



geoPlaneta


Prólogo de Andrés Iniesta

SERGIO LOZANO

Y LLORENÇ TARRÉS

Goles y cicatrices



geoPlaneta 

A la venta el 10 de abril de 2024



Prólogo de Andrés Iniesta

SERGIO LOZANO

Y LLORENÇ TARRÉS

Goles y cicatrices

El emocionante testimonio de un campeón que ha hecho de la lucha contra las adversidades su seña de identidad.

«Esto es algo más que una simple biografía deportiva de Sergio Lozano. Con este libro, Sergio no pretende regalarse un homenaje a sus méritos futbolísticos; lo que ansía es desvelar lo que esconde detrás de cada cicatriz, las que se ven en su rodilla y las que no se ven en su corazón. Este es el fruto de horas y horas de conversación hablando de deporte, de victorias y de fracasos, de lágrimas de alegría y lágrimas de dolor. De la vida, en definitiva.

Sergio es mi ídolo. No por sus golazos, ni por su talento, su físico o su éxito. Lo es porque responde a la definición de ídolo como sinónimo de ejemplo, algo tan escaso en nuestra sociedad. Un espejo en el que mirarse por su capacidad de luchar ante las adversidades que nos depara la vida, sea en el ámbito que sea». **LLORENÇ TARRÉS**

«A veces, el deporte nos permite conocer a personas que nos dejan huella y, aunque quizá ni lo sepan, nos ayudan a ser mejores. [...] Sergio Lozano es una estrella mundial del fútbol sala, un referente, una auténtica inspiración para las niñas y los niños que quieren jugar a este deporte. Eso es lo que se ve de él, pero lo que no se ve es aún mucho mejor.»

Del prólogo de **ANDRÉS INIESTA**

«Los deportistas sabemos mejor que nadie lo que se esconde detrás de nuestra pasión. Hay muchas horas de esfuerzo, trabajo y dedicación. Hay, por supuesto, momentos de desconsuelo y confusión cuando sufrimos lesiones. Lesiones graves. Como sabéis, le ha pasado a Sergio muchas veces. Es ahí cuando tienes que estar más que nunca. Es ahí cuando no se te ve, pero se te siente. Cuando él estaba fuera de la pista, más cerca quería estar yo. Sé lo que se pasa, sé lo que se sufre, sé lo mal que vive uno al estar alejado del balón. Todo nuestro mundo se desploma al padecer un problema físico.» Del prólogo de ANDRÉS INIESTA

EXTRACTOS DEL EPÍLOGO, DE LLORENÇ TARRES

«Sergio quería algo más que una simple biografía deportiva. Se la merece seguro, ya habrá tiempo para ello. Ahora, con la rodilla otra vez destrozada, podría tener sabor a retirada. En ningún momento pretendía regalarse un homenaje a sus méritos futbolísticos, lo que ansiaba era desvelar lo que esconde detrás de cada cicatriz, las que se ven en su rodilla y las que no se ven en su corazón.

Casi un año de recuperación y, a la par, casi un año trabajando en este relato que trata de profundizar y no quedarse en una superficie sobradamente conocida. Muchas charlas y buenos desayunos que han deparado horas y horas de conversación, que no entrevistas, hablando de deporte, de victorias y de fracasos, de lágrimas de alegría y lágrimas de dolor. De la vida, en definitiva, que viene a ser todo lo mismo. No es habitual que un deportista de alto nivel se exponga de forma tan abierta, que suelte cascadas de aciertos y errores para liberar todos sus pensamientos y lo que oscuramente se oculta tras una trayectoria repleta de éxitos.

En el mundo del deporte subimos a los altares al jugador triunfante, aquel que nos hace vibrar con esa vida que deseábamos llevar cuando éramos niños y nos preguntábamos qué queríamos ser de mayores. Yo quiero ser futbolista como este, quiero ser tenista como ese, quiero ser atleta como aquel. Cuando asumimos que el talento no nos fue otorgado a la hora del reparto, siempre buscamos a ese deportista que nos representa, pero entonces, y con la misma fiereza, los señalamos y los ponemos en el centro de la diana si no rinden. O cuando, simplemente, pierden. No me extraña en absoluto que la salud mental de los jugadores esté a la orden del día. De psicología deportiva se habla en este libro. Más que en mi previsión inicial, aunque mucho menos de lo que se debería. Ojalá pronto sea un tema menos tabú, ahora que tantos y tan famosos deportistas han abierto esa puerta».

(...)



geoPlaneta

«Lo que nos ha querido enseñar es que caer forma parte del arte de levantarse. Aunque algunos piensen que está loco por querer volver a jugar y que ya no tiene necesidad de hacerlo. No la tiene, cierto. Pero es que él no regresa tras cuatro operaciones para hacer historia, ganar más títulos o más dinero, o porque no sepa hacer nada más (créanme que, como amigo suyo, me preocupa poco su futuro). Él quiso y quiere regresar porque esa es su



pasión, porque le hace feliz tener una pelota en sus pies y porque, si metiéndola en una portería hace felices a los demás, la satisfacción es doble. Ah, y porque su preciosa Alejandra le ha pedido varias dedicatorias para sus próximos partidos».

RESILIENCIA

«Si algo me han enseñado las lesiones y, en general, la madurez tras tantos años compitiendo al más alto nivel es a relativizar el éxito y el fracaso, a los que separa una línea extremadamente fina».

(...)

«Es difícil describirse a uno mismo, pero somos mucho más que nuestro palmarés. Yo me considero una persona que intenta emplearse al límite de sus posibilidades, trabajadora y muy competitiva. Es la mejor forma de buscar el progreso constante. A mis treinta y cinco años sigo creyendo que puedo y que debo mejorar tanto en lo personal como deportivamente. Miro al detalle mis actuaciones y soy bastante crítico conmigo mismo, sin llegar al punto de castigarme. Soy realista: si lo he hecho bien, sé que lo he hecho bien. No necesito que nadie me diga lo bueno que soy o lo genial que he jugado. No compro el elogio gratuito; de la misma manera, rechazo la crítica destructiva. Suelo ser igual de consciente si no he estado fino o si he tenido un mal día.

La competitividad («yo compito, no juego») o el afán de victoria ya sabemos que son básicos para conseguir el éxito. Sin embargo, las batallas más decisivas se libran en nuestro interior. Tú eres tu mayor rival, a nadie te vas a enfrentar tantas veces como a ti mismo. Hay que desafiarse constantemente y tener la capacidad de buscar la excelencia en todo momento. Los grandes jugadores se definen por cómo se analizan y hasta qué punto se llegan a conocer a sí mismos. De esta manera, son capaces de aprovechar las buenas dinámicas o saben dónde incidir a la hora de corregir errores.

Si algo me han enseñado las lesiones y, en general, la madurez tras tantos años compitiendo al más alto nivel es a relativizar el éxito y el fracaso, a los que separa una línea extremadamente fina. Estoy completamente de acuerdo con Rafa Nadal cuando decía que él intenta estar lo más estable posible cuando gana y cuando pierde. Si tu conciencia está tranquila porque has dado lo mejor de ti, nunca podrás cuestionarte un resultado. Menos aún cuando hay un oponente que puede haber jugado mejor que tú. Eso es parte del juego y hay que aceptarlo como tal. Nadie ganará siempre. Y nadie va a ser siempre derrotado. Así que no pierdas de vista el mundo ni el rumbo de la mejora. Es lo que te llevará a buen puerto.

En esa batalla infinita con uno mismo, «resiliencia» es una de mis palabras favoritas. Creo que describe a la perfección mi forma de ser y todo aquello que me ha tocado vivir dentro y fuera de las pistas. Mi forma de afrontar este largo proceso que ahora llega a su fin es una buena muestra de ello.

Cuando por edad ya podría estar tentado a pensar en la retirada, habría sido muy fácil decir: «No voy a pasar por esto otra vez. ¿Para qué? No me veo capaz». Sería lícito y respetable, ¿quién me lo habría podido reprochar? Ahora es fácil pensar que pronto volveré, pero detrás de esta decisión hay confianza en mis posibilidades, mucho trabajo y su consiguiente sufrimiento. Una sucesión de días y noches intentando mantener la cabeza fría, porque sin un buen trabajo mental es imposible superar un proceso así por cuarta vez.

Ya casi puedo decir que lo he logrado. Hoy me reincorporo al grupo tras 260 días de baja».



EL SUEÑO

«Mi sueño era seguir jugando al fútbol sala, es lo que más me apasiona, y ahora tengo otra oportunidad — quizás la última — de hacerlo. Es de locos, dicen». (...) «Ya sabéis a qué estoy dispuesto yo por volver a jugar. Entiendo que habrá gente, especialmente los que me quieren, que sufrirá cuando me vea en acción, que tendrá miedo por si vuelve a pasar. Sin embargo, hay que asumir ese riesgo. Juntos nos levantaremos las veces que haga falta.»

(...)

«Contar mi experiencia me ha servido para evadir la cabeza durante este largo proceso de rehabilitación y, más allá de eso, ha tenido un punto de liberación, casi terapéutico. Soy capaz de llorar delante de la gente, incluso en pleno relato he llorado, cuando asumes que hay recuerdos que se clavan. Mostrar mis sentimientos, abrirme públicamente, es algo que me hace sentir bien. Me da paz.

Espero y deseo que mi testimonio sea bueno para cualquier persona, deportista o no, amateur o profesional, que esté pasando por un mal momento. Ojalá pueda servirle a cualquiera que se sienta identificado para sentirse mejor, para cambiar la forma de afrontar las desgracias y para ser más positivo en la vida. No tenía más pretensión que esa: ayudar, a mí el primero. Si consigo llegar a alguno de vosotros, que sepáis lo que he vivido, lo que he sufrido y lo que he peleado, me daré por más que satisfecho.

Pasión. Hay mucha gente que practica deporte como hobby. Quizás no se dedican a ello, pero es su manera de vivir. Tener esa pasión es ser deportista, no hay que ser el mejor ni ganarse la vida con ello. El deporte es salud, es vida. No hay mejor dinero ni tiempo invertido, al menos a mí me ha enseñado unos valores incalculables y doy gracias a mi familia por haberme inculcado esa pasión.

Resiliencia. Animo a todos a que luchen por aquello que quieren. Siempre habrá dificultades a la vuelta de la esquina, esos obstáculos no deben frenarte. Quitá de tu cabeza todo el ruido y te sorprenderá hasta dónde puedes llegar. Lo realmente importante es cómo te sobrepones a los problemas y cómo luchas para conseguir lo que deseas. Insiste y persiste cuando algo parezca (o te digan) que es imposible, eso es fundamental. Como dice Álex Roca, el límite te lo pones tú. No hay obstáculo insalvable.





Determinación. ¿A qué estás dispuesto tú por conseguir un trabajo, sacarte una oposición o, yo qué sé, enamorar a la persona que te gusta? Cualquier objetivo en la vida será más alcanzable si luchas con todo y si realmente lo deseas.

Mi sueño era seguir jugando al fútbol sala, es lo que más me apasiona, y ahora tengo otra oportunidad — quizás la última — de hacerlo. Es de locos, dicen. Parecía imposible en abril, pero nunca perdí la ilusión. Hace un rato crucé el pasillo que formaron mis compañeros para darme la bienvenida al grupo. Era un momento que deseaba que llegara desde hace mucho tiempo. Ese pasillo es como nuestra vida deportiva: demasiado corta y efímera para no disfrutarla a cada momento.

Ya sabéis a qué estoy dispuesto yo por volver a jugar. Entiendo que habrá gente, especialmente los que me quieren, que sufrirá cuando me vea en acción, que tendrá miedo por si vuelve a pasar. Sin embargo, hay que asumir ese riesgo. Juntos nos levantaremos las veces que haga falta.

Ese es el legado que me dejó mi padre, lo que llevo tatuado y lo que deseo transmitir a Alejandra».

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Prólogo, por Andrés Iniesta
Capítulo 1. Otra vez aquí
Capítulo 2. Crack
Capítulo 3. Empieza mi partido
Capítulo 4. La pasión gana a la presión
Capítulo 5. La Sala
Capítulo 6. La perspectiva del dolor
Capítulo 7. Soledad
Capítulo 8. Disfrutar el camino
Capítulo 9. Tiempo muerto
Capítulo 10. El templo
Capítulo 11. Mi otro currículum
Capítulo 12. La llamada
Capítulo 13. La espina de la selección
Capítulo 14. Un café con Rocío
Capítulo 15. Lo que Antequera me quitó
Capítulo 16. Sensaciones renovadas
Capítulo 17. Dispuesto a todo
Capítulo 18. Visualización
Capítulo 19. Cuento contigo
Capítulo 20. Resiliencia
Capítulo 21. El sueño
Epílogo, por Llorenç Tarrés

SERGIO LOZANO MARTÍNEZ

es jugador profesional de fútbol sala. En el 2011 ficha por el FC Barcelona, club con el que ha conseguido prácticamente todos los títulos posibles y numerosos reconocimientos individuales. Antes, defendió las camisetas de Boadilla Las Rozas, Cartagena y Caja Segovia. Internacional absoluto con España, fue escogido mejor jugador del mundo en el año 2013.



LLORENÇ TARRÉS COSTA

es periodista deportivo. Ha trabajado en medios de TV, radio y prensa escrita. Desde el año 2009 forma parte de los canales oficiales del FC Barcelona. Entre otras facetas, ha cubierto de primera mano la actualidad del equipo de fútbol sala durante más de una década.

GOLES Y CICATRICES

Sergio Lozano y Llorenç Tarrés

Geoplaneta, 2024

15 x 23 cm.

224 páginas

Rústica c/ solapas

PVP c/IVA: 18,95 €

A la venta desde el 10 de abril de 2024



Para más información a prensa y entrevistas:

Lola Escudero. Directora de Comunicación Geoplaneta

Tel: 619 212 722

lescudero@planeta.es