

Cristianismo para atletas #5: ¿Dónde está tu fuerza?

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.

Los atletas de élite se caracterizan por su disciplina y dominio propio. Saben bien que pueden dominar sus propios cuerpos. Se saben físicamente superiores; su voluntad es más fuerte que la de la mayoría de las personas. Pero ¿dónde reside a fin de cuentas la fuerza del atleta cristiano? (Aragón-Vargas, 1991). No en su juventud, pues “aun los jóvenes se cansan, se fatigan, los muchachos tropiezan y caen” (Isaías 40:30), ni tampoco en su propia fuerza ni sus recursos, porque “no se salva el rey por sus muchos soldados ni por su mucha fuerza se libra el valiente.” (Salmo 33:16). La fuerza de una persona cristiana no está en su grandeza ni en su popularidad; el salmista nos advierte que “es mejor refugiarse en el Señor que confiar en el hombre. Es mejor refugiarse en el Señor que confiar en gente poderosa.” (Salmos 118:8-9).

Por supuesto, es cierto que existe un tipo de fuerza fisiológica que tiene que ver con la aptitud física, así como hay otro relacionado con la fuerza de voluntad; ambos están limitados, sin embargo, por lo que cada persona posee en un momento determinado. Pero la fuerza y el vigor que vienen de Dios nada tienen que ver con la musculatura o la determinación o el poder político o económico. Dependen de temer a Dios, de confiar y esperar en Él:

“No se salva el rey por sus muchos soldados
ni por su mucha fuerza se libra el valiente.
Vana esperanza de victoria es el caballo;
a pesar de su mucha fuerza no puede salvar.
Los ojos del Señor están sobre los que le temen;
de los que esperan en su gran amor.
Él los libra de la muerte
y en épocas de hambre los mantiene con vida.”

(Salmos 33:16-19).

Como deportista que profesa la fe cristiana, usted debe evitar caer en la tentación de pensar que su victoria depende únicamente de cumplir con su rutina de entrenamiento, o pensar que tiene el control absoluto de su vida, o pensar que podría, por su propio esfuerzo y nada más, saltar aunque fuera un centímetro más alto (cp. Mateo 6:27). Cada atleta debe ciertamente dar todo lo que tiene para ganar, pero cuanto menos confíe en su propia fuerza y cuanto más se abandone en las manos de Dios, mayor será su vigor y más resonantes sus victorias. Hay



un pasaje de la Biblia que era uno de mis favoritos cuando estudiaba Educación Física en la universidad y tenía 21 años; sigue siendo un favorito más de 40 años después:

“¿Acaso no lo sabes? ¿No lo has oído?
El Señor, el Dios eterno,
el creador del mundo entero,
no se fatiga ni se cansa;
su inteligencia es infinita.
Él da fuerzas al cansado,
y al débil le aumenta su vigor.
Hasta los jóvenes pueden cansarse y fatigarse,
hasta los más fuertes llegan a caer,
pero los que confían en el Señor
tendrán siempre nuevas fuerzas
y podrán volar como las águilas;
podrán correr sin cansarse
y caminar sin fatigarse.”
(Isaías 40:28-31. DHH)

Hay otros pasajes bíblicos conocidos en los cuales la fuerza y la victoria le pertenecen a Dios nuestro Señor. Por ejemplo, la historia de Gedeón, que derrotó a un gran ejército con solamente 300 hombres (Jueces, capítulo 7), o el joven pastor David que derrotó al soldado gigante Goliat (1 Samuel, capítulo 17). Un versículo favorito de muchos cristianos es “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Filipenses 4:13). Pero pocas personas están familiarizadas con el siguiente pasaje de los Macabeos:

“Pero al ver éstos el ejército que venía contra ellos, le dijeron a Judas: —¿Cómo podremos luchar, siendo tan pocos, contra un ejército tan numeroso y fuerte? Además, desde ayer estamos sin comer, y ya no tenemos fuerzas. Judas respondió: —Es fácil que una gran multitud caiga en poder de unos pocos, pues para Dios lo mismo es dar la victoria con muchos que con pocos. En una batalla, la victoria no depende del número de los soldados, sino de la fuerza que Dios da. Ellos vienen contra nosotros, llenos de orgullo y de impiedad, a matarnos a nosotros, a nuestras mujeres y a nuestros hijos, y a robarnos lo que tenemos. Nosotros, en cambio, luchamos por nuestras propias vidas y por nuestras costumbres. Así que no les tengan miedo, pues Dios los hará pedazos ante nuestros ojos. En cuanto acabó de hablar, se lanzó sin más sobre los enemigos, y Serón y su ejército fueron derrotados.”

(1 Macabeos 3:17-23. DHH).

Desde otra perspectiva, ¿dónde reside el poder para la proclamación de la Palabra de Dios? Toda persona cristiana tiene el compromiso de evangelizar, de comunicar el Evangelio (“las buenas nuevas”) a quienes le rodean. ¿Cuántas veces no hemos escuchado a cantantes o atletas decir que su éxito es importante para poder glorificar a Dios y tener un mayor impacto



cuando predicar? (Aragón Vargas 1991). “Yo había prometido que fuera que ganáramos o perdiéramos, sería para la honra y gloria de Dios. Por supuesto que la gloria fue mayor para Dios y para mí cuando ganamos, porque la victoria me dio una mejor plataforma para predicar” (Roger Staubach, de los Dallas Cowboys en Hoffman, S.J.: *The Sanctification of Sport*, *Christianity Today*, 4 de abril de 1986, p.20. Traducción libre). Pero yo vuelvo a preguntar: ¿dónde está tu fuerza?

Una carta antigua de la Iglesia, escrita por Pseudo-Clemente, nos sugiere la perspectiva correcta para el atleta cristiano. En ella les escribió a algunos jóvenes discípulos:

“Pseudo-Clemente (probablemente Clemente I, papa y obispo de Roma entre los años 88 y 97 DC) dijo: ‘¿Eres tú entonces un atleta así de fuerte y entrenado como para mostrar que estás compitiendo rectamente en el estadio, como para ingresar en este gimnasio asistido por la fuerza del Espíritu Santo, de tal modo que alcances el premio de la victoria, a saber, el destino bendito en la Jerusalén celestial? Entonces, si deseas recorrer el camino y alcanzar la meta de esta vocación, vence tu cuerpo; doma los apetitos de la carne, subyuga el mundo con el Espíritu de Dios, desprecia las vanidades percederas, efímeras, perversas e inestables de este mundo. Vence al dragón, vence al león, vence a la serpiente, vence a Satanás y permanece en Cristo Jesús, fortalecido por su doctrina y por la divina eucaristía.’ (*Lettera ai vergini*, 5-6).” (Cipriani 2021, p. 478. Traducción libre).

¿Dónde está tu fuerza? Está en Dios, uno y trino: Padre, Hijo y Espíritu Santo.

Este artículo es la versión en español del original en inglés: Aragón Vargas, L.F. (2022). *The Catholic Athlete #5: Where is Your Strength?*, disponible en el repositorio institucional Kérwá de la Universidad de Costa Rica <https://hdl.handle.net/10669/86454>

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>

Cipriani, R. (2021). Sport e Cristianesimo: storia e sociología. [Deporte y cristianismo: historia y sociología]. En J. R. Carbó (Ed.), *Cuerpo y espíritu: deporte y cristianismo en la historia*. UCAM Servicio de Publicaciones.

DHH *Dios habla hoy* ®, © [Sociedades Bíblicas Unidas](#), 1966, 1970, 1979, 1983, 1996.

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.

