

## Cristianismo para atletas #7: Primero yo, segundo yo y último yo

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.

**Trabajo en equipo.** Es posible que los atletas tengan una idea más clara de lo que significa el trabajo en equipo, pero no son inmunes al mundo, la carne y el demonio. La sociedad es cada vez más individualista (me disculpo por la aparente contradicción) y todos estamos bajo una enorme presión para ser egoístas: sentimos que, si no nos ocupamos de defender nuestros intereses, nadie más lo hará. El mercadeo está implacablemente afinado para asaltar sus preferencias y las mías. Cada atleta, en particular, está en una lucha constante por equilibrar el trabajo en equipo y el altruismo, por un lado, con el autocuidado y la administración de su carrera deportiva, por el otro. En este breve artículo quisiera inclinar la balanza en contra del individualismo.

En el béisbol y el fútbol existe el toque de sacrificio: el jugador renuncia a la posibilidad de llegar a primera base, de correr las bases y quizás hasta de anotar una carrera, con el propósito de permitir que otro jugador avance y aumentar las posibilidades de que su equipo anote. Hace mucho tiempo, en mis días de jugador de voleibol, el entrenador me pedía (con demasiada frecuencia para mi gusto) que saltara y simulara que iba a rematar para distraer a la defensa contraria de modo que otro jugador pudiera hacer un buen remate y anotar un punto... eso era como hacer múltiples asistencias en baloncesto sin recibir crédito alguno.

A pesar de esas jugadas especiales en algunos deportes, he visto pocos ejemplos de trabajo en equipo tan impresionantes como los que se ven en el ciclismo de ruta profesional. En competencias de múltiples etapas como la *Vuelta a España*, el *Giro D'Italia* o el *Tour de France*, el trabajo de equipo es esencial. Véase por ejemplo el *Giro* de 2019 y el equipo Movistar: Mikel Landa, seleccionado para ser el líder del equipo, tuvo un rendimiento muy bajo en las primeras etapas. Aunque todavía estaba compitiendo por un lugar en el podio de la competencia de ese año, su compañero de equipo Richard Carapaz pasó a tener buenas posibilidades de alcanzar el primer lugar, lo cual hizo que se modificara la estrategia del equipo. A Landa se le pidió que se convirtiera en peón y que le ayudara a Carapaz con la *maglia rosa*... lo cual le representó perder el tercer lugar por 8 segundos ¡después de noventa horas (sí, 90 horas) de arduo pedaleo!

Estos ejemplos—y algunos otros mucho mejores que usted probablemente conoce—están cerca del corazón de cada atleta. Ahora bien, quisiera aprovechar la oportunidad para extender esta idea de trabajo en equipo a la necesidad de tener las prioridades correctas: habrá



ocasiones en las que el bienestar de una amiga o un compañero de clase será más importante que ganar una competencia deportiva en particular. El atleta cristiano debe mantener su corazón abierto, sus oídos deben estar atentos al susurro de Dios cuando aparecen esas oportunidades.

Los atletas están acostumbrados a darle prioridad al deporte, anteponiéndolo a su vida social, al descanso, al estudio, al trabajo, a la familia y a la diversión y, ciertamente, a menos que lo hagan será muy difícil que sean exitosos. Pero siempre existe esa tentación, esa trampa de centrarse demasiado en sí mismos. Mientras tanto, Dios quiere que todas las personas cristianas tengan sus prioridades claras (Aragón-Vargas, 1991). Dios debe ser el número uno:

“Escucha, Israel: El Señor nuestro Dios es el único Señor. Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con todas tus fuerzas.”

(Deuteronomio 6:4-5).

Más aún, nuestro entrenamiento espiritual para alcanzar el reino de Dios debe prevalecer sobre el éxito deportivo:

“(…) Más bien ejercítate en la devoción pues, aunque el ejercicio físico trae algún provecho, la devoción es útil para todo, ya que incluye una promesa no solo para la vida presente, sino también para la venidera.”

(1 Timoteo 4:7b,8.)

Este artículo es la versión en español del original en inglés: Aragón Vargas, L.F. (2022). *The Catholic Athlete #7: Me, myself, and I*, disponible en el repositorio institucional Kérwá de la Universidad de Costa Rica <https://hdl.handle.net/10669/86455>

## 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>

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.

