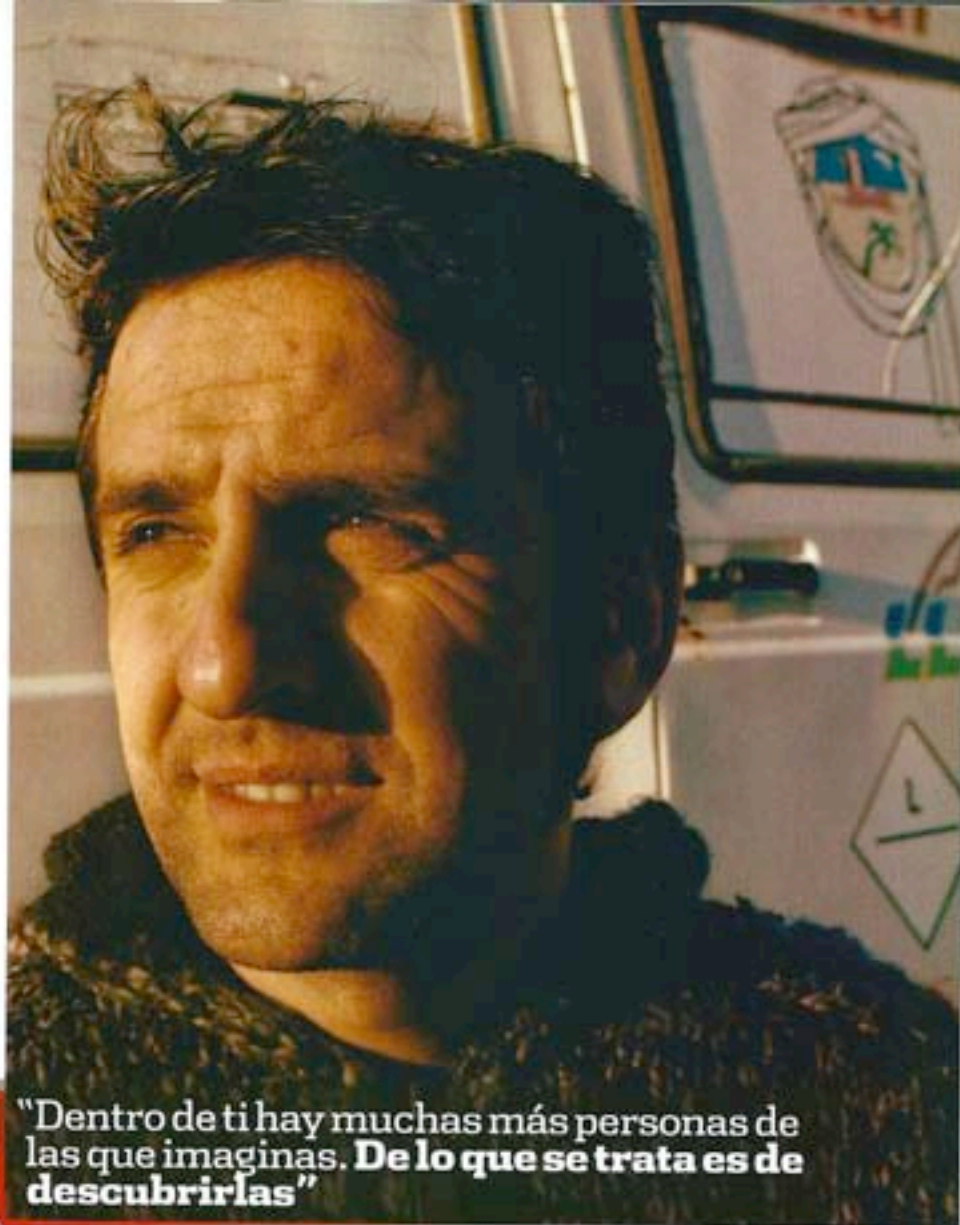
Haciendo lo que me gusta y poniéndolo en el centro de mi vida. Yo siempre he hecho lo que he querido. He luchado muchísimo para vivir la vida a mi manera. Siempre me ha gustado decidir mi vida. Todo lo que me daba la moto me encantaba. Recuerdo que después de entrenar me sentaba arriba de una montaña y me ponía a pensar, tranquilo, sin grandes problemas. Así que mi primer consejo para tener paz interior es luchar por las cosas en las que crees. Ahora, tras el accidente, me he tenido que adaptar a la vida. Durante el último año he aprendido muchas cosas que me han servido para ser más independiente.

¿Por ejemplo?

Ahora sé apreciar lo extraordinario de cosas pequeñas. Cuando tienes un accidente como el mío, te ves muy limitado, no puedes hacer casi nada y te preguntas: ¿cómo va a ser mi vida a partir de ahora? Por eso, algunas cosas a las que antes no les prestaba demasiada importancia han adquirido otra dimensión. Por ejemplo, sentarte a la orilla del mar y sorber un helado, estar en Oliana y sentir en la cara el aire que viene de la montaña, disfrutar con cada bocado que le das a un bistec... Para mí es como tener una segunda oportunidad. Yo creo que con el tema de la paraplejía lo más importante es normalizar tu vida. Si antes tu objetivo era vivir la competición, has de luchar por seguir así. Está claro que no puede ser lo mismo, pero sí puedes intentar que sea lo más parecido posible. Mi vida no es ahora ni mejor ni peor, simplemente distinta.

Háblame de la suerte. Después del accidente, ¿no te ha dado por rebobinar y pensar "si aquel día no hubiera hecho tal...", "si en lugar de ir con la rueda de delante levantada...?"

La suerte se trabaja. Nunca las cosas ocurren porque sí. Cuando alguien rompe el coche al tercer día, no es por mala suerte, sino porque alguien ha hecho mal su trabajo. Nada sucede por casualidad. No creo que el accidente fuera mala suerte, la verdad. Simplemente no vi la piedra. De haberla visto, la habría esquivado y no habría pasado nada. Personalmente, no me puedo reprochar nada. Llevaba las protecciones "Nek Brace" que uso en el Dakar. De hecho, no llegué a caerme de la moto,



"Dentro de ti hay muchas más personas de las que imaginas. De lo que se trata es de descubrirlas"

aunque eso no fuera suficiente para impedir que me rompiera dos vértebras, después de que la rueda trasera me propulsara como una catapulta y cayera bruscamente sobre el sillín. Si pensara así no podría salir a la calle, porque me podría caer una maceta en la cabeza y matarme, o estrellarse el avión que me devolverá a España desde Argentina, etc.

Así y todo me sorprende que hayas titulado tu libro, "La suerte de mi destino".

En realidad, yo quería titularlo "Un tío con suerte". Si te paras a pensar, el título que ha salido al final no es muy diferente.

¿Cuál es el mejor consejo que te han dado después de este duro revés?

Vive la vida al día porque pasa muy rápido.

Háblame de la autoestima...

Lo principal es valorarse a uno mismo y aprender a quererse. Sólo así uno puede conseguir ser feliz y estar contento con lo que hace.

¿Qué se siente después de haber vencido a la muerte?

Es difícil. Hubo un momento en el que sentí la eternidad del instante. Estaba tendido en el suelo y no sabía en que situación estaba: veía pero no sentía. Es complicado de describir. No sabes qué ha pasado, no sientes tu cuerpo. Luego hubo un momento en que noté como que volvía a la vida. Todo eso me ha quedado grabado a fuego vivo. Cuando estuve tres meses y medio metido en la "cajita de cristal" ya era consciente de lo que había ocurrido. Llegó un día en el que mi objetivo pasó a ser salir del hospital. Fue mi primer reto. Fue tan duro que pensé "todo lo que venga después será mejor".

Me he quedado alucinado viendo el tute que te pegas. ¿Cómo entrenas ahora?

Para mí, en estos momentos, el tema físico es muy importante, ya que me garantiza una mejor calidad de vida en mi día a día. Mi objetivo es doble: mantenerme en buena forma y prepararme para competir. Con la bicicleta



“Lo principal es valorarse a uno mismo y aprender a quererse. Sólo así puedes aspirar a ser feliz”

invertida trabajo el cardio: piensa que en Chile y Argentina estaré 8 o 10 horas conduciendo. También hago un trabajo aeróbico y anaeróbico. Con la “Kinesis” (se refiere a la máquina multiestación de Technogym), trabajo el tren superior, que es donde tengo los músculos que más me responden al esfuerzo. Por debajo de la lesión también hago ejercicios, pese a que soy consciente de que los resultados son difíciles de apreciar. En esa zona lo que intento es estimular el máximo de fibras posibles para tener más equilibrio y más control de mi cuerpo. En total, entreno 3 horas al día, 4 días a la semana, junto a Lidia (su fisioterapeuta y pareja) y Eric (su copiloto).

¿Cómo intentas superarte ahora?

¿Cuáles son tus retos?

Yo noto que cada día puedo hacer más cosas. Por ejemplo, cada día que pasa me es más fácil subirme al coche, puedo ir más rápido con la silla de ruedas y me cuesta menos ducharme o meterme en la cama. Esta es mi superación. Yo ahora compito en el día a día, en cosas que para otro no son importantes pero para mí sí. Mi principal reto ahora mismo es vivir, no “sobrevivir”. Y ganar el Dakar algún día... **»»**

LOS CONSEJOS DE ISIDRE ESTEVE

111 VIVE LA VIDA.

La vida son cuatro días y dos ya han pasado. Si vives solamente para trabajar, comienza a planteártelo antes de que sea demasiado tarde. En lugar de pensar tanto en el pasado y en el futuro, concéntrate en el presente.

121 SUPÉRATE CADA DÍA QUE PASE.

Es importante que te pongas pequeños retos para ir mejorando en tu día a día. Intenta buscar cosas que te permitan vivir la vida y no simplemente sobrevivir.

131 PASE LO QUE PASE, MANTÉN LA SONRISA.

Por muy triste que te sientas, por muchas cosas horribles que te pasen, intenta seguir sonriendo. Hay que ser optimista para que las cosas con las que sueñas ocurran. No renuncies a nada y tus sueños más íntimos tal vez se cumplan.



“LA SUERTE DE MI DESTINO”
Isidre Esteve
Editorial ARA LLIBRES

En su libro, Isidre cuenta sin perder la sonrisa un montón de anécdotas, algunas vivencias de su infancia, sus inicios en el Dakar y cómo África le ha cambiado la vida. El libro se abre con él en el suelo, justo después de caerse en la primera prueba del Campeonato de España de Raids (2007). Isidre no se muerde la lengua y cuenta como dos pilotos (a los que cita con nombres y apellidos) no se detuvieron pese a verlo tendido en el suelo, con lo que traicionaron el primer mandamiento motero: ayudarás a quien lo necesite y prestaras auxilio al accidentado. La amistad, el trabajo en equipo, la dignidad y las dunas de África están muy presentes en las 151 páginas.