

## ¿Del deporte a la vida cotidiana?

Categoría: 188-La Clase

Publicado: Viernes, 01 Mayo 2026 14:41

Escrito por Mario Antonio Ramírez Barajas

---



### Dos lenguajes

Lo que el deporte ofrece no es solo una serie de habilidades, sino una forma de organizar la acción que resulta tan consistente que invita a pensar que puede trasladarse sin mayor dificultad a otros ámbitos.

Hay algo engañoso en la manera en que el deporte ordena la experiencia, porque lo hace con tal eficacia que uno termina creyendo que esa lógica no pertenece al deporte, sino a la realidad misma. Dentro de ese espacio, el esfuerzo encuentra una forma, la repetición adquiere sentido y el tiempo deja de ser una sucesión incierta para convertirse en un proceso que, con mayor o menor precisión, puede

## **¿Del deporte a la vida cotidiana?**

Categoría: 188-La Clase

Publicado: Viernes, 01 Mayo 2026 14:41

Escrito por Mario Antonio Ramírez Barajas

---

leerse. No es que todo funcione como se espera, pero lo suficiente sí como para sostener la impresión de que existe una relación entre lo que se hace y lo que ocurre.

Esa impresión no es menor.

Permite entrenar sin preguntarse demasiado, sostener rutinas que desde fuera parecerían excesivas y aceptar niveles de exigencia que, en otro contexto, resultarían difíciles de justificar. Todo parece tener un lugar, incluso el error, porque el sistema lo absorbe y lo devuelve en forma de corrección. Y ahí es donde empieza el equívoco.

### **La continuidad que no existe**

Lo que el deporte ofrece no es solo una serie de habilidades, sino una forma de organizar la acción que resulta tan consistente que invita a pensar que puede trasladarse sin mayor dificultad a otros ámbitos. Se asume que la disciplina, la constancia o la capacidad de sostener el esfuerzo funcionan igual fuera de ese entorno, como si no dependieran del sistema que les da sentido.

Pero esa continuidad es más frágil de lo que parece.

El atleta aprende a insistir dentro de una estructura que no tiene que construir, una estructura que ya está ahí y que le indica qué hacer, cuándo hacerlo y, sobre todo, por qué hacerlo. Fuera de ese marco, la relación entre esfuerzo y resultado pierde nitidez, y lo que antes se sostenía con naturalidad empieza a requerir una interpretación distinta.

No es que la disciplina desaparezca, pero deja de explicarse por sí sola. No es que la constancia pierda valor, pero ya no encuentra automáticamente un lugar donde desplegarse. Lo que dentro del deporte se vive como proceso, fuera de él puede convertirse en una forma de repetición que no conduce a nada si no se redefine.

### **Lo que no viaja**

Hay algo en la experiencia deportiva que rara vez se nombra porque funciona demasiado bien mientras uno está dentro: la certeza de que el esfuerzo tiene sentido en el lugar donde se ejerce. Esa certeza no

## ¿Del deporte a la vida cotidiana?

Categoría: 188-La Clase

Publicado: Viernes, 01 Mayo 2026 14:41

Escrito por Mario Antonio Ramírez Barajas

---

depende únicamente del resultado, sino del hecho de que existe un sistema que la contiene y la hace legible.

Cuando ese sistema deja de estar, lo aprendido no desaparece, pero tampoco se activa de la misma manera. La capacidad de sostener el esfuerzo puede prolongarse, pero sin una dirección clara corre el riesgo de volverse insistencia. La disciplina puede mantenerse, pero sin un marco que la organice puede derivar en rigidez. La lógica que antes daba coherencia a la acción deja de operar, y lo que parecía trasladable se revela como algo más situado de lo que se creía.

Ahí no hay error.

Hay un límite.

El deporte no engaña, pero tampoco acompaña más allá de las condiciones que lo hacen posible, y por eso lo aprendido dentro de él no se despliega automáticamente fuera, sino que exige una traducción que no está incluida en el entrenamiento. Esa traducción no consiste en aplicar lo mismo en otro lugar, sino en entender que ese lugar ya no responde de la misma manera, y que lo que antes funcionaba como evidencia ahora requiere ser pensado de nuevo.

No desde cero.

Pero tampoco desde la misma lógica.

<https://www.cronica.com.mx/deportes/2026/04/21/del-deporte-a-la-vida-cotidiana/>

abril 21, 2026 at 6:00a.m. GMT-6