

## Cristianismo para atletas #8: ¡Sos tan débil!

Luis Fernando Aragón V., Ph.D., FACSM  
Escuela de Educación Física y Deportes  
Universidad Costa Rica

Esta serie de reflexiones cortas está dirigida a atletas que profesan la fe cristiana, en un esfuerzo por combinar el deporte y el cristianismo. Sus contenidos probablemente calcen mejor con la tradición Católica, puesto que algunas de las citas que utilizo son de libros deuterocanónicos de la Biblia o de algunos de los Papas. Confío, sin embargo, en que los atletas de otras denominaciones cristianas también encuentren riqueza espiritual en estos textos.

Se me parte el corazón cuando veo a un atleta caerse durante una competencia o lesionarse en uno de los eventos de los Juegos Olímpicos. Pero es peor aún verlos darse por vencidos. Está bien, claro que soy consciente de que si uno está corriendo los 800 metros, se tropieza y cae, es imposible que se levante y logre recuperar el tiempo perdido haciendo un mayor esfuerzo. ¿No es cierto? Bueno, se dice que Eric Liddell logró justamente eso en los 400 metros planos en Stoke-on-Trent, en julio de 1923: ganó el primer lugar luego de caerse en la primera curva de la carrera. Otra excepción es Sifan Hassan quien, durante las eliminatorias de clasificación de los 1500m en Tokyo 2020, se cayó faltando 400 metros para terminar la carrera, ¡pero se levantó y terminó de primera! (Véala con sus propios ojos: [Sifan Hassan trips and falls but ROARS BACK to win 1500m prelim | Tokyo Olympics | NBC Sports \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=...)). De todas maneras, comprendo por qué la mayoría de las y los atletas podría optar por rendirse, pero sería mejor para ellos si se levantaran de nuevo y corrieran presurosos hacia la meta. El no hacerlo demuestra lo débiles que son.

Sí, los atletas son increíblemente débiles. ¿Alguna vez se ha considerado una persona *vulnerable*? Aunque usted no lo crea, a los atletas se les podría considerar un grupo vulnerable cuando se valoran éticamente los proyectos de investigación con seres humanos, así como se consideran vulnerables los niños, los prisioneros, las personas adultas mayores y las que tienen discapacidad mental. Las personas de estos grupos a menudo no están en capacidad de dar su consentimiento voluntario para participar en las investigaciones; en el caso de las y los atletas, se les podría considerar incapaces de dar su consentimiento debido a que la presión tácita o explícita de sus compañeros de equipo o de sus entrenadores podría ser especialmente alta, o debido a que su deseo de ganar a toda costa los podría empujar a tomar malas decisiones (Aragón Vargas, 2015).

Como atleta, y precisamente por poseer esas cualidades que hacen de usted un buen atleta, usted es especialmente vulnerable a la adicción: adicto a la victoria, a la fuerza, a su propia belleza y habilidad, esos bienes inferiores a los que se refirió el Obispo Robert Barron durante una conversación con Sal Di Stefano, del popular podcast en inglés *Mind Pump Media*:



“Es inevitable hacerse adicto cuando uno se queda pegado en uno de esos niveles bajos, precisamente por esa razón: alcanzás el físico que siempre quisiste tener, es como decir ‘este es el premio mayor que estaba persiguiendo’. Pero entonces al día siguiente vas a decir, ‘OK, pero ahora tengo que lograr algo mejor, y tengo que esforzarme más, y tengo que continuar persiguiéndolo’ (...) Debido a que el corazón está hecho para apuntar a Dios en vez de apuntar a estos bienes menores, me quedo atrapado en un patrón de adicción, porque me digo ‘no me basta, no estoy contento, no tengo lo que quiero, necesito más y más y más de este bien inferior’. Y la respuesta es: no, no necesitás más de eso. En su lugar, tomá ese bien menor (...) y procedé a entregárselo a Dios de modo que podás decir ‘estoy haciendo esto *ad maiorem Dei gloriam*’, como dijo Ignacio, ‘para la mayor gloria de Dios’. ¡Entonces tu (logro) conseguirá tener su verdadero significado!” (Barron, R., 2021. Traducción libre).

Está bien, de acuerdo: si nunca intentarás nada grandioso, estarías mucho más seguro, pero tu interés no es estar seguro, sino GANAR. Sin embargo, tu deseo de honrar a Dios debería ser mucho mayor que tu deseo de ganar. Adelante, a ganar, pero hay que hacerlo bien: para la mayor gloria de Dios. Serás mucho más fuerte—y estarás mucho más seguro—en el proceso.

Veamos tu debilidad desde una perspectiva distinta, una que nos recuerda la reflexión anterior sobre idolatría:

“El herrero toma una herramienta y con ella trabaja sobre las brasas; con martillo modela un ídolo, con la fuerza de su brazo lo forja. Siente hambre y pierde las fuerzas; no bebe agua y desfallece. El carpintero mide con un cordel, hace un boceto con un estilete, trabaja con el escoplo y lo traza con el compás. Le da forma humana; le imprime la belleza de un ser humano, para que habite en un santuario (...) se postra ante él y lo adora. Y suplicante dice: «Sálvame, pues tú eres mi dios.»” (Isaías 44:12-13, 17b).

O también, observemos con cuidado al atleta: se prepara, practica, se esfuerza y perfecciona. Fortalece sus músculos, mejora su técnica, se foguea con los mejores y concentra toda su atención en su deporte. Sí, le da hambre y sed y pierde las fuerzas; sabe bien que debe alimentarse e hidratarse con frecuencia. Y cuando triunfa probablemente leerá los periódicos o verá las noticias y dirá: “¡Soy el mejor! Yo me debo esta victoria sólo para mí”. Pero su cuerpo es más frágil y requiere más atención y cuidado que el de un hombre normal: pone toda su confianza en algo que pasa y que sólo es vanidad. (Aragón-Vargas, 1991).

Los seres humanos tenemos una curiosa obsesión con el alto rendimiento, la belleza y la perfección. Es muy probable que se deba al hecho de haber sido creados a imagen y



semejanza de Dios. Sin embargo, ¡qué interesante que conforme más nos acercamos a la perfección, mayor es nuestra fragilidad! Probablemente sea porque, debido al pecado, estamos condenados al caos y la imperfección y todo lo que hacemos en este sentido son vanos intentos por escapar de ahí. Sólo en Cristo, al final de los tiempos, alcanzaremos la verdadera perfección, y no habrá más lesiones, ni enfermedad, ni envejecimiento, y las marcas personales irán siempre en aumento, y nada de eso importará de todos modos, porque estaremos eternamente en la presencia de Dios (cp. Apocalipsis 21:3-40) (Aragón-Vargas, 1991).

A pesar de su debilidad, las y los atletas pueden estar en una posición privilegiada, si tan solo le prestan atención a las palabras del Papa Montini cuando se dirigió a los ciclistas que competían en el *Giro D'Italia* de 1964:

“El sentido de esta visita es (...) la intuición de que el deporte, además de realidad sensible y experimental, es un símbolo de una realidad espiritual, que constituye la trama oculta pero esencial de nuestra vida; la vida es un esfuerzo, la vida es una pugna, la vida es un peligro, la vida es una carrera, la vida es una esperanza en una meta que trasciende la escena de la experiencia común, que entrevé el alma y la religión nos la presenta. (...) Expresad) con vuestra presencia un deseo, una oración, de ser capaces de ser dignos, no sólo de representar, sino de conquistar esa meta final que es el verdadero y último destino de la vida.” (Papa Pablo VI, 1964).

Este artículo es la versión en español del original en inglés: Aragón Vargas, L.F. (2022). *The Catholic Athlete #8: You are so weak!*, disponible en el repositorio institucional Kérwá de la Universidad de Costa Rica <https://hdl.handle.net/10669/86456>

## Referencias:

Aragón-Vargas, L.F. (1991). *Algunas reflexiones sobre cristianismo y deporte*. Repositorio Institucional Kérwá, Universidad de Costa Rica. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10669/416>

Aragón-Vargas, L. F. (2015). *La ética de la investigación científica (con énfasis en las ciencias del movimiento humano)* (versión original en español). *Pensar En Movimiento: Revista De Ciencias Del Ejercicio Y La Salud*, 13(2), 1–29. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v13i2.20787>

Barron, R. (2021). *An Antidote to Hostility: Bishop Barron on Mind Pump*. [Un antídoto a la hostilidad: el Obispo Barron en el programa *Mind Pump*] Word On Fire Programa #309. Disponible en <https://www.wordonfireshow.com/episode309/>



Papa Pablo VI (1964). Alocución del Santo Padre Pablo VI a los participantes en la vuelta ciclista a Italia, sábado 30 de mayo de 1964. Disponible en [https://www.vatican.va/content/paul-vi/es/speeches/1964/documents/hf\\_p-vi\\_spe\\_19640530\\_giro-italia.html](https://www.vatican.va/content/paul-vi/es/speeches/1964/documents/hf_p-vi_spe_19640530_giro-italia.html)

Todas las citas bíblicas (excepto cuando se indica) son de la Santa Biblia, NUEVA VERSIÓN INTERNACIONAL® NVI® © 1999, 2015, 2022 por Biblica, Inc.®, Inc.® Usado con permiso de Biblica, Inc.® Reservados todos los derechos en todo el mundo. Used by permission. All rights reserved worldwide.

