



## 2 zapatillas, 30 virtudes y 1 meta

**Editorial Proteus publica *Buen deportista, mejor persona*, una obra que aborda la influencia de la práctica deportiva en el crecimiento personal**

**Mauro Valenciano propone a padres y formadores una guía práctica para educar a través del deporte**

**Barcelona, junio 2010./** Editorial Proteus acaba de publicar *Buen deportista, mejor persona*, una obra de Mauro Valenciano, que demuestra que la filosofía y la ética tienen más relación con el deporte de la que a priori puede parecer. La propuesta ofrece una visión del deporte como un complemento de formación, capaz de moldearnos como mejores personas, aprendiendo a competir pero también a colaborar, a reconocer el fracaso o a superar limitaciones. El deporte se convierte así en una escuela de maduración y formación de ciudadanos libres y responsables, aunque “cuando compramos un balón de fútbol no podemos caer en el error de pensar que ese objeto va a educar a nadie. Depende del uso que le demos”.



Partiendo de ejemplos prácticos, el libro se organiza a partir de treinta valores que se pueden desarrollar en el deporte, como la honestidad, el respeto, el esfuerzo, la responsabilidad, el autoconocimiento, la amistad, la concentración o la alegría. Valenciano añade algunos condimentos que deben acompañar a todas estas cualidades, como la pasión y la estrategia, “clave fundamental del éxito”.

Entre los valores propuestos, el autor destaca la honestidad, como “una de las virtudes principales que puede aprenderse en el deporte”; el respeto (de los deportistas, padres y formadores) como “condición indispensable para arrancar un proceso formativo”; o el esfuerzo, cuya clave es hacerlo no por imposición sino por la convicción de que “vale la pena”, encontrando “la satisfacción intrínseca de hacer las cosas de ese modo esforzado”.

Mauro Valenciano, para quien “gozar con la práctica del deporte es de las experiencias más reconfortantes que un ser humano puede tener”, reflexiona también sobre la dedicación y el tesón que se esconden tras algunos virtuosos del deporte: “No se trata únicamente de una cuestión de talento natural, de herencia genética o de cualidades antropométricas, sino de un severo sistema de entrenamiento, de una peregrinación por las canchas, de los madrugones los sábados por la mañana, de las excursiones a campos recónditos”.



Un claro ejemplo de persona forjada a través del deporte es el Premio Nobel de Literatura y portero de fútbol Albert Camus, quien, según recoge el libro, en una entrevista declaró que “todo lo que sé sobre moralidad y responsabilidad se lo debo al fútbol”. Valenciano cita también como ejemplo al jugador del F.C.Barcelona Andrés Iniesta, “un futbolista que triunfa desde su sencillez, desde su humildad. Dos valores que conviene tener siempre cerca”. Especialmente útiles pueden ser para acatar las normas que rigen la práctica deportiva, un aspecto que puede explicarse de forma resumida en una cita del filósofo del deporte Bernard Suits: “Practicar un deporte es el intento voluntario de superar obstáculos innecesarios”. Según el autor, esta superación produce alegría en el deportista quien, junto a la presión de las normas, debe disponer también de un espacio de libertad y creatividad que le permita “fluir” mediante el binomio indisoluble pasión-concentración.

De esta forma, el deporte, puede ser una preparación para la vida y para la etapa adulta, cuyos resultados se observan ya en la propia práctica deportiva: “un deportista joven puede lucir galones de adulto mostrando su madurez en la cancha”, dice Valenciano. Según él, lo que hacemos y cómo nos mostramos en la cancha revela nuestros valores y nuestra visión del mundo. “El deporte se compone de muchas instantáneas que destilan enseñanzas sobre la ética de cómo nos conducimos por la vida (...) ya sea en el entrenamiento o en la competición, en el recreo escolar o en la práctica en el tiempo libre”.

**Mauro Valenciano (1978)**, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, ha trabajado como entrenador, árbitro, director técnico y formador de formadores, especialmente en el mundo del baloncesto. Creó Keysport para afianzar su proyecto profesional en el deporte y ampliarlo a ámbitos colindantes, como la educación y la cultura. Ha publicado *El entrenador y el equipo* (Paidotribo, 2008) y *100 suggeriments per educar dins la família* (Cossetània, 2009).

*Buen deportista, mejor persona. Ética y deporte.*

Mauro Valenciano

Ensayo// Ed. Proteus. Colección Siglo XXI// 155 pág. // 15 €