

«Para avanzar, hay que saber ceder»

Todo padre sabe lo que es caerse. Pedir perdón, empezar de nuevo, volver a intentarlo. Enrique no buscaba una escuela para eso pero la encontró en un campo de rugby lleno de barro.

13/03/2026

Siempre digo que el rugby no empieza cuando suena el silbato. Empieza mucho antes: cuando un niño se ata las botas deprisa porque llega tarde al entrenamiento, cuando

una madre lava camisetas llenas de barro sin poner mala cara —o casi—, o cuando un padre, después de un día largo de trabajo, se va directo al campo a entrenar a «sus chavales».

El rugby es un deporte duro, sí. Pero sobre todo es una escuela de virtudes humanas. Y por eso me encanta para niños y adolescentes. Porque aquí no solo se aprende a placar: se aprende a vivir.

Para avanzar, hay que retroceder

Cuando explico el rugby a alguien que no lo conoce, siempre hay una regla que les llama la atención: el balón solo se puede pasar hacia atrás. Si lo lanzas hacia delante, es falta. El equipo pierde la posesión. La única forma de ganar terreno es confiar en el de al lado. Ceder. Soltar el balón. Y entonces el equipo avanza junto.

Como padre, como entrenador, esa regla me dice mucho: a veces avanzar significa ceder, confiar en el otro, no querer llegar solo. Y que el esfuerzo merece la pena aunque los resultados tarden. San Josemaría lo describía así:

Con el árbitro no se discute

En rugby se respeta al árbitro. No se protesta. Y eso, en un mundo donde todo se discute, educa muchísimo. A los chicos les cuesta al principio, claro. Alguno me mira como diciendo:

—«Profe, pero si se ha equivocado»...

Y ahí está la lección: aceptar, callar y seguir jugando.

Ese respeto luego se traslada a casa casi sin darnos cuenta. Al padre, a la madre, al profesor. Las virtudes humanas son la base de las sobrenaturales, y el rugby fomenta

muchas: el respeto, el esfuerzo, el sacrificio.

Hay días en los que llueve, hace frío y el sofá grita más fuerte que el entrenamiento. Aun así, vamos. Y el niño aprende que no todo en la vida es cómodo. Ese mismo espíritu es el que intento vivir como padre: levantarme puntual, cumplir con mi trabajo, escuchar con paciencia en casa aunque esté cansado. Santificar lo de cada día, haciendo bien lo que toca, con cariño y constancia.

Caerse y levantarse

Hay una lección que les explico siempre a los chicos que entreno: en rugby te caes. Mucho. Y te levantas. A veces con un golpe, a veces con barro hasta las cejas. Pero nadie se queda en el suelo.

Cuántas veces pasa lo mismo en casa: hay errores, enfados, días torcidos. Y

cuántas veces toca pedir perdón, empezar de nuevo, y sonreír otra vez.

El papa León XIV, en su carta La vida en abundancia, explica que el entrenamiento del alma y del cuerpo corren siempre hacia una misma meta. Enseñar a un niño a levantarse del suelo es también enseñarle a no rendirse ante la vida. Y muchas veces, mientras les enseño a ellos, aprendo yo.

La victoria más importante

Entrenar a niños y adolescentes no es solo enseñar técnica. Es acompañar, corregir con cariño, exigir sin humillar, creer en ellos incluso cuando fallan. Y eso me ha ayudado muchísimo a vivir mejor mi vocación de padre.

En el Opus Dei he aprendido que Dios nos espera en lo cotidiano: en el

trabajo bien hecho, en el trato amable, en el servicio a los demás. Yo lo he descubierto entre balones ovalados, charlas de vestuario y partidos perdidos con dignidad.

Al final, el rugby me ha enseñado lo mismo que la paternidad: que no se avanza solo, que hay que levantarse siempre, y que formar buenas personas es siempre la mejor victoria.

.....

pdf | Documento generado
automáticamente desde [https://
opusdei.org/es/article/rugby-aprender-
a-vivir-deporte-virtudes-paternidad-
familia/](https://opusdei.org/es/article/rugby-aprender-a-vivir-deporte-virtudes-paternidad-familia/) (13/03/2026)