

**Josef Ajram**, *ultraman*



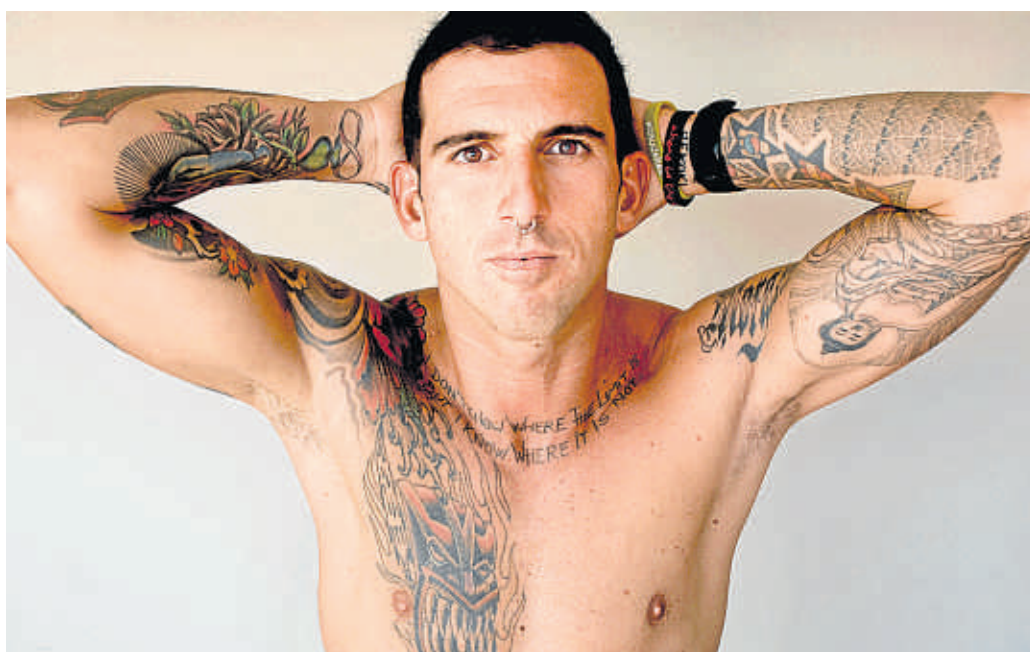
VÍCTOR-M. AMELA

IMA SANCHIS

LLUÍS AMIGUET

**Tengo 32 años. Nací y vivo en Barcelona. Soy 'day-trader', especulador en bolsa. Estoy separado y tengo una hija, Morgana (7 meses). Soy de derechas, pero no de Rajoy. No me planteo la cuestión religiosa. He hecho cinco pruebas Ironman y tres Ultraman, y voy a por la cuarta**

**“¿Dónde está mi límite? No sé: ¡yo me niego a ponérmelo!”**



XAVIER CERVERA

**E**stoy ante un ultraman? ¡Tres veces ultraman, ja, ja...! ¿Qué es Ultraman? Una prueba atlética extrema. Se convoca anualmente, y sólo concurren 35 personas cada vez. Me estrené en el 2007, y fui el primer español en participar.

**¿En qué consiste la prueba?**

Dura tres días: el primer día, nadamos 10 kilómetros seguidos en el mar y, al salir del agua, corremos 145 kilómetros en bicicleta.

**Ya estoy muerto...**

El segundo día recorreremos 276 kilómetros en bicicleta: ¡la bici es mi punto fuerte, mi parte favorita! Y el tercer día corremos dos maratones, o sea, 84 kilómetros seguidos.

**¿Y cómo acaba usted?**

Acabo. ¡Y eso es lo que me importa! Terminar es mi aspiración, y esa es la clave. No me apetece competir contra un cronómetro ni contra otros deportistas...

**¿Por qué hace usted estas cosas?**

¡Por el reto! Siempre me gustó el deporte..., y me encanta explorar mis límites.

**¿Y ya sabe dónde están sus límites?**

Lo llevo tatuado en el pecho, mire: “No sé dónde está el límite. Sí sé dónde no está”.

**Explíquelo.**

Sólo planeo objetivos a corto plazo. Y en

cuanto he alcanzado un objetivo..., me planteo el siguiente. Vivo el *carpe diem*: “mañana” es para mí un largo plazo. En bolsa soy *day-trader*, es decir, especulador de un día: afronto objetivos para ese día, ¡y nada más! ¡Mañana puedes estar muerto...!

**¿Es igual en el deporte que en la bolsa?**

Sí, es lo mismo como atleta que como bróker: siempre hay algún objetivo que superar, algún límite que explorar. Y una vez superado, ¡hay otro! La vida tiene fecha de caducidad..., pero lo peor es creer que no te queda ya nada por descubrir.

**¿Qué momento ha sido el más duro en esas competiciones tan extremas?**

Los últimos kilómetros de mi primer Ironman, en el 2004, con aquel calor, aquella humedad... Casi me arrastraba, y lloraba, destrozado. Oí a un asistente gritar: “¡Sólo te queda un kilómetro para tu sueño!”. Y llegué. ¡Y entonces supe que sería capaz de lograr todo lo que me propusiera en mi vida!

**¿Tiene un truco para resistir y acabar?**

Sí: sólo me planteo los próximos 15 minutos. ¿Quién no puede correr 15 minutos? Cuando los completo, me regalo algo: un sorbo de agua, un trozo de barrita energética, algo de bebida isotónica... ¡Y a por los próximos 15 minutos!

**Engañar a la mente, ¿no?**

### Vivir al día

A los 28 años, Josef movía 360 millones de euros al año, se regalaba coches deportivos y relojes de lujo y quemaba *afters*. Su talento como bróker le aupó a una vida en alta tensión. Pero los retos deportivos le pusieron nuevos límites, y perseguirlos perfiló su vida nueva: Ironman, Ultraman... Son las pruebas atléticas más extremas del planeta, con las que vence sobre sí mismo (para no volver a sentirse como la vez en que suspendió la selectividad...). Su vida refleja su filosofía: parcelar objetivos, limitar pérdidas y *carpe diem*. Lo explica en su libro *¿Dónde está el límite?* (Plataforma) y lo detalla en su página [www.josefajram.com](http://www.josefajram.com), así como a sus miles de seguidores en Facebook.

La clave es parcelar tus objetivos, fraccionarlos: de este modo, lo que parecería una montaña ¡se convierte en algo asequible! Así lo explico en mis cursos de iniciación a la bolsa y a los negocios: parcelate tus objetivos, y salta de un límite al siguiente...

**Siempre desplazar un poco más los límites: ¿es su filosofía vital?**

Sí, y por eso llevo también tatuado el número pi en el brazo. El patrón de esta filosofía mía lo encuentro en el número pi: se le han hallado ya 206.000 millones de decimales..., ¡pero siempre aparece un decimal más allá, y otro, y otro...! Siempre hay otro límite.

**¿Le va bien así en la bolsa?**

Sí. En el pasado gané y perdí muchísimo dinero. Decidí abandonar aquella angustia, no vivir así. Hoy especulo dos horas al día, de 9 a 11 de la mañana: así gano lo suficiente para vivir, y libero tiempo para entrenarme y para mis viajes y aventuras deportivas.

**No está mal su vida...**

Soy amo de mi vida, dueño de mi tiempo. ¿Hay algo más importante? Lo prefiero a la seguridad. Mucha gente me escribe diciéndome que querría hacer como yo... Por eso imparto cursos de bolsa. Yo ni juego ni invierto: sólo especulo. Y soy bueno en eso.

**¿Cómo aprendió?**

Desde niño me atrajo la bolsa, y cuando vi que en mis estudios empresariales no enseñaban nada de eso, los abandoné... y busqué mi objetivo: me plantaba cada mañana en la bolsa, a mirar, tomar nota, preguntar...

**Un consejo para quien quiera hacerlo.**

Estar dispuesto a comprar y vender rápido, con una pequeñísima ganancia... y con alguna pequeña pérdida. El error es pretender ganar mucho y no perder nunca nada: ¡acabas por arruinarte! En la vida es igual: hay que perder (de forma limitada), pues para ganar hay que estar dispuesto a perder algo.

**Le veo cojear...**

Regreso de la Transalpine Run, travesía de 300 kilómetros por los Alpes, con ascensiones acumuladas de 15.000 metros, pero lo peor son las bajadas: me torcí el tobillo...

**¿En qué otras pruebas ha participado?**

En cinco Ironman (en un día, 3,8 kilómetros nadando, 180 kilómetros en bicicleta y un maratón), en cuatro Marathon des Sables (correr por el Sáhara con tu sustento a cuestas), dos Titan (mountain bike), un Tour Everis (4.000 kilómetros en bicicleta en 23 días, Portugal-España-Italia)...

**Estará entrenándose siempre...**

A la semana nado 10 kilómetros, recorro 500 kilómetros en bici y corro otros cien.

**¿Y qué dieta lleva?**

Desayuno como un rey (hoy, macedonia de frutas, tortilla de atún, café con leche), como como un príncipe (pasta y carne) y ceno como un mendigo (ensalada).

**¿Seguirá con su ritmo deportivo?**

Sí, porque ahora me sigue muchísima gente, ¡tengo 100.000 visitas diarias en mi página web! Así que yo hoy ya no corro solo, voy arropado, me acompaña toda esa gente.

VÍCTOR-M. AMELA