

La santificación del deporte según León XIV

En la reciente carta titulada «La vida en abundancia», el Santo Padre presenta el deporte como un camino de santidad, vivido a través de las virtudes, el trabajo en equipo y su capacidad de convertirse en un lenguaje universal de paz.

25/02/2026

El deporte es, en muchos sentidos, una metáfora de la vida espiritual.

San Pablo animaba a los primeros cristianos a aspirar así a la santidad utilizando esta imagen: «¿No sabéis que los que corren en el estadio, aunque todos corren, solo uno recibe el premio? Corred de modo que lo consigáis. Los que compiten se abstienen de todo, y eso para alcanzar una corona corruptible; pero nosotros por una incorruptible» (1Co 9,24-25).

En esta Cuaresma, cobran especial fuerza estas palabras de san Josemaría: «El buen deportista no lucha para alcanzar una sola victoria, y al primer intento. Se prepara, se entrena durante mucho tiempo, con confianza y serenidad: prueba una y otra vez y, aunque al principio no triunfe, insiste tenazmente, hasta superar el obstáculo» (Forja, 169).

Con motivo de los Juegos olímpicos y paralímpicos de Invierno en Italia, el

Papa ofrece una carta que compartimos ahora íntegramente. Apoyándose en el legado de santos como Tomás de Aquino o Juan Bosco, León XIV presenta el deporte como un camino hacia la unidad de vida que integra «el cuerpo, las relaciones y la interioridad». El Papa nos recuerda que, en ese sentido, el entrenamiento del alma y del cuerpo corren siempre hacia una misma meta.

Carta “La vida en abundancia”

sobre el valor del deporte

Queridos hermanos y hermanas:

Con ocasión de la celebración de los XXV Juegos Olímpicos Invernales, que se realizarán entre Milán y

Cortina d'Ampezzo del 6 al 22 de febrero próximo, y de los XIV Juegos Paralímpicos, que tendrán lugar en las mismas localidades, del 6 al 15 de marzo, deseo dirigir un saludo y los mejores deseos a cuantos están directamente implicados y, al mismo tiempo, aprovechar la oportunidad para proponer una reflexión destinada a todos. La práctica deportiva, lo sabemos, puede tener una naturaleza profesional, de altísima especialización; en esta forma corresponde a la vocación de pocos, aun suscitando admiración y entusiasmo en el corazón de tantos, que vibran al ritmo de las victorias o de las derrotas de los atletas. Pero el ejercicio del deporte es una actividad común, abierta a todos y saludable para el cuerpo y para el espíritu, hasta el grado de constituir una expresión universal de lo humano.

Deporte y construcción de la paz

Con motivo de los anteriores Juegos Olímpicos, mis predecesores han subrayado cómo el deporte puede tener un rol importante para el bien de la humanidad, en particular para la promoción de la paz. Por ejemplo, san Juan Pablo II, dirigiéndose a los jóvenes atletas provenientes de todo el mundo en 1984, citó la Carta olímpica,¹ que considera el deporte como un factor que requiere «un espíritu de mejor comprensión mutua y amistad, contribuyendo así a construir un mundo mejor y más pacífico». Él animó a los participantes con estas palabras: «Hagan que sus encuentros sean un signo emblemático para toda la sociedad y un preludio de esa nueva era, en la cual “no levantará la espada una nación contra otra” (Is 2,4)²».

En esta línea se sitúa la Tregua olímpica, que en la antigua Grecia era un acuerdo dirigido a suspender las hostilidades antes, durante y después de los Juegos Olímpicos, para que los atletas y los espectadores pudieran viajar libremente y las competiciones pudieran realizarse sin interrupciones. La institución de la Tregua surge de la convicción de que la participación en competiciones reglamentadas (agones) constituye un camino individual y colectivo hacia la virtud y la excelencia (aretē). Cuando el deporte se practica en este espíritu y en estas condiciones, se promueve la maduración de la cohesión comunitaria y del bien común.

La guerra, por el contrario, nace de la radicalización del desacuerdo y del rechazo de cooperar los unos con los otros. El adversario es entonces considerado como un enemigo

mortal, a quien hay que aislar y, si es posible, eliminar. Las trágicas evidencias de esta cultura de muerte están ante nuestros ojos —vidas truncadas, sueños destrozados, traumas de los supervivientes, ciudades destruidas— como si la convivencia humana se redujera superficialmente al escenario de un videojuego. Pero esto no debe hacernos olvidar nunca que la agresividad, la violencia y la guerra son siempre «una derrota de la humanidad³».

Acertadamente, la Tregua olímpica ha sido propuesta de nuevo en tiempos recientes por el Comité Olímpico Internacional y la Asamblea General de las Naciones Unidas. En un mundo sediento de paz, necesitamos instrumentos que pongan «fin a la prepotencia, a la exhibición de la fuerza y al desinterés por el derecho⁴». Aliento vivamente a todas las naciones, con

ocasión de los próximos Juegos Olímpicos y Paralímpicos invernales, a redescubrir y respetar este instrumento de esperanza que es la Tregua olímpica, símbolo y profecía de un mundo reconciliado.

El valor formativo del deporte

«Yo he venido para que las ovejas tengan Vida, y la tengan en abundancia» (Jn 10,10). Estas palabras de Jesús nos ayudan a comprender el interés de la Iglesia por el deporte y el modo en el que el cristiano se acerca a él. Jesús puso siempre a las personas en el centro, se ocupó de ellas, deseando para cada una la plenitud de la vida. Por eso, como afirmó san Juan Pablo II, la persona humana «es el primer camino que la Iglesia debe recorrer en el cumplimiento de su misión».⁵

La persona, por tanto, según la visión cristiana, debe permanecer siempre

en el centro del deporte en todas sus expresiones, incluso en las de excelencia agonística y profesional.

A la luz de esto, en los escritos de san Pablo, conocido como el Apóstol de las gentes, podemos encontrar una sólida base de dicha conciencia. En el tiempo en el que él escribía, los griegos ya poseían desde hacía mucho tiempo tradiciones atléticas. Por ejemplo, la ciudad de Corinto patrocinaba los juegos ístmicos cada dos años desde el siglo VI a.C; por ello, escribiendo a los corintios, Pablo recurrió a imágenes deportivas para introducirlos en la vida cristiana: «¿No saben que —escribe— en el estadio todos corren, pero uno solo gana el premio? Corran, entonces, de manera que lo ganen. Los atletas se privan de todo, y lo hacen para obtener una corona que se marchita; nosotros, en cambio, por una corona incorruptible» (1 Co 9,24-25).

Siguiendo la tradición paulina, muchos autores cristianos utilizaron imágenes atléticas como metáforas para describir las dinámicas de la vida espiritual; y esto, hasta hoy, nos hace reflexionar sobre la profunda unidad entre las diferentes dimensiones del ser humano. Si bien no faltan, en épocas pasadas, escritos cristianos —influenciados por filosofías dualistas— que tienen una visión más bien negativa del cuerpo, el hilo conductor de la teología cristiana ha subrayado la bondad del mundo material afirmando que la persona es unidad de cuerpo, alma y espíritu. En efecto, los teólogos de la antigüedad y del medioevo refutaron con fuerza las doctrinas gnósticas y maniqueas, precisamente porque consideraban el mundo material y el cuerpo humano como intrínsecamente malos. Según estas concepciones, el fin de la vida espiritual consistiría en liberarse del mundo y del cuerpo. Por el contrario,

los teólogos cristianos apelaron a las convicciones fundamentales de la fe: la bondad del mundo creado por Dios, el hecho de que el Verbo se hizo carne y la resurrección de la persona en su armonía entre cuerpo y alma.

Esta comprensión positiva de la realidad física favoreció el desarrollo de una cultura en la que el cuerpo, unido al espíritu, estuviera plenamente involucrado en las prácticas religiosas: en las peregrinaciones, las procesiones, los dramas sacros, los sacramentos y la oración que hace uso de imágenes, estatuas y varias formas de representación.

Con la consolidación del cristianismo en el Imperio Romano, los espectáculos deportivos típicos de la cultura romana —en particular los combates entre gladiadores— iniciaron progresivamente a perder relevancia social. Sin embargo, la

edad media estuvo marcada por la aparición de nuevas formas de práctica deportiva, como los torneos caballerescos, en los que la Iglesia concentró su atención ética, contribuyendo también a reinterpretarlos en clave cristiana, como lo testimonia la predicación del abad san Bernardo de Claraval.

En el mismo periodo, la Iglesia reconoció el valor formativo del deporte, gracias también al aporte de figuras como Hugo de San Víctor y santo Tomás de Aquino. Hugo, en su obra *Didascalicon*, destacó la importancia de las actividades gimnásticas en el currículo de los estudios, ayudando a configurar el sistema educativo medieval⁶.

La reflexión de santo Tomás de Aquino sobre el juego y el ejercicio físico ponía en primer plano la “moderación” como trato fundamental de una vida virtuosa.

Según Tomás, esta última no se refiere sólo al trabajo o a las ocupaciones consideradas serias, sino que necesita también tiempo para el juego y el descanso. Escribe el Aquinate: «está la autoridad de San Agustín, quien dice [...]: Quiero que seas indulgente contigo mismo, porque conviene que el sabio relaje de vez en vez el rigor de su aplicación a las cosas que debe hacer. Ahora bien: esta relajación del ánimo respecto de las cosas que deben hacerse se realiza mediante palabras y acciones de recreo. Luego conviene que el sabio y el virtuoso recurran a ellas alguna vez»⁷. Tomás reconoce que las personas juegan porque el juego es fuente de placer y, por tanto, lo practican por sí mismo. Respondiendo a una objeción según la cual un acto virtuoso debe ser dirigido a un fin, él observa que «las acciones lúdicas no se ordenan a ningún fin extrínseco, sino que se ordenan al bien del que juega,

porque le son agradables o le proporcionan descanso»⁸. Esta “ética del juego” elaborada por Tomás de Aquino ejerció una notable influencia en la predicación y en la educación.

El deporte, escuela de vida y areópago contemporáneo

Se situaba en esta larga tradición al humanista Michel de Montaigne cuando, en un ensayo sobre la educación, escribía: «No se educa a un alma, ni se educa a un cuerpo; se educa a un hombre: no hay que dividirlo en dos»⁹. Este es el motivo que él aduce para justificar la inserción de la educación física y del deporte en la jornada escolar. Estos principios fueron aplicados en las escuelas de los jesuitas, avalados por los escritos de san Ignacio de Loyola, en particular por las Constituciones de la Compañía de Jesús y la *Ratio Studiorum*¹⁰.

En ese contexto se incorporan también las obras de grandes educadores, desde san Felipe Neri a san Juan Bosco. Este último, por medio de la promoción de los oratorios, estableció un puente privilegiado entre la Iglesia y las nuevas generaciones, haciendo también del deporte un espacio de evangelización¹¹. En esta línea, se puede recordar también la encíclica *Rerum novarum* (1891) de León XIII, que estimuló el surgimiento de numerosas asociaciones deportivas católicas, respondiendo así, en el plano pastoral, a las cambiantes exigencias de la vida moderna — piénsese en las condiciones de los trabajadores después de la revolución industrial— y a las nuevas costumbres emergentes¹².

Entre los siglos XIX y XX, el fenómeno deportivo se volvió colectivo. Además, nacieron los Juegos Olímpicos de la era moderna

(1896). Laicos y pastores dedicaron una mirada más atenta y sistemática a esa realidad. A partir del pontificado de san Pío X (1903-1914), se registra un creciente interés por el deporte, testimoniado por numerosas declaraciones pontificias. En ellas, la Iglesia católica, por medio de la voz de los Papas, propuso una visión del deporte centrada en la dignidad de la persona humana, en su desarrollo integral, en su educación y en su relación con los demás, evidenciando su valor universal como instrumento de promoción de valores tales como la fraternidad, la solidaridad y la paz. Emblemática es la pregunta planteada por el venerable Pío XII en un discurso dirigido a los atletas italianos en 1945: «¿Cómo podría la Iglesia no interesarse [en el deporte]?»¹³.

El Concilio Vaticano II expresó su valoración positiva del deporte en el

ámbito más amplio de la cultura, recomendando que se empleen «los descansos oportunamente para distracción del ánimo y para consolidar la salud del espíritu y del cuerpo, [...] con ejercicios y manifestaciones deportivas, que ayudan a conservar el equilibrio espiritual, incluso en la comunidad, y a establecer relaciones fraternas entre los hombres de todas las clases, naciones y razas»¹⁴. Gracias a la lectura de los signos de los tiempos, ha crecido, por tanto, la conciencia eclesial de la importancia de la práctica deportiva. El Concilio representó un florecimiento en este campo; se desarrolló la reflexión sobre el deporte en relación a la vida de fe y una multiplicidad de experiencias pastorales en ámbito deportivo han revelado en los decenios sucesivos su fuerza generativa. También los Dicasterios de la Santa Sede han promovido

válidas iniciativas en diálogo con este ámbito humano¹⁵.

Muy significativos han sido dos Jubileos del Deporte celebrados por san Juan Pablo II: el primero el 12 de abril de 1984, en el Año de la Redención; el segundo el 29 de octubre de 2000, en el Estadio Olímpico de Roma. En esta misma línea se ha situado el Jubileo del 2025, que ha relanzado de manera explícita el valor cultural, educativo y simbólico del deporte como lenguaje humano universal de encuentro y de esperanza. Esta perspectiva impulsó la decisión de acoger en el Vaticano el Giro de Italia, la gran competición ciclística que, además de ser un evento deportivo, es también un relato popular capaz de atravesar territorios, generaciones y diferencias sociales, y de hablar al corazón de la comunidad humana en camino.

Más allá de los lugares de más antigua tradición cristiana, parece evidente que el deporte esté ampliamente presente en las culturas de las que tenemos testimonio. Incluso aquellas tradicionalmente orales han dejado rastros de campos de juego, instrumentos atléticos, además de imágenes o esculturas ligadas a sus prácticas deportivas. Hay, por tanto, mucho que aprender también de las tradiciones deportivas de las culturas indígenas, de los países africanos y asiáticos, de las Américas y de otras regiones del mundo.

Todavía hoy, el deporte sigue desempeñando un rol significativo en la mayor parte de las culturas. Ofrece un espacio privilegiado de relación y de diálogo con nuestros hermanos y hermanas pertenecientes a otras tradiciones religiosas, así como con quienes no se reconocen en ninguna de ellas.

Deporte y desarrollo de la persona

Algunos estudiosos de las ciencias sociales pueden ayudarnos a comprender mejor el significado humano y cultural del deporte y, por consiguiente, su significado espiritual. Un ejemplo relevante está representado por las investigaciones sobre la llamada flow experience (o “flujo”) en el deporte y en otros ámbitos de la cultura¹⁶. Dicha experiencia se verifica generalmente entre personas comprometidas en una actividad que requiere concentración y habilidad, cuando el nivel de desafío corresponde o es levemente superior al nivel ya adquirido. Pensemos, por ejemplo, en un intercambio prolongado en el tenis; el motivo por el cual esta es una de las partes más entretenidas de un partido es que cada jugador empuja al otro hasta el límite de su propio nivel de habilidad. La

experiencia es estimulante y los dos jugadores se incitan mutuamente a mejorar; esto vale tanto para dos niños de diez años cuanto para dos campeones profesionales.

Numerosas investigaciones han reconocido que las personas no están motivadas sólo por el dinero o la fama, sino que pueden experimentar una alegría y recompensas intrínsecas en las actividades que realizan, es decir, llevándolas a cabo y apreciándolas por su propio valor. En particular, se ha observado que las personas experimentan alegría cuando se entregan plenamente a una actividad o a una relación y superan el lugar en el que se encontraban, con una especie de movimiento progresivo. Dichas dinámicas favorecen el crecimiento de la persona en su totalidad.

Durante una experiencia deportiva, además, a menudo la persona

concentra completamente su atención en lo que está haciendo. Se verifica una fusión entre acción y conciencia, hasta el punto de que no queda espacio para una atención explícita dirigida hacia sí misma. En este sentido, la experiencia interrumpe la tendencia al egocentrismo. Al mismo tiempo, las personas describen un sentido de unión con lo que les rodea. En los deportes de equipo, esto suele vivirse como un vínculo o una unidad con los compañeros; el jugador ya no está replegado sobre sí mismo, porque forma parte de un grupo que tiende hacia un objetivo común. El Papa Francisco ha destacado varias veces este aspecto al animar a los jóvenes atletas a ser jugadores de equipo. Por ejemplo, ha dicho: «desarrollad el juego de equipo, de équipe. Pertenecer a una sociedad deportiva quiere decir rechazar toda forma de egoísmo y de aislamiento, es la ocasión para encontrarse y estar con

los demás, para ayudarse mutuamente, para competir en la estima recíproca y crecer en la fraternidad»¹⁷.

Cuando los deportes de equipo no están contaminados por el culto al lucro, los jóvenes “se ponen en juego” en relación a algo que para ellos es mucho más importante. Se trata de una oportunidad educativa formidable. No siempre es fácil reconocer las propias capacidades o comprender cómo estas puedan ser útiles al equipo. Además, trabajar junto a los coetáneos conlleva a veces la necesidad de afrontar conflictos y gestionar frustraciones y fracasos. También es necesario aprender a perdonar (cf. Mt 18,21-22). De ese modo, se forman las virtudes personales, cristianas y civiles fundamentales.

Los entrenadores desarrollan un rol fundamental en la creación de

ambientes donde estas dinámicas puedan ser vividas, acompañando a los jugadores por medio de ellas. Dada la complejidad humana involucrada, es de gran ayuda cuando un entrenador está animado por valores espirituales. Hay muchos entrenadores de este tipo, tanto en las comunidades cristianas y en otras realidades educativas, como a nivel agonístico y de élite profesional. Ellos describen con frecuencia la cultura del equipo como basada en el amor, que respeta y sostiene a cada persona, alentándola a expresar lo mejor de sí para el bien del grupo. Cuando un joven forma parte de un equipo así, aprende algo esencial sobre lo que significa ser humano y crecer. En efecto, «sólo juntos nos convertimos auténticamente en nosotros mismos. Sólo en el amor se profundiza nuestra interioridad y se fortalece nuestra identidad»¹⁸.

Ampliando aún más la mirada, es importante recordar que, precisamente porque el deporte es fuente de alegría y favorece el desarrollo personal y las relaciones sociales, debería ser accesible a todas las personas que desean practicarlo. En algunas sociedades que se consideran avanzadas, donde el deporte está organizado según el principio del “pagar para jugar”, los niños provenientes de familias y comunidades más pobres no pueden permitirse las cuotas de participación y quedan excluidos. En otras sociedades, a las jóvenes y a las mujeres no se les permite practicar deportes. A veces, en la formación a la vida religiosa, especialmente femenina, persisten desconfianzas y temores hacia la actividad física y deportiva. Es necesario, por tanto, esforzarse para que el deporte sea accesible a todos. Esto es muy importante para la promoción de la persona. Me lo han confirmado los

conmovedores testimonios de miembros del Equipo Olímpico de Refugiados, o de participantes en las Paralimpiadas, las Olimpiadas Especiales y la Copa Mundial de Fútbol Calle. Como hemos visto, los auténticos valores del deporte se abren naturalmente a la solidaridad y a la inclusión.

Los riesgos que ponen en peligro los valores deportivos

Después de haber considerado cómo el deporte contribuye al desarrollo de las personas y favorece el bien común, debemos ahora señalar las dinámicas que pueden comprometer dichos resultados. Esto sucede sobre todo por una forma de “corrupción” que está a la vista de todos. En muchas sociedades, el deporte está estrechamente vinculado con la economía y las finanzas. Es evidente que el dinero es necesario para sostener las actividades deportivas

promovidas por las instituciones públicas, por otros organismos civiles e instituciones educativas, así como las instituciones privadas a nivel agonístico y profesional. Los problemas aparecen cuando el negocio se convierte en la motivación principal o exclusiva; entonces las decisiones ya no están movidas por la dignidad de las personas, ni por aquello que favorece al bien del atleta y a su desarrollo integral o al de la comunidad.

Cuando se busca maximizar las ganancias, se sobrevalora lo que puede ser medido o cuantificado, en detrimento de dimensiones humanas de importancia incalculable: “sólo cuenta lo que puede ser contado”. Esta mentalidad invade el deporte cuando la atención se concentra obsesivamente en los resultados alcanzados y en las sumas de dinero que se pueden obtener de la victoria.

En muchos casos, incluso a nivel aficionado, los imperativos y los valores del mercado han llegado a oscurecer otros valores humanos del deporte, que, en cambio, merecen ser custodiados.

El Papa Francisco ha llamado la atención sobre los efectos negativos que estas dinámicas pueden causar en los atletas, afirmando: «Cuando el deporte viene considerado únicamente en conformidad a los parámetros económicos o de persecución de la victoria a toda costa, se corre el peligro de reducir a los atletas a una mera mercancía lucrativa. Los mismos atletas entran en un mecanismo que los arrastra, pierden el verdadero sentido de su actividad, esa alegría de jugar que les atraía de niños y que les empujó a hacer tantos sacrificios para convertirse en campeones. El deporte es armonía, pero si prevalece una búsqueda desmedida

del dinero y del éxito, esta armonía se interrumpe»¹⁹.

También los atletas de alto nivel y profesionales, cuando el interés económico se vuelve el objetivo principal o exclusivo, corren el riesgo de concentrarse en sí mismos y en el rendimiento, debilitando la dimensión comunitaria del juego y traicionando su dimensión social y cívica. El deporte, en cambio, es una actividad que posee valores compartidos por todos aquellos que participan en él y es capaz de humanizar la convivencia, incluso en situaciones difíciles. Por el contrario, una atención desproporcionada al dinero concentra la mirada de manera explícita y reductiva sobre uno mismo. También en este caso es aplicable el dicho de Jesús: «Nadie puede servir a dos señores» (Mt 6,24).

Un peligro particular emerge cuando los beneficios económicos que derivan del éxito en el deporte son considerados más importantes que el valor intrínseco de la participación; la dictadura del rendimiento puede inducir al uso de sustancias dopantes y de otras formas de fraude, y puede conducir a los jugadores de deportes en equipo a concentrarse en su propio bienestar económico más que en la lealtad hacia su disciplina.

Cuando los incentivos financieros se vuelven el único criterio, puede suceder que individuos y equipos dobleguen sus resultados a la corrupción y a la intromisión de la industria de los juegos de azar. Estas diversas formas de fraude no sólo corrompen las actividades deportivas en sí mismas, sino que contribuyen además a la desilusión del gran público y a socavar el aporte positivo del deporte a la sociedad en general.

Competición y cultura del encuentro

Ampliando la mirada a nivel de las competiciones deportivas, también estas pueden desarrollar un papel importante para favorecer la unidad entre las personas. Es interesante que la palabra competición deriva de dos raíces latinas: cum —“juntos”— y petere —“pedir”. En una competición, por tanto, se puede decir que dos personas o dos equipos buscan juntos la excelencia. No son enemigos mortales. Y en el tiempo que precede o que sigue a la competición existe, por lo general, la oportunidad de encontrarse y conocerse.

Precisamente por eso la competición deportiva, cuando es auténtica, presupone un pacto ético compartido: la aceptación leal de las reglas y el respeto de la autenticidad del enfrentamiento. El rechazo del

dopaje y de toda forma de corrupción, por ejemplo, es una cuestión no sólo disciplinar, sino que afecta al corazón mismo del deporte. Alterar artificialmente el rendimiento o comprar el resultado significa romper la dimensión del cum-petere, transformando la búsqueda común de la excelencia en una imposición individual o parcial.

El deporte verdadero, en cambio, educa a una relación serena con el límite y con la norma. El límite es un umbral para vivir; es lo que hace significativo el esfuerzo, inteligible el progreso y reconocible el mérito. La norma es la “gramática” compartida que hace posible el juego mismo. Sin reglas no hay competición ni encuentro, sino sólo caos o violencia. Aceptar los límites del propio cuerpo, del tiempo y del esfuerzo, y respetar las reglas comunes significa reconocer que los logros nacen de la

disciplina, de la perseverancia y de la lealtad.

En este sentido, el deporte también ofrece una lección decisiva más allá del campo de juego; enseña que se puede aspirar al máximo sin negar la propia fragilidad, que se puede vencer sin humillar, que se puede perder sin quedar derrotados como personas. La justa competición protege así una dimensión profundamente humana y comunitaria; no separa, sino que pone en relación; no absolutiza el resultado, sino que valora el camino; no idolatra el rendimiento, sino que reconoce la dignidad del que juega.

La competición justa y la cultura del encuentro no conciernen sólo a los jugadores, sino también a los espectadores y a los simpatizantes. El sentido de pertenencia al propio equipo puede ser un elemento muy significativo de la identidad de

muchos aficionados; ellos comparten las alegrías y frustraciones de sus héroes y hallan un sentido de comunidad con los otros seguidores. Esto es generalmente un factor positivo en la sociedad, fuente de rivalidad amistosa y de bromas jocosas, pero puede resultar problemático cuando se transforma en un modo de polarización que conduce a la violencia verbal y física. Entonces, de expresión de apoyo y participación, la afición se transforma en fanatismo; el estadio se vuelve un lugar de enfrentamiento más que de encuentro. Aquí el deporte no une, sino que divide; no educa, sino que deseduca, porque reduce la identidad personal a una pertenencia ciega y opositora. Esto es particularmente preocupante cuando la afición se vincula con otras formas de discriminación política, social y religiosa, y se utiliza indirectamente para expresar formas más profundas de resentimiento y odio.

Las competiciones internacionales, en particular, ofrecen una ocasión privilegiada para experimentar nuestra común humanidad en la riqueza de sus diversidades. En efecto, hay algo profundamente emotivo en las ceremonias de apertura y de clausura de los Juegos Olímpicos, cuando vemos a los atletas desfilando con las banderas nacionales y los trajes típicos de sus países. Experiencias como éstas pueden inspirarnos y recordarnos que estamos llamados a formar una única familia humana. Los valores promovidos por el deporte —como la lealtad, el compartir, la acogida, el diálogo y la confianza en los demás— son comunes a toda persona, independientemente de la procedencia étnica, la cultura y la religión²⁰.

Deporte, relación y discernimiento

El deporte nace como experiencia relacional; pone en contacto los cuerpos y, a través de los cuerpos, las historias, las diferencias y las pertenencias. Entrenar juntos, competir lealmente, compartir el esfuerzo y la alegría del juego favorece el encuentro y construye vínculos que superan barreras sociales, culturales y lingüísticas. En este sentido, el deporte es un poderoso facilitador de relaciones sociales que crea comunidad, educa al respeto de las reglas comunes y enseña que ningún resultado es fruto de un camino solitario. Sin embargo, precisamente porque moviliza pasiones profundas, el deporte lleva consigo también límites.

El significado educativo del deporte se revela de manera particular en la relación entre victoria y derrota.

Vencer no es simplemente prevalecer, sino reconocer el valor del itinerario realizado, de la disciplina, del esfuerzo compartido. Perder, por su parte, no coincide con el fracaso de la persona, sino que puede convertirse en una escuela de verdad y de humildad. El deporte educa de ese modo a una comprensión más profunda de la vida, en la que el éxito nunca es definitivo y la caída nunca tiene la última palabra. Aceptar la derrota sin desesperación y la victoria sin arrogancia significa aprender a vivir la realidad con madurez, reconociendo los propios límites y las propias posibilidades.

No es extraño, además, que el deporte sea revestido de una función casi religiosa. Los estadios se perciben como catedrales laicas, los partidos son liturgias colectivas, los atletas como figuras salvíficas. Esta sacralización revela una auténtica

necesidad de sentido y de comunión, pero corre el riesgo de vaciar tanto el deporte como la dimensión espiritual de la existencia. Cuando el deporte pretende sustituir a la religión, pierde su carácter de juego y de servicio a la vida, volviéndose absoluto, totalizante, incapaz de relativizarse a sí mismo.

En este contexto se inserta también el peligro del narcisismo, que atraviesa hoy toda la cultura deportiva. El atleta puede quedar fijado al espejo del propio cuerpo vigoroso, del propio éxito medido en visibilidad y aprobación. El culto a la imagen y al rendimiento, amplificado por las redes sociales y las plataformas digitales, amenaza con fragmentar a la persona, separando el cuerpo de la mente y del espíritu. Es urgente reafirmar un cuidado integral de la persona humana, en la que el bienestar físico no se separe del equilibrio interior,

de la responsabilidad ética y de la apertura a los demás. Es necesario redescubrir las figuras que hayan unido pasión deportiva, sensibilidad social y santidad. Entre los numerosos ejemplos que podría mencionar, quiero recordar a san Pier Giorgio Frassati (1901-1925), joven turinés que unía perfectamente fe, oración, compromiso social y deporte. Pier Giorgio era un apasionado del alpinismo y organizaba con frecuencia excursiones con sus amigos. Ir a la montaña, sumergirse en esos escenarios majestuosos, le hacía contemplar la grandeza del Creador.

Otra distorsión se manifiesta en la instrumentalización política de las competiciones deportivas internacionales. Cuando el deporte se somete a lógicas de poder, de propaganda o de supremacía nacional, se traiciona su vocación

universal. Las grandes manifestaciones deportivas deberían ser lugares de encuentro y de admiración recíproca, no escenarios para la afirmación de intereses políticos o ideológicos.

Los desafíos contemporáneos se intensifican ulteriormente con el impacto del transhumanismo y de la inteligencia artificial en el mundo del deporte. Las tecnologías aplicadas al rendimiento amenazan con introducir una separación artificial entre cuerpo y mente, transformando al atleta en un producto optimizado, controlado, potenciado más allá de los límites naturales. Cuando la técnica deja de estar al servicio de la persona y pretende redefinirla, el deporte pierde su dimensión humana y simbólica, convirtiéndose en un laboratorio de experimentación desencarnada.

En contraste con estas desviaciones, el deporte conserva una extraordinaria capacidad inclusiva. Practicado de manera adecuada, abre espacios de participación para personas de cualquier edad, condición social y habilidad, convirtiéndose en instrumento de integración y dignidad.

En esta perspectiva se sitúa la experiencia de Athletica Vaticana. Creada en el 2018 como equipo oficial de la Santa Sede y bajo la guía del Dicasterio para la Cultura y la Educación, da testimonio de cómo el deporte puede ser vivido también como servicio eclesial, sobre todo hacia los más pobres y los más frágiles. Aquí el deporte no es espectáculo, sino proximidad; no es selección, sino acompañamiento; no es competición exasperada, sino camino compartido.

Finalmente, es preciso interrogarse sobre la creciente asimilación del deporte con la lógica de los videojuegos. La “gamificación” extrema de la práctica deportiva, la reducción de la experiencia a puntuaciones, niveles y rendimiento repetibles, corre el riesgo de desanclar el deporte del cuerpo real y de la relación concreta. El juego, que es siempre riesgo, imprevisto y presencia, es sustituido por una simulación que promete control total y gratificación inmediata. Recuperar el valor auténtico del deporte significa, entonces, restituirle su dimensión encarnada, educativa y relacional, para que siga siendo una escuela de humanidad y no un mero dispositivo de consumo.

Una pastoral del deporte para la vida en abundancia

Una pastoral válida del deporte nace de la conciencia de que el deporte es

uno de los lugares donde se forman imaginarios, se plasman estilos de vida y se educa a las jóvenes generaciones. Por eso es necesario que las Iglesias particulares reconozcan el deporte como espacio de discernimiento y acompañamiento, que merece un compromiso de orientación humano y espiritual. En esta perspectiva, resulta oportuno que en el seno de las Conferencias episcopales haya oficinas o comisiones dedicadas al deporte, donde elaborar y coordinar la propuesta pastoral, poniendo en diálogo las realidades deportivas, educativas y sociales presentes en los diferentes territorios. El deporte, de hecho, atraviesa parroquias, escuelas, universidades, oratorios, asociaciones y barrios; estimular una visión compartida permite evitar la fragmentación y valorizar las experiencias ya existentes.

A nivel local, el nombramiento de un responsable diocesano y la constitución de equipos pastorales para el deporte responde a la misma necesidad de proximidad y continuidad. El acompañamiento pastoral del deporte no se agota en momentos celebrativos, sino que se realiza a lo largo del tiempo, compartiendo los esfuerzos, las expectativas, las decepciones y las esperanzas de quienes viven a diario el campo, el gimnasio y la calle. Este acompañamiento se refiere tanto al fenómeno deportivo en su conjunto —con sus transformaciones culturales y económicas—, como a las personas concretas que lo conforman. La Iglesia está llamada a acercarse allí donde el deporte se vive como profesión, como competición de alto nivel, como oportunidad de éxito o de exposición mediática, pero teniendo especialmente en cuenta el deporte de base, a menudo marcado por la

escasez de recursos, pero muy rico en relaciones.

Una buena pastoral del deporte puede contribuir significativamente a la reflexión sobre la ética deportiva. No se trata de imponer normas desde fuera, sino de iluminar desde dentro el sentido de la acción deportiva, mostrando cómo la búsqueda del resultado puede convivir con el respeto al otro, a las reglas y a sí mismo. En particular, la armonía entre el desarrollo físico y el desarrollo espiritual debe considerarse como dimensión constitutiva de una visión integral de la persona humana. El deporte se convierte así en un lugar donde aprender a cuidar de uno mismo sin idolatrarse, a superarse sin anularse, a competir sin perder la fraternidad.

Pensar y poner en práctica el deporte como herramienta comunitaria abierta e inclusiva es otra tarea

decisiva. El deporte puede y debe ser un espacio acogedor, capaz de involucrar a personas de diferentes orígenes sociales, culturales y físicos. La alegría de estar juntos, que nace del juego compartido, del entrenamiento común y del apoyo mutuo, es una de las expresiones más sencillas y profundas de la humanidad reconciliada.

En este horizonte, los deportistas constituyen un modelo que debe ser reconocido y acompañado. Su experiencia cotidiana habla de ascetismo y sobriedad, de trabajo paciente sobre sí mismos, de equilibrio entre disciplina y libertad, de respeto por los ritmos del cuerpo y de la mente. Estas cualidades pueden iluminar toda la vida social. La vida espiritual, a su vez, ofrece a los deportistas una visión que va más allá del rendimiento y del resultado. Introduce el sentido del ejercicio como práctica que forma la

interioridad. Ayuda a dar sentido al esfuerzo, a vivir la derrota sin desesperación y el éxito sin presunción, transformando el entrenamiento en disciplina de lo humano.

Todo esto encuentra su horizonte último en la promesa bíblica que da título a esta Carta: la vida en abundancia. No se trata de una acumulación de éxitos o logros, sino de una plenitud de vida que integra el cuerpo, las relaciones y la interioridad. Desde el punto de vista cultural, la vida en abundancia invita a liberar al deporte de lógicas reduccionistas que lo convierten en mero espectáculo o consumo. En clave pastoral, exhorta a la Iglesia a una presencia capaz de acompañar, discernir y generar esperanza. Así, el deporte puede llegar a ser verdaderamente una escuela de vida, en la que se aprende que la abundancia no nace de la victoria a

cualquier precio, sino del compartir, del respeto y de la alegría de caminar juntos.

Vaticano, 6 de febrero de 2026

LEÓN PP. XIV

[1] Comité Olímpico Internacional, Olympic Charter 1984, Losanna 1983, 6.

[2] S. Juan Pablo II, Homilía en la Santa Misa por el Jubileo de los deportistas (12 abril 1984), 3.

[3] Id., Discurso al Cuerpo Diplomático (13 enero 2003), 4.

[4] Encuentro internacional por la paz. Religiones y culturas en diálogo (Roma, 28 octubre 2025).

[5] S. Juan Pablo II, Carta enc. Redemptor hominis (4 marzo 1979), 14.

[6] Cf. H. de San Víctor, *Didascalicon*, II, XXVII, Washington 1939, 44.

[7] Sto. Tomás de Aquino, *Summa Theologiae*, II-II, q. 168, art. 2.

[8] *Ibíd.*, I-II, q. 1, art. 6, ad 1.

[9] M. de Montaigne, *Les Essais*, I, 25, París 2007, 171.

[10] Cf. M. Kelly, *I cattolici e lo sport. Una visione storica e teologica*, en *La Civiltà Cattolica*, 2014, IV, 567-568.

[11] Cf. A. Stelitano - A. M. Dieguez - Q. Bortolato, *I Papi e lo sport*, Ciudad del Vaticano 2015.

[12] Cf. León XIII, Carta enc. Rerum novarum (15 mayo 1891), 36.

[13] Pío XII, *Discurso a los atletas italianos* (20 mayo 1945).

[14] Conc. Ecum. Vat. II, Const. past. Gaudium et spes, 61.

[15] Cf. Dicasterio para los Laicos, la Familia y la Vida, “Dar lo mejor de uno mismo”. Documento sobre la perspectiva cristiana del deporte y la persona humana (1 junio 2018).

[16] Cf. M. Csikszentmihalyi, Beyond Boredom and Anxiety. The Experience of Play in Work and Games, San Francisco 1975.

[17] Francisco, Discurso a los participantes en el encuentro organizado por el Centro Deportivo Italiano (7 junio 2014).

[18] Encuentro con las autoridades, representantes de la sociedad civil y el Cuerpo diplomático (Ankara, Türkiye, 27 noviembre 2025).

[19] Francisco, Discurso a los Comités Olímpicos Europeos (23 noviembre 2013).

[20] Cf. Francisco, Discurso a los deportistas y a los organizadores del partido de fútbol por la paz (1 septiembre 2014).

pdf | Documento generado
automáticamente desde <https://opusdei.org/es-cr/article/carta-vida-en-abundancia-santificacion-deporte-leon-xiv/> (01/04/2026)