



Revista N.º 1 - Julio 2022

DEPORTE CON CORAZÓN



Pierre de Coubertin

Un famoso
desconocido

pág. 22

El espíritu olímpico

Una filosofía
cargada de valores

pág. 29

Ritos y símbolos olímpicos desde la perspectiva de Pierre de Coubertin

pág. 07

Sumario

- 05 Sobre la Escuela de Deporte con Corazón
- 07 Ritos y símbolos olímpicos desde la perspectiva de Pierre de Coubertin
- 12 Deporte con corazón por el mundo
- 22 Pierre de Coubertin: un famoso desconocido
- 26 Los músculos en la salud y en la expresión humana
- 29 El espíritu olímpico: una filosofía cargada de valores
- 32 Espíritu olímpico hoy: Olimpiadas del Voluntariado
- 34 Poesía *Identidad*
- 35 Educación olímpica: pretemporadas filosófico-deportivas
- 36 Reseña cinematográfica: *4 minutos para la gloria*

Editorial

Hoy ve la luz esta revista después de un largo proceso de gestación. Agradecemos de corazón a todos los que han participado en la plasmación de este sueño. La Escuela del Deporte con Corazón nació hace casi 12 años con una idea como eje central de su existencia: usar el poder pedagógico del deporte para mejorar a los seres humanos y por añadidura a las sociedades.

Hoy en día el deporte se usa en un altísimo porcentaje como un negocio y esto es (permítanme la comparación futbolera) como usar a Leo Messi en plenitud de facultades físicas y mentales, como medio centro defensivo. O sea, se está desaprovechando su tremendo potencial. Esto sucede hoy con el deporte. Excepto honrosas excepciones, que las hay, su potencial pedagógico apenas se usa para el mejoramiento global de las personas. En los Juegos Olímpicos tenemos un ejemplo muy claro de este fenómeno. Algo hemos perdido en el camino.

Veo todo eso y me pregunto: ¿cuándo cambió todo?, ¿en qué momento los juegos dejaron de dar cabida a personas como el panadero Corebo de Élide, que obtuvo la victoria en velocidad en la primera Olimpiada de la Antigüedad? ¿En qué momento el logro de la excelencia deportiva fue más importante que la excelencia humana? ¿Cuándo perdieron los juegos la capacidad de detener las guerras y hacer que los contendientes

se sentaran en la misma mesa a negociar la paz, bajo el auspicio siempre favorable de los dioses rectores de los juegos?

En la Antigüedad una idea logró unir a personas diferentes más allá de los conflictos de sus políticos y sus credos.

Era tal el carácter sagrado de los Juegos Olímpicos que las continuas guerras entre pueblos hermanos se detenían para permitir que todos pudieran asistir, pues el oráculo había dicho que debían convertir su antagonismo en una noble competición en el campo de los deportes.

Así, Olimpia fue el lugar físico donde encarnó un ideal que habría de llevar a los jóvenes, a través del acicate de la victoria, a desarrollar unos valores que, en el fondo, son el objetivo principal del juego.

Según el sentido profundo del oráculo, se trataría de un empujón civilizador impulsado una vez más por los dioses que velan por el desarrollo de la humanidad.

Estos valores, solo conseguidos a través del esfuerzo inteligente y entusiasta, serían los que irían ennobleciendo el alma del atleta, que pasaría a ser ejemplo a seguir por sus conciudadanos.

Así, aunque el premio pareciera ser la fama y el honor, el verdadero triunfo era la purificación del alma, tal como luego nos enseñaría Platón.

Y así fue durante más de mil

años hasta que el desgaste de todo lo manifestado hizo que los Juegos cayeran en el olvido.

En sus *Memorias olímpicas*, Coubertin expresa con claridad su postura sobre el deporte para todos:

“El deporte no es un artículo de lujo, no es una ocupación para ociosos ni una compensación por el trabajo intelectual. El deporte es una fuente de perfeccionamiento interno para cada persona. La profesión no tiene nada que ver con ello. Antes bien, el deporte es un regalo irremplazable que le es dado a todas las personas en igual medida. Desde una perspectiva étnica tampoco existe diferencia, ya que, por naturaleza, todas las razas disponen del deporte como de algo propio y en igualdad de derecho”.

La Escuela del Deporte con Corazón nació con el propósito de seguir alentando este espíritu. Para ello, ofrece el deporte para todos (viejo sueño de Coubertin), y para todas las edades. La educación deportiva es útil para todos: los que poseen vocación y los que se sienten atraídos por el deporte, para que todos tengan la oportunidad de vivir la experiencia del deporte como algo lúdico, agradable, provechoso, y que no produzca rechazo en personas que tienen el concepto erróneo de que el deporte es solo sacrificio y sufrimiento del cuerpo físico. El deporte produce bienestar físico y psicológico, así como salud si se practica con inteligencia.

La gimnasia no solamente posee la capacidad de formar físicamente al individuo, sino también psicológica y moralmente si utilizamos el deporte como medio para desarrollar y transmitir valores, formando seres humanos conscientes, útiles y felices. Algunos valores como la solidaridad, la cooperación, la comunicación, la participación, la tolerancia, el respeto a los demás, el trabajo en equipo, la convivencia, la perseverancia, la creatividad o la iniciativa, pueden desarrollarse con la práctica del deporte.

El espíritu de la Escuela del Deporte con Corazón es entender que lo que importa es ser mejores, más rápidos a la hora de cumplir con las responsabilidades, más altos para elevar nuestros sentimientos y pensamientos, más fuertes para vencer las debilidades y permanecer siempre unidos por encima de todo lo que pretende separar a los seres humanos: *CITIUS, ALTIUS, FORTIUS, COMUNIS*.

En nuestro logo aparece el fuego olímpico como símbolo universal de unión. Quien siente esta vocación cree, además, en las ideas de hermandad entre los pueblos, de no discriminación, de usar el deporte como correa transmisora de valores y de la búsqueda incansable de la paz.

Así pues, emprendamos el comienzo de una hermosa aventura, hija de ideas luminosas, y al decir de Coubertin: *“A vosotras, mis ideas, dedico mis memorias en señal de agradecimiento por los momentos*

felices que me habéis dado. No estoy seguro de si sois todas mías, ni de si antes de que llegarais a mi mente habíais vivido en la mente de otras personas. No obstante, tengo la impresión de que me pertenecéis, lo que viene a ser lo mismo que si realmente lo hicierais. Nunca nos peleamos. Tiendo a aceptaros y a obedeceros, y tengo fe en vuestra consistencia. Algunas de vosotras ya habéis tomado forma y os habéis hecho realidad. Esto le da confianza a otras ideas en las que no he tenido tiempo de trabajar... Esperarán con paciencia y no me abandonarán.

¡Oh, no me abandonéis! Sois mi felicidad. Pensar, imaginar, soñar, concebir: ¡qué placer!”.



Francisco Iglesias
Coordinador Internacional de la
Escuela del Deporte con Corazón

QUIÉNES SOMOS



Escuela del Deporte con Corazón

La Escuela del Deporte con Corazón Internacional es una entidad sin ánimo de lucro, que inició sus actividades en España en octubre de 2010.

Está presente en cerca de veinte países, entre ellos España, Brasil, Canadá, Paraguay, Bolivia, Guatemala, Costa Rica, Rusia, Ucrania, Israel, República Checa, Hungría, Rumanía, Eslovaquia, Alemania, Colombia y Austria.

La actividad de la Escuela del Deporte con Corazón se basa en tres principios:

- 1º) Canalizar vocaciones con un espíritu filosófico.
- 2º) Utilizar el deporte como medio de transmisión y desarrollo de valores en las personas.
- 3º) Utilizar el deporte como

medio para generar salud.

El espíritu de la Escuela del Deporte es entrenar el cuerpo y la mente. Nuestra cultura aplica una vez más el concepto que el poeta romano Juvenal trajo desde hace mucho tiempo: "*mens sana in corpore sano*". Sin embargo, hace falta comprender el significado profundo de esta famosa cita: mantener un espíritu equilibrado dentro de un cuerpo sano.

Y también rescatamos el lema olímpico: "*Citius, Altius, Fortius*" (más rápido, más alto, más fuerte), frase también adoptada por Pierre de Coubertin tras escucharla de su amigo, el dominico Henri Martin Didon, y que simboliza la lucha del ser humano para mejorarse a



sí mismo. Entendemos que lo importante es ser mejores, más rápidos para cumplir con nuestras responsabilidades, más altos para elevar nuestros sentimientos y pensamientos y más fuertes para superar las debilidades.

Como diría el filósofo Aristóteles: *“En los Juegos Olímpicos no son coronados los más bellos y los más fuertes, sino los que saben competir. También, en la vida, el que actúa con rectitud, recibe el premio”.*

Por eso, todos los que participan de la Escuela del Deporte con Corazón son voluntarios y el Fuego Olímpico aparece en nuestro logotipo como un símbolo universal de la Unión.

Para contactarnos:

Correo electrónico: snesporte@nova-acropole.org.br

Instagram: [@escuela.deporte.corazon](https://www.instagram.com/escuela.deporte.corazon)

YouTube: Escuela del Deporte con Corazón Internacional

Sitio web: <https://www.escueladeldeporteconcorazon.com>

Ritos y símbolos olímpicos desde la perspectiva de Pierre de Coubertin



Varios factores llevaron a Pierre de Coubertin a la idea de restaurar los Juegos Olímpicos. Sin embargo, se sabe que los descubrimientos arqueológicos de Olimpia, acompañados de otras excavaciones en Grecia y Asia, fueron determinantes en su decisión de traer el acontecimiento de la Antigüedad a la Era Moderna. El barón no fue el primero en intentar lograr este hecho, pero el éxito de su esfuerzo se basó en la asimilación de conceptos en línea con los ideales y percepciones olímpicas griegas, así como en el desarrollo de reglas para el buen funcionamiento de los Juegos, como la internacionalización de las competiciones y la fidelidad a la periodicidad de cada Olimpiada (LENK, 2012).

Aunque el período de los Juegos Olímpicos en la Grecia antigua ha sido tradicionalmente marcado por



Pierre de Coubertin en Olimpia en 1927, acompañado por su hija Renée, mujer de gran inteligencia, que ayudaba a su padre en su trabajo (Colección Navacelle).

las confraternizaciones, muchos pueblos de la Antigüedad vivieron conflictos y disputas que culminaron en sangrientas guerras. En Elis, la ciudad-Estado del centro administrativo del evento, se formalizaban ciertos compromisos: para competir era necesario ser libre, de “raza pura” (es decir, naturalmente griegos), no haber cometido ningún delito o impiedad y cumplir una estancia obligatoria de treinta días previos a las competiciones. Mientras tanto, ciudadanos seleccionados como “mensajeros de Zeus” recorrían Grecia proclamando la tregua sagrada, que exigía el cese de toda disputa armada y combate entre los helenos. De esta forma, el territorio de Olimpia, declarado neutral, era inviolable y debía respetarse la fiesta atlética (MÜLLER; TODT, 2015).

Tales procesos instigaron a Coubertin, especialmente considerando las necesidades que percibía en su contemporaneidad. Según el francés, la humanidad vivía una “crisis de educación” (MÜLLER; TODT, 2015, p. 570), que estaba directamente relacionada con la forma en que Europa -especialmente Francia, su tierra natal- trataba la educación de los jóvenes. Defendió que el sesgo tecnicista de los enfoques pedagógicos no contemplaba la formación integral de los estudiantes, principalmente en lo que concernía a las virtudes morales y éticas. Sin limitarse a eso, la mirada de Coubertin trascendió el ámbito educativo, extendiéndose también a los ámbitos del deporte,

de la internacionalización y de la paz, a partir de los cuales el barón comenzó a establecer simbolismos como representaciones de estas manifestaciones durante las competiciones y otros eventos vinculados a los Juegos Olímpicos.

Uno de los simbolismos fijados por los franceses es la llama olímpica, que representa esencialmente el comienzo de los Juegos Olímpicos. A pesar de que la atención del público se centraba mayoritariamente en las competiciones deportivas, el deseo de Coubertin era que en cada estadio olímpico ardiera la llama, como sucedió en la antigua Olimpia, deseo que se hizo realidad en la misma ciudad, en 1936. Encendida con los rayos solares, la llama conecta simbólicamente los Juegos Olímpicos Antiguos y los Juegos Olímpicos de la Era Moderna. El barón le atribuyó tanta importancia que la consideraba una de las bases del Movimiento Olímpico:

La Llama Olímpica recorre la tierra, al menos de ciudad en ciudad, y continúa su carrera hasta el Lejano Oriente. Si en algún lugar desfallece, las jóvenes naciones se presentarán para tomarla de las manos negligentes dispuestas a dejarla caer. Así, la llama deportiva se salvará de la extinción. Esta es la causa por la que he restablecido los Juegos Olímpicos, no por la vanagloria de restaurar los pórticos desaparecidos (MÜLLER; TODT, 2015, p. 199).

La idea del relevo de la antorcha, cargada con el fuego olímpico, también está vinculada al sentido de internacionalización priorizado por Coubertin cuando decidió el cambio del presidente del Comité Olímpico Internacional (COI) según la sede de cada edición de los Juegos Olímpicos. Fue por eso que el primer presidente del COI fue Demetrius Vikelas, de Grecia, y no el propio barón, ya que los Juegos fueron retomados en la ciudad de Atenas, en 1896. El trabajo del Movimiento Olímpico, en esta perspectiva, asumió desde los principios el rol de promover la paz más allá del deporte, considerando que el cambio de sede en cada Olimpiada posibilita el desarrollo de otros sectores de la ciudad elegida y utiliza los Juegos como impulso para nuevas discusiones sociales e ideológicas, posibilitando la igualdad, la justicia, el respeto, la indiscriminación y otros valores acordes con el pensamiento de Coubertin.

Ante esta medida, también se promueve una buena relación entre los pueblos y, en consecuencia, se reduce el espíritu nacionalista, causante de varios conflictos internacionales. Tal pensamiento está de acuerdo con el lema de Coubertin "all games, all nations", recordado por Lenk (2012), quien destaca la relevancia de los Juegos Olímpicos en cuanto a ofrecer, a los adolescentes de todos los países y modalidades deportivas, oportunidades para aprender y conocerse unos a otros. El autor también recuerda la idea de que los Juegos Olímpicos

son disputas entre individuos y no entre países. Tales ideas están claramente presentes en un discurso pronunciado por el barón en 1935, cuyo objetivo era presentar el olimpismo como un medio para la propagación de valores necesarios para el desarrollo de ciudadanos comprometidos con el contexto en el que se insertan: "Pedir que personas diferentes se amen unas a otras es una mera puerilidad. Pedirles que se respeten no es una utopía, pero para que se respeten es necesario que se conozcan" (DURRY, 2016, p. 39). Todavía sobre el olimpismo, Parry (1998) propone que este se caracteriza por la educación, el esfuerzo, la justicia, la paz, la tolerancia y el deporte en igualdad de

condiciones para todos, punto de vista claramente percibido en el pensamiento de Coubertin, que presupone en el atleta la alegría del esfuerzo puesto en sus acciones: "lo importante en la vida no es la victoria, sino la batalla, lo esencial no es haber vencido, sino haber luchado bien" (DURRY, 2016, p. 8).

Otro punto destacado por Lenk (2012) se refiere a la ya herida Tregua Olímpica, que en la Antigüedad, entre sus propósitos, buscaba instaurar en Olimpia la representación del símbolo de la paz a través del deporte. En la misma óptica, el Movimiento Olímpico, a pesar de haber experimentado diferentes cambios, sigue fortaleciendo relaciones para lograr una mayor credibilidad



Extraído de P. Wolff, Was ich bei den Olympischen Spielen sah. Berlin: Specht, 1936, n. 1.

y efectividad en el impacto de sus actividades. Un ejemplo de ello es la alianza firmada con la Organización de las Naciones Unidas (ONU), que también defiende la Tregua Olímpica a una escala global y refuerza el compromiso del deporte en la educación y como fuente de referencia internacional para la relación entre países. Al dirigir una mirada más crítica a los Juegos en la Era Moderna, Lenk (2012) aún evidencia su importante papel, afirmando que el megaevento no se traduce solamente en simbolismos o protocolos de ceremonias de apertura, clausura o podio durante los Juegos Olímpicos. Según él, el espíritu olímpico significa mucho más que las visiones externas acerca de la representatividad de los Juegos: la idea del atleta olímpico debe servir de modelo a los demás miembros de la sociedad, ya que, por su vinculación con el Movimiento Olímpico, ejercen funciones que los atletas de otras entidades no pueden asumir.

Esta línea de razonamiento está de acuerdo con la simbología que lleva el lema *Citius, Altius, Fortius* (en español, Más Rápido, Más Alto, Más Fuerte),

mencionado por primera vez por el sacerdote dominico Henri Didon, en 1891, y lanzado como lema olímpico por Pierre de Coubertin en el mismo año de creación del COI, 1894. Según el francés, el lema no debería ser interpretado solamente desde una perspectiva técnico-deportiva, sino también como un estado filosófico a alcanzar:

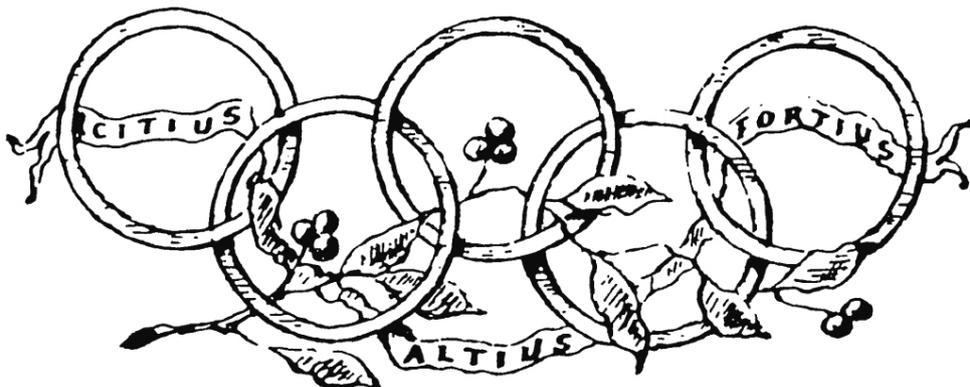
Citius: no solamente más rápido en la carrera, sino también en el sentido de rapidez, de comprensión, de la vivacidad de la inteligencia. Altius: más alto, no solamente con relación a una meta deseada, sino también para el perfeccionamiento moral del individuo. Fortius: no solamente más osado en las luchas dentro del ámbito deportivo, sino también en la lucha vital (MÜLLER; TODT, 2015, p. 577).

En los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, sin embargo, fue necesario garantizar, además del alto nivel de organización y de las competiciones, la seguridad, la salud y una mirada solidaria a los participantes, reflexión provocada por el difícil período pandémico vivido por todos. Teniendo en cuenta estos

aspectos, el COI, en julio de 2021, cambió el lema olímpico a *Citius, Altius, Fortius – Communis*, evidenciando, en ese momento adverso, la urgencia de propagar el espíritu de comunidad y unión entre las personas. Al final, como propone el presidente del COI Thomas Bach (2021), para ir más rápido, más alto y más fuerte, es necesario estar juntos en solidaridad.

También es fundamental hablar de los ritos simbólicos que impregnan los Juegos Olímpicos. En la Antigüedad, el primer día del evento estaba lleno de ceremonias y sacrificios: se presentaban ricas ofrendas en todos los altares, se sorteaba el orden de las competencias y los atletas prestaban el juramento ante la estatua de Zeus. Hoy, las ceremonias olímpicas están igualmente acompañadas de momentos destacados y simbólicos. Estas ocasiones se encargan de resaltar el espíritu olímpico y la cultura de la ciudad anfitriona a partir de las transformaciones del deporte y la sociedad, consolidando, así, entre otros aspectos, los Juegos Olímpicos como uno de los mayores eventos deportivos del mundo (FERNÁNDEZ PEÑA, 2019). Además, las ceremonias representan los valores de paz, fraternidad, esperanza, igualdad, inclusión y otros que surgen con cada edición de los Juegos Olímpicos.

En sus escritos, Coubertin también comenta respecto de algunos rituales insertos dentro de las propias solemnidades, refiriéndose a los Juegos Antiguos al hablar de la relevancia de

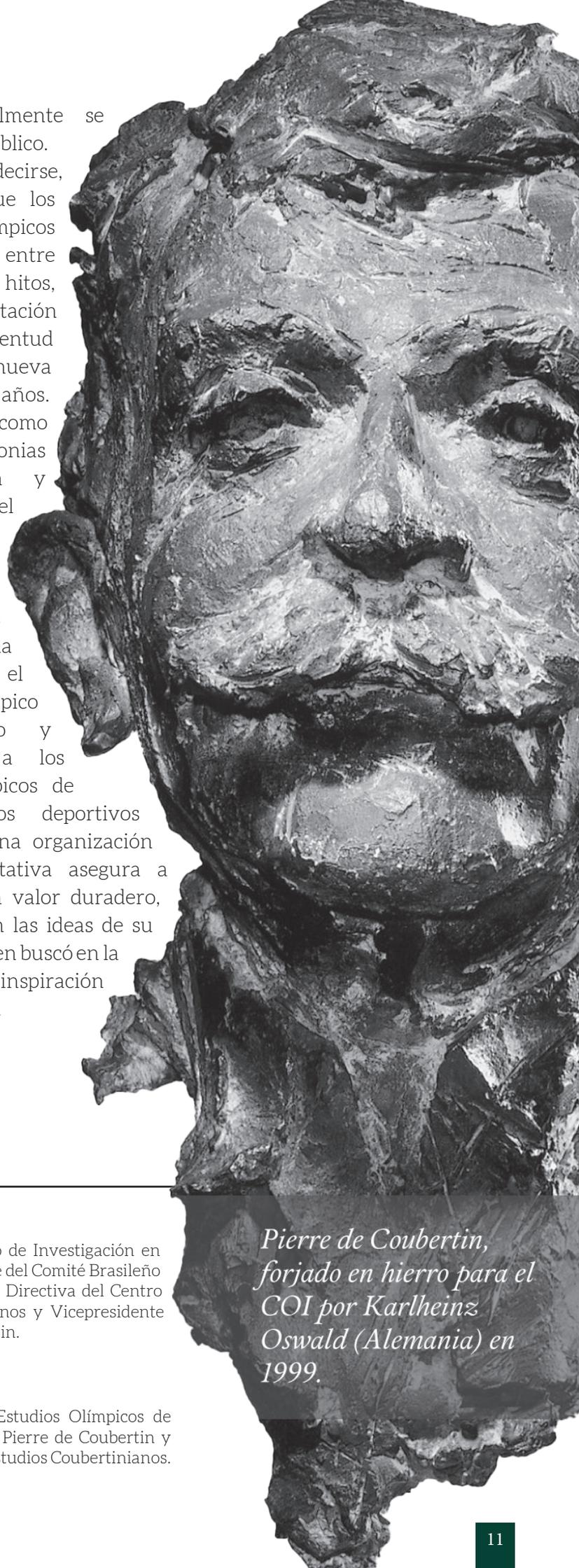


Los aros olímpicos con el lema olímpico "citius-altius-fortius", diseñados por el propio Pierre de Coubertin en 1914 (Colección Navacelle)

las banderas desplegadas en el estadio: “Antes de la apertura de los Juegos, los atletas admitidos a competir se dirigían al templo de Zeus y juraban observar siempre la ley de los Juegos. Se declaraban dignos de actuar en el estadio. La imagen del dios será sustituida por la bandera de la patria para cada uno, y, así, la ceremonia ganará en grandeza” (MÜLLER; TODT, 2015, p. 259). Cabe señalar que la bandera de los países tuvo un gran valor en la época de Pierre de Coubertin (MACALOON, 2013), principalmente por constituir la máxima representación del patriotismo vigente en los siglos XIX y XX. Sin embargo, el enfoque internacional de Coubertin fue cobrando cada vez más fuerza, y fue en este escenario donde apareció la bandera olímpica, exhibida con sus cinco aros olímpicos, que el barón explica: “Toda blanca, con los cinco aros entrelazados: azul, amarillo, negro, verde, rojo, simbolizaban las cinco partes del mundo unidas por el olimpismo y reproducían los colores de todas las naciones” (MÜLLER; TODT, 2015, p. 455). Mencionada por primera vez en 1914, en París, la idea de la bandera olímpica tomó forma en los Juegos Olímpicos de Amberes de 1920, cuando el

símbolo finalmente se presentó al público.

Puede decirse, por tanto, que los Juegos Olímpicos traducen, entre tantos ritos e hitos, la manifestación de la juventud que se renueva cada cuatro años. Simbologías como las ceremonias de apertura y clausura, el homenaje a los ganadores, los aros olímpicos, la bandera y el fuego olímpico dan sentido y diferencian a los Juegos Olímpicos de otros eventos deportivos mundiales. Una organización tan representativa asegura a los Juegos un valor duradero, coherente con las ideas de su fundador, quien buscó en la historia una inspiración para el futuro.



COMITÉ BRASILEIRO
PIERRE DE COUBERTIN

Nelson Schneider Todt

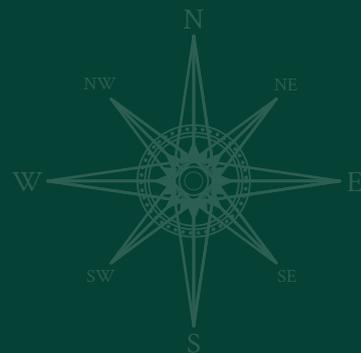
Profesor Titular y Coordinador del Grupo de Investigación en Estudios Olímpicos de la PUCRS. Presidente del Comité Brasileño Pierre de Coubertin, Miembro de la Junta Directiva del Centro Latinoamericano de Estudios Coubertinianos y Vicepresidente del Comité Internacional Pierre de Coubertin.

Christian Roberto Kern

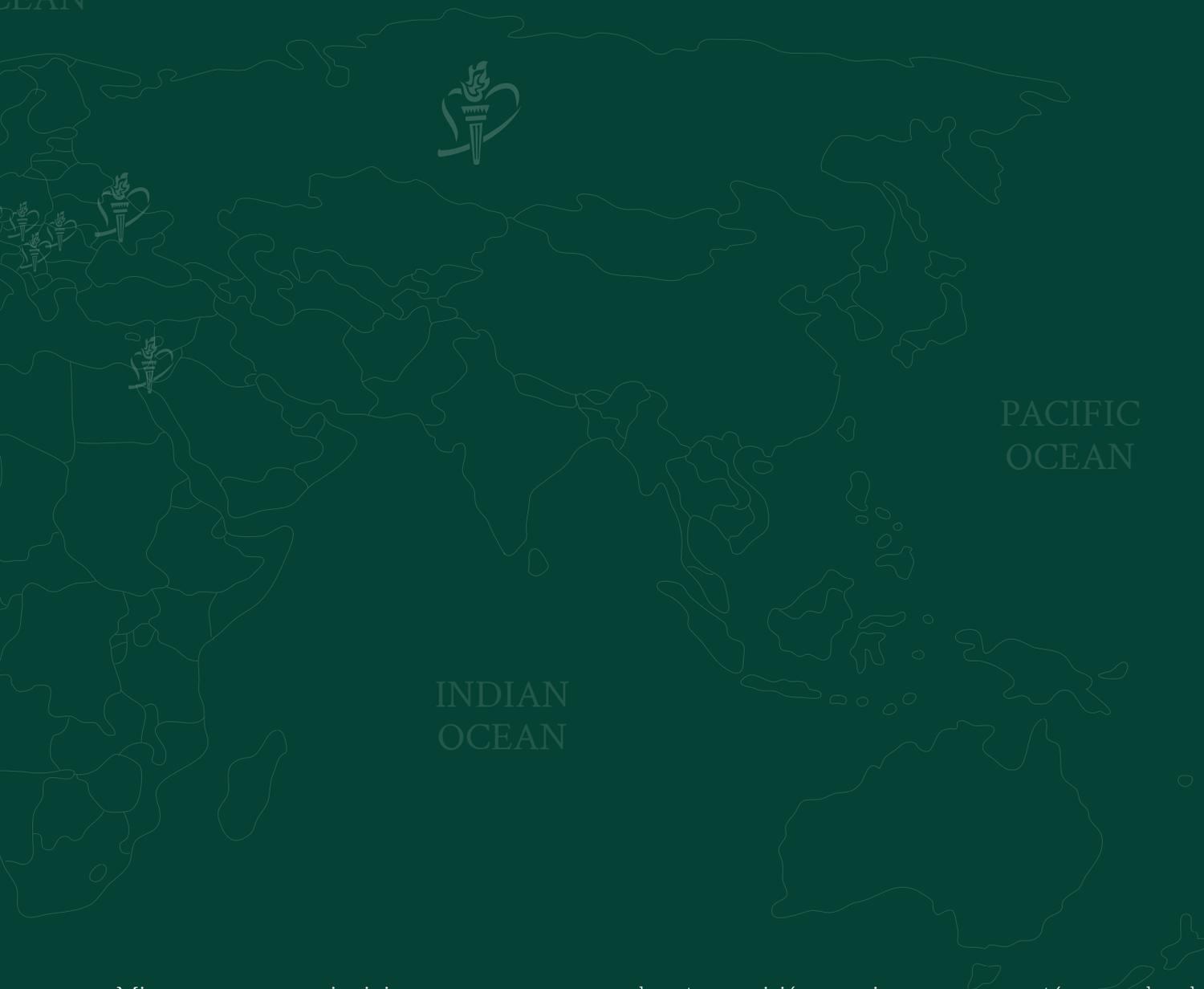
Becaria del Grupo de Investigación en Estudios Olímpicos de la PUCRS. Miembro del Comité Brasileño Pierre de Coubertin y Miembro del Centro Latinoamericano de Estudios Coubertinianos.

*Pierre de Coubertin,
forjado en hierro para el
COI por Karlheinz
Oswald (Alemania) en
1999.*

Deporte con corazón por el mundo



ARTIC
CEAN



PACIFIC
OCEAN

INDIAN
OCEAN

Mismos principios, diferentes formas de manifestación. Símbolos universales, diferentes expresiones culturales y geográficas en las que adquiere forma la llama olímpica en los países donde la Escuela del Deporte está presente en el mundo. El requisito para constituir la Escuela del Deporte

es empezar la transmisión de las clases del Programa de Formación. Con una frecuencia mensual, lo esencial es tener contacto con las ideas de la filosofía, como nos enseña Platón, la “música” y practicarla a través de la “gimnasia”, buscando el desarrollo integral del ser humano. El ejercicio físico es parte central, sin embargo,

siempre que esté cargado de filosofía olímpica, es decir, de deporte con corazón.

Hagamos un recorrido por los países donde está presente la Escuela del Deporte y conozcamos un poco sobre cómo los atletas acropolitanos han vivido estos días el deporte con el corazón.



Eslovaquia



La Escuela del Deporte realizó un paseo ciclístico con visita a un parque histórico, donde el objetivo fue entrenar los músculos, practicar la resistencia y conectar el deporte con la cultura.



Paseo en kayak con el tema del artículo del profesor Jorge Ángel Livraga "Navegando contra corriente", con el objetivo de fomentar la amistad y el espíritu de colaboración, además del contacto con la naturaleza y la experiencia de aventura.



Paraguay



Actividad de los monitores de la Escuela del Deporte del Paraguay, en la ciudad de San Lorenzo.



La Escuela del Deporte promovió actividades en el XIII Encuentro de Integración OINA-Paraguay

Rusia Central



En conmemoración del “Día del Deporte”, se realizó un encuentro con clases de filosofía olímpica y diálogos.



Torneo de tenis de mesa realizado en conmemoración del “Día del Deporte”.



Torneo de voleibol realizado en conmemoración del “Día del Deporte”.

Ucrania



Entrenamiento de voleibol con corazón.



Rumanía



Deporte con corazón durante la pandemia. Gimnasia matinal para cuerpo y mente.

República Checa



Los integrantes de la Escuela del Deporte realizaron un viaje de esquí de fondo en las montañas de la región, con el objetivo de practicar la resistencia muscular y la fuerza interior.



Viaje a Egipto, con la Escuela del Deporte promoviendo ejercicios funcionales por las mañanas, a orillas del río Nilo.



Entrenamientos durante la pandemia: manteniendo la llama encendida.

Brasil Sur



Clase con la Directora Nacional para monitores durante la VII Pretemporada Filosófico-Deportiva.



Clases del Programa de Formación de la Escuela del Deporte durante la VII Pretemporada Filosófico-Deportiva.



Prácticas de ejercicios físicos durante la VII Pretemporada Filosófico-Deportiva.



Actividades de música y gimnasia en las sedes de Curitiba (PR) y Florianópolis (SC).



Desde 2018, la Escuela del Deporte promueve, en colaboración con el Comité Brasileño Pierre de Coubertin, un ciclo de conferencias en honor a la filosofía del olimpismo presentado por el restaurador de

los Juegos Olímpicos Modernos, el pedagogo Pierre de Coubertin. En 2021, se realizaron conferencias en el canal de YouTube de Nueva Acrópolis, con la presencia del Director Internacional de la Escuela del

Deporte, Prof. Paco Iglesias, del presidente del Comité Pierre de Coubertin, Prof. Nelson Todt, y de la especialista en Estudios Olímpicos, Ana Miragaya.



Brasil Norte



Anualmente, los acropolitanos realizan los Juegos de Verano en los que se celebra la plenitud de la vida y el espíritu heroico por medio de festividades deportivas y artísticas.



Actuaciones artísticas durante los Juegos de Verano.



Domingo en el Parque en Manaus: actividad física y espíritu olímpico.



Pintura hecha por el filósofo-atleta Éder Augusto Pereira Queiroz, de la Sede Central NA Lago Norte-DF.



Guatemala



Clase práctica de calistenia con diálogo sobre cómo fortalecernos.



Colombia



Entrenamiento de ejercicios funcionales durante la pandemia COVID19.



Pruebas de atletismo en las X Olimpiadas Acropolitanas Nacionales.

España



Las sedes de las ciudades de Mallorca y Barcelona realizaron una actividad de hermanamiento en la que hubo mucha convivencia, clases y deporte con corazón.



Encuentro de convivencia en Mallorca lleno de aventura y mística: caminata nocturna, juegos, retos, música, voleibol y filosofía.



Clases durante el hermanamiento entre Mallorca y Barcelona.

Canadá



Realización de juegos colectivos de diferentes modalidades con el objetivo de aprender acerca de nosotros mismos a partir de nuestras reacciones en el juego, observarlas y corregirlas en la vida.



Israel



Por primera vez, el país realizó los Juegos Olímpicos Nacionales en su sede, Nahalat-Tal, con la participación de 200 personas, entre atletas, jueces, voluntarios y público. Se realizaron competiciones de voleibol, tiro con arco, carrera, ajedrez, caminata (para mayores de 60 años) y carrera infantil, además de todo el ceremonial olímpico.



I Olimpiadas Acropolitanas de Israel: pruebas infantiles.

Ceremonia de Premiación de las I Olimpiadas Acropolitanas de Israel.



Torneo de voleibol en las I Olimpiadas Acropolitanas Nacionales.

Citius, Altius, Fortius,

Communis



Pierre de Coubertin

Un famoso desconocido

<https://www.escueladeldeporteconcorazon.com/pierre-de-coubertin-un-famoso-desconocido>

Resulta extremadamente difícil poder resumir en un artículo la vida y obra de un hombre que entregó su vida a un ideal pedagógico. Para ello, nadie mejor que el que yo considero su legítimo sucesor, D. Conrado Duránte, para resumir esa vida tan apasionante.

Pierre de Fredey, barón de Coubertin, nació en París el 1 de enero de 1863, dentro del seno de una familia acomodada y de ascendencia italiana, cuyos antepasados se remontaban a un primer Fredey conocido que sirvió al rey francés Luis XI, quien le otorgó un título nobiliario en 1471. Uno de los Fredey adquirirá en 1567 el señorío de Coubertin, cerca de París, adoptando el nombre que con posterioridad conservará la familia.

“Ojalá el gimnasio griego restaurado pueda abrir a las nuevas generaciones el camino a un civismo puro e inteligente, a una cooperación alegre y fraternal”.

Pierre de Coubertin estudiará en París, en la Escuela Primaria, y posteriormente se graduará en la Universidad de Ciencias Políticas. Vivirá en el castillo de Mirville, en Normandía, propiedad de su familia, y en París, en la calle Oudinot número 20, la casa en donde nació y que será inicialmente el centro operativo del COI.

Desengañado de la política y los políticos, desechando



Pierre de Coubertin

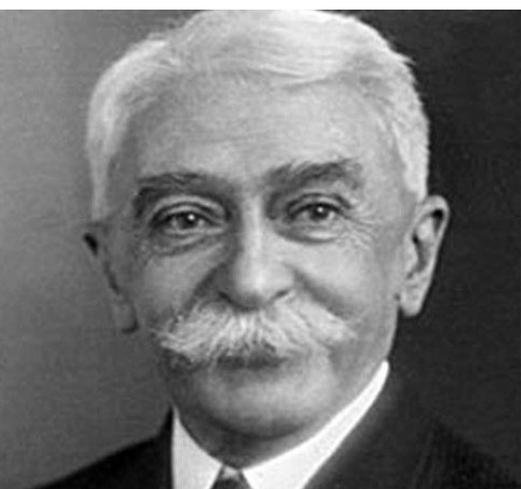
hizo de su vida una aventura apasionante. En un mundo donde la humanidad utilizaba su energía en enfrentamientos entre pueblos y muchos individuos vivían vidas grises, volvió la vista a la antigua Grecia, y encontró un ideal que sirvió para entusiasmar a todas las naciones y que volvió a recrear la alegría y la fraternidad en el juego limpio. Su legado ha traspasado el tercer milenio, pero tal vez es un buen momento para comprobar si nos hemos olvidado de algunos aspectos de este ideal.

también una fácil carrera militar muy propia para su rango y condición, después de profundas cavilaciones, decidió dedicarse íntegramente a la ardua tarea de la reforma educativa en su país, impulsado a ello ante las reveladoras experiencias personales obtenidas en un viaje de capacitación y estudio llevado a cabo en Inglaterra y América del Norte.

La educación, la enseñanza y la pedagogía son en estos momentos de su vida poderosos motores de una febril actividad, desarrollada de forma incansable e ilusionada en prodigiosa proyección histórica de un visionario genial. “He decidido -decía- cambiar bruscamente mi carrera en el deseo de unir mi nombre al de una gran reforma pedagógica... ya que lo más importante en la vida de los pueblos modernos es la educación... educación que ha

de ser el prefacio de la vida... y lo que así expreso, es el resultado de las observaciones adquiridas en las distintas etapas de mis viajes por los Estados de Europa y América del Norte, en donde he podido constatar la existencia de grandes corrientes de reforma pedagógica, independientes de los sistemas gubernamentales e incluso superiores a las mismas tradiciones nacionales”.

El poderoso motor que impulsa su vocacional ideario pedagógico le lleva de manera insoslayable a la moderna concepción del olimpismo, en un tránsito en donde únicamente



“Si alguien me pidiera la receta para ‘olimpizarse’ le diría: la primera condición es estar alegre, y sin duda se sorprendería... Para vivir la alegría completa hace falta otro elemento, el altruismo. ¡Alégrate con la humanidad que renace sin cesar! ¡Ten fe en ella, dedícale tus esfuerzos, confunde tus esperanzas con las suyas! La alegría egoísta no es más que un sol intermitente, la alegría altruista es un perpetuo amanecer”.

Cartas olímpicas. 11 de diciembre de 1918.

“Los cinco elementos constitutivos del deporte: voluntad, continuidad, intensidad, perfeccionamiento y riesgo eventual. Así se une al mismo tiempo con la filosofía estoica, hacia la que puede conducir a sus practicantes...”.

sus excepcionales condiciones personales para plasmar en inmediatas realidades la genial concepción de grandes ideas, hizo posible tan aventurada empresa. El deporte será pues, no solo el medio más cómodo, rápido y eficaz para la formación del individuo, sino también el vehículo más directo de comunicación, comprensión y pacificación de los pueblos, al constituir a su entender una escuela de nobleza y pureza moral, además de ser un medio de fortalecimiento y energía física.

HACIA LA RESTAURACIÓN DE LOS JUEGOS

El 25 de noviembre de 1892, en una conferencia que pronunció en el claustro de la parisina Sorbona sobre los ejercicios físicos en el mundo moderno, anunció el proyecto de restablecimiento de los Juegos Olímpicos, que fracasó ante la general incompreensión, pese al júbilo que despertó la idea.

Dos años más tarde y en el mismo recinto universitario, es aceptado el proyecto por unanimidad, creándose el Comité Olímpico Internacional y designándose como primera sede de los Juegos Olímpicos modernos a Atenas, en donde estos tienen lugar en 1896.

Dos consecuencias

se extraen de tan histórico momento. Acababa de nacer la fuerza sociológica más importante del siglo XXI y su nacimiento se había producido al amparo, cobijo y talante intelectual de un prestigioso recinto universitario.

La misión pacificadora de los Juegos es pauta de especial atención prioritaria para Coubertin, quien manifestaba a finales del año de su restauración: “Es preciso –decía– que cada cuatro años los Juegos Olímpicos restaurados den a la juventud universal la ocasión de un reencuentro dichoso y fraternal, con el cual se disipará poco a poco esta ignorancia en que viven los pueblos unos respecto a los otros, ignorancia que mantiene los odios, acumula los malentendidos y precipita los acontecimientos en el destino bárbaro de una lucha sin cuartel”.

Coubertin será el alma motora, ideólogo, ejecutor y creador de la gran aventura olímpica moderna, a la que estuvo estrechamente vinculado y llevó personalmente desde sus inicios, desempeñando el cargo de presidente del COI entre 1896 y 1925. Usando los limitados medios de la comunicación de la época, dirigió y atendió personalmente el olimpismo restaurado, recibiendo y escribiendo a mano la abundante correspondencia olímpica en

“¡El gimnasio griego! La menos conocida, la menos estudiada, y tal vez, la más fecunda de todas las instituciones de la Antigüedad... El atleta apareció colaborando con el filósofo y el artista en la gloria de la patria...”.

progresivo aumento, en titánica tarea personal a la que dedicó todos los momentos de su vida y también la totalidad de su saneada y considerable fortuna, soportando por ello una aguda y difícil situación económica al final de su vida.

La incompreensión de un sector de sus compatriotas sobre el sentido de su obra y las tensiones políticas del momento motivaron el traslado y ubicación del COI en la ciudad suiza de Lausana, adonde llevó también los archivos del mismo, en virtud del acuerdo firmado en el Ayuntamiento de la ciudad el 10 de abril de 1915, viviendo en este país hasta su muerte, ocurrida de forma repentina el 2 de septiembre de 1937, cuando paseaba por el parque de la Grange en Ginebra.

En su testamento dejó establecido que su cuerpo fuera enterrado en Suiza, nación que le dio cobijo, comprensión y abrigo, a él y a su obra, y que su corazón fuera llevado al mítico santuario de Olimpia, el motor

espiritual de su ilusionado y fecundo que hacer olímpico. Allí reposa depositado en una estela de mármol desde el mes de marzo de 1938.

Coubertin dejó en marcha una gigantesca obra viva y cambiante (el olimpismo y los Juegos Olímpicos) y una prodigiosa fuente de conocimiento e investigación integrada por sus múltiples artículos, libros, obras, conferencias, etc., que sobrepasa las catorce mil páginas impresas, distribuidas en treinta libros, cincuenta folletos y más de mil doscientos artículos sobre las materias más diversas.



LOS MÚSCULOS EN LA SALUD Y EN LA EXPRESIÓN HUMANA

Podemos afirmar que todos los movimientos de nuestro cuerpo, desde los orgánicos hasta los somáticos, dependen del buen funcionamiento de nuestro sistema muscular.

Erika Kalvelage Nocera
Coordinadora Estatal de la Escuela de Deporte en
São Paulo, Brasil-Sul



Los movimientos básicos del cuerpo para recibir las informaciones y los alimentos externos, digerirlos y eliminar los excesos, en todos los órganos (respiratorios, digestivos, urinarios) son realizados por los músculos lisos o por los músculos cardiacos. Esos tejidos musculares son involuntarios, o sea, trabajan independientemente de nuestra voluntad, en todo momento, con su propio ritmo, para permitir que los nutrientes lleguen hasta todo nuestro organismo y que los excesos sean eliminados.

También tenemos una estructura inteligentemente proyectada para que nos expresemos en el mundo: los músculos esqueléticos.

La interacción de los músculos anteriores (del abdomen) y de los posteriores (del dorso) proporciona estabilidad y produce el movimiento del esqueleto axial, para que podamos mantener la postura erecta. Muchas veces, la tensión crónica en la espalda resulta del desequilibrio de esa sustentación (ausencia de tono muscular del abdomen, en caso de lordosis). Puede ser necesario practicar ejercicios o bajar el peso excesivo distribuido de manera desigual para recuperar el equilibrio.

Los músculos abdominales, pélvicos y del perineo también son importantes para la sustentación de las vísceras abdominopélvicas y los músculos torácicos y del dorso, bien posicionados y con tono adecuado, permiten una respiración más eficaz y profunda.

La acción coordinada de



los músculos de los miembros inferiores permite que nos pongamos de pie y que caminemos con estabilidad. Permite también los saltos, las carreras, las sentadillas y muchos movimientos deportivos y de artes marciales. Y permite que transitemos en el espacio y que cambiemos de ambiente de acuerdo a nuestra voluntad.

Como los miembros superiores generalmente no están relacionados con la sustentación de peso ni con la motilidad, su estabilidad fue "sacrificada" por la movilidad. Los músculos

de los brazos, antebrazos y manos, con sus respectivas articulaciones, permiten acciones específicas como escribir, tocar un instrumento musical, utilizar máquinas, pintar, bailar, hacer expresiones corporales importantes para la comunicación, y muchos otros ejemplos.

Los movimientos de los músculos del cuello y del globo ocular posibilitan el foco de nuestra atención en objetos específicos y la ampliación de las posibilidades de visión y de cambio de perspectiva en nuestra mirada.

Los músculos destinados a la masticación permiten la trituración de los alimentos que consumimos, primera etapa de la digestión. Y el tono adecuado de los músculos de la garganta previene los atragantamientos al comer y los ronquidos al dormir.

En la laringe, los músculos que tensan las cuerdas vocales, posibilitan el habla y el canto con los matices de las entonaciones y diferentes alturas de la voz. Y los músculos de la cara permiten que expresemos lo que estamos



sintiendo y nos hagamos entender más allá de las palabras.

Además, poner los músculos voluntarios en movimiento tiene la capacidad de colocar los demás sistemas en un movimiento más energético. Hace que la sangre circule con más potencia y que la digestión y la eliminación de los residuos del cuerpo resulten más efectivas. Estimula el funcionamiento del sistema nervioso y contribuye a que las hormonas lleguen a sus destinos por medio de la circulación sanguínea.

Sin embargo, para que el sistema muscular cumpla su importante papel en la expresión de la vida en el cuerpo físico, son necesarios algunos cuidados. El primero y más importante es poner los músculos en acción. Hay un mecanismo natural en nuestro cuerpo, a través del cual el músculo se atrofia a medida que no es utilizado. Se mantiene tonificado con ejercicios regulares y se fortalece y crece (hipertrofia) cuando se requiere más fuerza, con formación de nuevas miofibrillas y con aumento del diámetro de las fibras musculares.

Por eso, debemos ejercitar regularmente nuestros músculos voluntarios (todos ellos) para que

se mantengan sanos y listos para la acción. Y no se trata solamente de ejercitar los músculos de los miembros superiores e inferiores, sino también de mover de manera consciente los músculos de los ojos, del abdomen, de la pelvis y de la masticación, siempre buscando mejorar la acción de los mismos para que sea más armónica y amplia.

Otro punto importante es el indispensable carácter regular de los ejercicios físicos para la manutención de la salud de los músculos. Cada uno debe encontrar su ritmo propio de realización de actividades físicas en su día a día, de acuerdo a sus necesidades. Pero está indicada una frecuencia mínima de ejercicios por semana y deben ser evitados esfuerzos sin períodos adecuados de descanso.

Una buena frecuencia sería hacer 30 minutos de actividades físicas aeróbicas todos los días, con variación entre modalidades deportivas, para poner diferentes grupos musculares en movimiento.

Debemos conceder atención al calentamiento de los músculos, o al despertar de los mismos en el inicio de los movimientos, al aumento gradual de intensidad



hasta el pico máximo de uso, así como a la reducción progresiva de los movimientos hasta el reposo, para que no haya lesiones.

Eso debe ser realizado no solamente en los momentos de entrenamiento, sino todos los días, al despertar y al ir a dormir. Mover las articulaciones al levantarse es una buena práctica para estimular el movimiento de los músculos del cuerpo de manera armónica, sin excesos, y para poner en funcionamiento la máquina corporal.

Un último aspecto de la preservación de la salud de los músculos es la alimentación equilibrada, con consumo de todos los nutrientes -proteínas, hidratos de carbono, grasas, fibras, minerales y vitaminas- de acuerdo a las necesidades específicas de cada uno, lo que depende de factores como edad, sexo, situación nutricional, genética y entrenamiento físico.

Así, con estos cuidados, tendremos cada vez más disposición y energía para cumplir las tareas cotidianas y profesionales y para expresarnos de manera más auténtica y armónica por medio de los movimientos corporales.





EL ESPÍRITU OLÍMPICO

UNA FILOSOFÍA
CARGADA DE
VALORES

Ana Gálvez
Miembro del Senado Olímpico
Internacional filosófico

El deporte es una actividad accesible y recomendable para todos. Tal vez por ello, la celebración de unas Olimpiadas despierta siempre tanta expectación. La Escuela del Deporte con Corazón es consciente de lo que se transmite a través de la práctica del deporte y promueve la vivencia de la actividad deportiva con “espíritu olímpico”.

Como diría Conrado Duránte: “Si el deporte no sirve al hombre, para nada sirve”. Por eso, desde la Escuela del Deporte con Corazón somos conscientes y responsables de qué se está transmitiendo a través de la práctica del deporte, pero también lo que se muestra en nuestras Olimpiadas Filosóficas.

Si algo he aprendido en todos estos años sobre el espíritu olímpico es que siempre subyace la superación, el esfuerzo por dar lo mejor en cada competición, ver a otro atleta no como un rival, sino como el ser que sirve de acicate para superarte a ti mismo.

Los orígenes de los Juegos Olímpicos en la Antigüedad no están en absoluto claros, ya que no hay fuentes que lo atestigüen con certeza. Ya incluso los historiadores helénicos fueron incapaces de encontrar esos inicios del rito. El primer dato seguro son los JJ.OO. del año 776 a.C., donde Corebo de Elida, cocinero en la ciudad-Estado de Elis, vence en la carrera del estadio (única prueba). Después de esta primera edición, pasa a ser una fiesta cuatrienal, al igual que los JJ.OO. modernos.

LOS FESTIVALES DEPORTIVOS EN LA ANTIGÜEDAD

Unos dos siglos después de su primera edición, se establecieron otros importantes festivales deportivos en honor a otros dioses: Juegos Píticos en honor a Apolo (hijo de Zeus), Juegos Ístmicos en honor de Poseidón (dios del mar) o los Nemeos. La gran ambición de



los atletas griegos era obtener la victoria en cada uno de los juegos disputados.

Unos cuantos siglos han pasado desde aquellas primeras Olimpiadas en Grecia, pero volver a rescatarlas con su espíritu inicial hace que los atletas se sientan felices y dispuestos, sonrientes y a la vez nerviosos porque van a demostrar que la constancia y la perseverancia de sus entrenamientos van a tener pronto sus frutos.

Ya lo dijo el barón Pierre de Coubertin en 1908 durante los Juegos de Londres: “Lo más importante en los Juegos Olímpicos no es ganar sino participar, de la misma forma que lo más importante en la vida no es el triunfo, sino el esfuerzo. Lo esencial no es haber

conquistado, sino haber luchado bien”.

Algo que también conmueve el alma es ver llegar la antorcha olímpica portada por los atletas que en las pasadas Olimpiadas obtuvieron más medallas en su medallero. Es una reminiscencia de los Juegos Olímpicos de la Antigüedad y su espíritu. Se enciende con los primeros rayos del sol del solsticio de verano y es custodiada por los atletas hasta que comienzan las Olimpiadas. Ver encender el Fuego Olímpico todos juntos es una experiencia que queda grabada en el corazón y que te recuerda que tú también tienes parte de ese fuego en tu interior, es el entusiasmo que hace que todas tus acciones tengan un calor especial.

CITIUS, ALTIUS, FORTIUS

No podemos olvidarnos del lema olímpico: “*Citius, Altius, Fortius*” (más rápido, más alto, más fuerte), frase adoptada también por Coubertin tras oírlo a su amigo, el dominico Henri Martin Didon, y que simboliza la lucha del ser humano por mejorar.

“El olimpismo es una filosofía de vida, que exalta y combina en un conjunto armónico las cualidades del cuerpo, la voluntad y el espíritu. Aliando el deporte con la cultura y la educación, el olimpismo se propone crear un estilo de vida basado en la alegría del esfuerzo, el valor educativo del buen ejemplo y el respeto por los principios éticos fundamentales universales”.

Pierre de Coubertin, precursor de la filosofía del olimpismo, enfatizó los valores de igualdad, justicia, imparcialidad, respeto a las personas, racionalidad, entendimiento, autonomía y excelencia, como paradigma del movimiento olímpico.

Como vemos, muchos valores se entrelazan para formar parte de una única filosofía, de una forma de vida, de la búsqueda de un objetivo. Muchas veces no importa cuál es el reto sino la manera de afrontarlo, la confianza y seguridad que se deposita en uno mismo para continuar trabajando a la vez que se disfruta de lo que se hace.

Muchas veces, participar en unas Olimpiadas es la consecuencia de la práctica de

estos valores. Esta participación se convierte, en sí misma, en un éxito personal y deportivo, a veces, independiente del resultado. Formar parte de esta celebración es una oportunidad para aprender, una experiencia única que acompaña a lo largo de la vida, y que anima a afrontar nuevos retos.

Los valores olímpicos pueden estar presentes en todos nosotros, en cada persona, deportista o no. Estarán presentes siempre que tengamos la seguridad de que, dando los pasos adecuados, esforzándonos, siendo constantes, respetando a quien nos rodea y superando las dificultades, llegaremos a donde queremos estar, haciéndonos responsables en todo momento de cada decisión que tomemos.





ESPÍRITU OLÍMPICO HOY

Olimpiadas del Voluntariado

En 2018, la Escuela del Deporte con Corazón celebró sus primeras Olimpiadas Internacionales del Voluntariado en Chinchilla de Montearagón, España, reuniendo a 450 personas de nueve países. La bandera de la fraternidad de Coubertin se izó con la presencia de tres de sus cinco anillos, representados por países de América, Asia y Europa. Reunió a países como Ucrania y Rusia, demostrando que la amistad y la unión son más fuertes que cualquier sentimiento de separatividad.

Los corazones de los seres humanos no sueñan con la guerra. Diferentes culturas se encontraron en esos días, hubo presentaciones artísticas ofrecidas por los atletas y diferentes expresiones de belleza se hicieron presentes en estos juegos de paz.

“Esta experiencia nos dio la oportunidad de vivir, de manera práctica, la comunicación de corazón a corazón; nos enseñó que la fraternidad es posible y verdadera; que el lenguaje del alma puede trascender barreras; que el fuego interior de uno es capaz de llegar al pecho de otro por un hilo invisible, pero más fuerte que cualquier músculo. No hay limitaciones, hay pureza, entusiasmo, confianza y alegría extrema al vivir la magia del reencuentro”.

Fabiana Turelli,
Miembro del Senado Olímpico Internacional filosófico

Se crearon los lazos de amistad y se selló por muchos el compromiso del reencuentro en las siguientes Olimpiadas. En esta ocasión, Brasil (Sur) fue elegido como sede para albergar los próximos Juegos de las II Olimpiadas Internacionales del Voluntariado, que estaban previstos para 2022, pero que fueron pospuestos para 2023, debido al impacto sufrido por la pandemia.

Las Olimpiadas tienen como figura inspiradora a Pierre de Coubertin, un educador francés responsable de rescatar la filosofía del olimpismo para la Era Moderna. La Escuela del Deporte ha continuado el sueño de Coubertin de reanimar el espíritu olímpico para poner el deporte al servicio del desarrollo humano.

“Muchas personas se engañan a sí mismas cuando participan en simples ejercicios saludables, creyendo que están ‘haciendo deporte’. El deporte, comprendido de forma correcta, conduce al triunfo de la voluntad y al humano ideal”.
Pierre de Coubertin

Nuestro objetivo no es el deporte ni la salud solamente, sino las virtudes que se pueden adquirir a través del deporte y de un estilo de vida saludable y así mejorar la sociedad. Una mejora en el mundo solo puede ocurrir si cada ser humano se convierte en un ser humano mejor. Entendemos que las Olimpiadas ofrecen una oportunidad fantástica para canalizar la belleza y la bondad que habitan en el corazón de cada atleta, expresando lo mejor del espíritu de voluntariado que buscamos ofrecer.

Desde 2018 seguimos manteniendo la llama encendida y trabajando para que el auténtico espíritu olímpico esté cada vez más presente en la vida de aquellos que pudieron sentir su fuerza de unión y superación del espíritu humano.

Cada año, nuevos países se han organizado para realizar las Olimpiadas Nacionales de acuerdo a los protocolos coordinados por el Senado Olímpico Internacional filosófico y así fortalecer la presencia de la llama olímpica en

diferentes territorios separados geográficamente, pero unidos en torno a este Fuego Sagrado que nos recuerda que somos UNO.

Seguimos trabajando para construir esta Saga Olímpica que el Destino nos ha permitido vivir, luchando por honrar las enseñanzas que hemos recibido, tratando de dar lo mejor de nosotros. Esta es la gran meta que el entrenamiento del deporte con corazón nos invita a vivir. ¡Nos vemos en Olimpia!

Ricardo Vela y Sara Fantin
Miembros del Senado Olímpico Internacional filosófico



Identidad

Desde lo alto de la barca pude ver
Adonde inmerso, feliz pensé ser.
... ¡¿Ser?! Percibí que allí nunca fui.
Fui burla del deseo.
Feliz, a distancia, la Diosa reía
En cuanto la corriente me conducía
Por los mares, días, tras días
mi triste estancia
Entonces, seguía
En el lago de la impía Maya,
Que allí me retenía.
feliz fue el día
Cuando llegó el fin de la agonía,
cuando vi la barca
Y la mano que se extendía.

Dirigí mi atención al barquero
Serenos, con sus ojos hablaba
Que vigilante mi Yo estaba
Y el orden ahora el alma daba.
Hasta ese momento vi la flor de loto
de pétalos inmaculados
Entre aguas sucias y pantanosas
Que ahora, navegaba.

Cuando en la orilla atraqué
Del bolsillo la semilla saqué,
regalo que conquisté
Cuando en la barca puse el pie
Subí la montaña según lo indicado,
Por el navegante que me había rescatado
¡Y en la cima, cumplí! La planté.
Cultivé, cultivo y cultivaré
El ser que vi desplegar.
Miro hacia la cima y ahí está
La Flor de Oro que fulgura.



Márcio Reichert de Souza
Miembro afiliado Porto Alegre,
Brasil-Sul.

Educación olímpica

pretemporadas filosófico-deportivas



Las pretemporadas filosófico-deportivas comparten propósitos con las Olimpiadas Acropolitanas. Ambas forman parte del proyecto pedagógico de la Escuela del Deporte, que tiene como objetivo promover la educación olímpica a través de la canalización de vocaciones, del desarrollo de valores a través de la práctica deportiva y de la promoción de la salud. Así, las pretemporadas surgen como una estrategia educativa para preparar a los atletas y aficionados al deporte que se realiza desde



una concepción abstracta y fantasiosa del deporte. Por eso, las pretemporadas también son idóneas para orientar la comprensión de este cálido deporte, imbuido de corazón, pero a la vez estructurado, pensado, que respeta criterios lógicos e incluso algunas metas.

En las pretemporadas promovemos el espacio de comprensión de esta atrevida combinación, generamos tiempo de estudio, que nunca puede desligarse de la pasión por el deporte. Necesitamos tanto el calor del fuego como su luz. Buscamos corazón y mente activos y unidos para consolidar la llama de la antorcha olímpica que guía, ilumina y calienta caminos. Y luego tenemos un

espacio-tiempo organizado pedagógicamente en un programa de clases, teóricas y prácticas, que ayudan a acercar a las personas a los propósitos olímpicos, ampliamente difundidos por el Director Internacional de la Escuela del Deporte, Paco Iglesias. Vamos a repasarlos:

- Preparar a los atletas* para la competencia* y la lucha, tanto individualmente como en equipo.
- Enseñar respeto y admiración por los oponentes. Recordemos aquella vieja enseñanza que dice que “en la mesa y en el juego se conoce a la dama y al caballero”.
- Rescatar el espíritu olímpico del tiempo y hacerlo realidad en nuestra vida cotidiana.

*Atleta = “aquel que lucha”

*Com petire = “ir juntos hacia algo”

Fabiana Turelli
Miembro del Senado Olímpico Internacional filosófico



la perspectiva de la Escuela del Deporte, es decir, que parte del corazón, cargado de sentimiento e inspiración. Sin embargo, esto no debe corresponder a



Reseña cinematográfica

Esta historia nos presenta al joven atleta Drew, quien vive en condiciones bastante duras. Su padre murió cuando él aún era un niño, su madre vive abrumada y su hermano mayor lo involucra en sus problemas con narcotraficantes.

En medio de esta gran confusión, su vecino, el entrenador retirado Coleman, al darse cuenta de la vocación del joven por el atletismo, se ofrece a entrenarlo para que pueda correr una milla en menos de cuatro minutos y garantizarle una beca para la universidad.

Incluso con sus sombras, los dos establecen una bonita relación de maestro y discípulo. Drew pudo comprender que el deporte va mucho más allá del entrenamiento físico y que puede ser una herramienta importante para ayudarle a afrontar otras pruebas de la vida, incluso las más duras.



4 minutos para la gloria (4 Minute Mile)

Alana Cardoso

Atleta afiliado Florianópolis, Brasil-Sul

REDACCIÓN

La revista **Deporte con Corazón** es promovida por un grupo de personas comprometidas con la formación de los seres humanos.

Se lleva a cabo de forma totalmente altruista por parte de los socios de:

Organización Internacional de Nueva Acrópolis

Escuela del Deporte con Corazón

Comité Brasileño Pierre de Coubertin

Y colaboradores de diferentes áreas culturales, científicas y sociales alrededor del mundo.

Director: **Francisco Iglesias**

Coordinadora: **Sara Fantin**

Diseño web y maquetación: **Tiago Arruda da Cruz**

Traducción: **Alana Cardoso e Pietro Lunelli**

Estilo y corrección: **Noêmia André, Sylvio Hilas, Esmeralda Merino, Mercedes Moreno Jimenez**



**Escuela
del Deporte
con
Corazón**



NUEVA ACRÓPOLIS
ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL

