

## El deporte y la vida interior

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.

17/06/2014

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 temptationem...*  
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/article/el-deporte-y-la-  
vida-cristiana-rezar-con-san-josemaria/](https://opusdei.org/es/article/el-deporte-y-la-vida-cristiana-rezar-con-san-josemaria/)  
(18/02/2026)