

El deporte y la vida interior

La lucha ascética no es algo negativo ni, por tanto, odioso, sino afirmación alegre. Es un deporte. (Forja, 169)

15 de agosto

Para ti, que eres deportista, ¡qué buena razón es esta del Apóstol!: ¿No sabéis que los que corren en el estadio, aunque todos corren, uno sólo se lleva el premio? Corred de tal manera que lo ganéis.

Camino, 318

Da muy buenos resultados
emprender las cosas serias con
espíritu deportivo... ¿He perdido
varias jugadas? Bien, pero si
persevero al fin ganaré.

*Surco, 169 Fuente de paz Beatus vir
qui suffert tentationem...*

bienaventurado el hombre que sufre
tentación porque, después de que
haya sido probado, recibirá la corona
de Vida.

¿No te llena de alegría comprobar
que ese deporte interior es una
fuente de paz que nunca se agota?

Surco, 160

La lucha ascética no es algo negativo
ni, por tanto, odioso, sino afirmación
alegre. Es un deporte.

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 **Un mal antiguo**

Advertir en el cuerpo y en el alma el aguijón de la soberbia, de la sensualidad, de la envidia, de la pereza, del deseo de sojuzgar a los demás, no debería significar un descubrimiento. Es un mal antiguo, sistemáticamente confirmado por nuestra personal experiencia; es el punto de partida y el ambiente habitual para ganar en nuestra carrera hacia la casa del Padre, en este íntimo deporte. Por eso enseña San Pablo: *yo voy corriendo, no como quien corre a la ventura, no como quien da golpes al aire, sino que castigo mi cuerpo y lo esclavizo, no sea que habiendo predicado a los otros, venga yo a ser reprobado. Es Cristo que pasa, 75*

En algunos momentos me he fijado cómo relucían los ojos de un deportista, ante los obstáculos que debía superar. ¡Qué victoria! ¡Observad cómo domina esas dificultades! Así nos contempla Dios Nuestro Señor, que ama nuestra lucha: siempre seremos vencedores, porque no nos niega jamás la omnipotencia de su gracia. Y no importa entonces que haya contienda, porque El no nos abandona.

Amigos de Dios, 182

.....

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es-uy/dailytext/el-deporte-
y-la-vida-interior/](https://opusdei.org/es-uy/dailytext/el-deporte-y-la-vida-interior/) (08/02/2026)