

## **La *paideia* como la superación de dualismos en el deporte**

**Antonio Sánchez-Pato**  
**Sonia María Martínez-Castro**

**Universidad Católica de Murcia (UCAM)**  
apato@ucam.edu

### **Resumen**

**Resumen:** En el deporte se han instalado posiciones dualistas, que separan, al tiempo que complementan, a mente y cuerpo y, por tanto, a filosofía y gimnasia. En este trabajo trasladamos esta cuestión a la relación entre ciencia y deporte, como representantes de las facultades intelectuales *versus* las facultades físicas. Nuestro objetivo es contribuir a diluir la antítesis y el dualismo subyacentes. Proponemos para ello el análisis de dos proposiciones básicas: por un lado, que *la filosofía es una gimnasia para la mente; por otro, que la gimnasia es una filosofía para el cuerpo*. La herramienta hermenéutica que nos facilita este estudio es la recuperación del concepto clásico de *paideia* y su revitalización a través de las humanidades.

**Palabras clave :** Gimnasia, Paideia, Cuerpo, Mente.

### **Abstract**

**Abstract:** In sport one can find dualistic positions on the relation between body and mind and, actually, on that gymnastics and philosophy. In this study we will analyze the relation between science and sport, arguing that it represents a metaphor of intellectual powers *versu* physical powers. Our aim is to help weaken the underlying antithesis of this dualism. Our starting point will be the analysis of two main statements: the first is that *philosophy is a gymnastics for the mind*; the second, *that gymnastics is a philosophy for the body*. The hermeneutic tool which will help us develop our theoretical approach to this study is the classical concept of *paideia* and its revitalization through the humanities.

**Keywords:** Gymnastics, Paideia, Body, Mind.

### **Introducción**

Desde la filosofía heredamos posturas dualistas (mentalistas *versus* corporalistas; materialistas *versus* espiritualistas), monistas o integradoras. Intentaremos vehicular un enlace entre mente y cuerpo tendiendo un puente entre la filosofía y la gimnasia. Analizaremos el modo en que actividades “corporales”, como la gimnasia o el deporte, y



actividades “mentales”, como la ciencia o la filosofía, resultan existencialmente más próximas de lo que a primera vista parece.

Nuestra posición de partida es que tanto la hipertrofia de lo intelectual como la hipertrofia de lo corporal pueden acarrear importantes secuelas en el ser humano, pudiendo llevarnos a la soberbia en unos casos o al narcisismo en otros. Evidentemente, cuerpo y mente no son lo mismo, aunque constituyen una entidad; tampoco la filosofía y la gimnasia, o la ciencia y el deporte, son lo mismo. Sin embargo, para construir al hombre es preciso armonizar ambas facetas, junto a otras de índole religioso, estético o moral, en sus distintos niveles.

Los modelos mentalistas o corporalistas (materialistas) representan posiciones teóricas con un correlato en actitudes vitales que acompañan modelos de vida orientados, respectivamente, hacia el desprecio de las operaciones corporales o intelectuales. En virtud de ello se construyen modelos de hombre en los que, ora actividades intelectuales (representadas por el intelectual, el científico, el académico), ora corporales (representadas por el deportista, el atleta, el gimnasta), son consideradas preferibles –en términos sociales, culturales o simplemente pragmáticos– como modelos de vida.

Tanto el desarrollo de lo corporal, con dejadez de las funciones intelectuales, como el desarrollo intelectual, con dejadez de las funciones corporales, generan reduccionismos. A este esquema subyacen posicionamientos heredados de la biología y que arrojan modelos de hombre-máquina como el planteado por el ilustrado La Mettrie en 1748 (con su tesis, en oposición al dualismo cartesiano, de la identidad entre funciones psíquicas y estados corporales). Ese mecanicismo lo robotiza todo, tanto lo corporal como lo intelectual. Lo grave de este proceso es que, según Armengol (2006), la conciencia del hombre, su psiquismo, se convierte en epifenómeno, lo que puede acarrear una irresponsabilidad moral respecto de las acciones humanas.

La tendencia a asociar deporte a cuerpo y filosofía a mente (considerando al deporte y a la filosofía como propiedades lógicas del cuerpo y de la mente respectivamente) entraña un error conceptual. Acaso cuerpo y mente sean sustratos estructurales de las potencias deportivas y filosóficas que sobre ellos se desarrollan, pero no colman la totalidad de su realidad. La actividad deportiva se practica desde el cuerpo tanto como desde la mente, al tiempo que la actividad filosófica precisa de la imbricación de ambas realidades para tener lugar. El deporte excede al cuidado del cuerpo; no surge de él, sino sobre él. La ciencia equivale a la posibilidad de investigar, de conocer, una vez nos hemos liberado de la necesidad de generar estrategias para cazar, huir o simplemente sobrevivir. Antes de que el hombre desarrollase la ciencia –así como los instrumentos que la posibilitan–, la mente servía para garantizar el cuidado del cuerpo. Sólo la garantía de las condiciones mínimas de subsistencia (con la agricultura, la domesticación de los animales, la invención de la rueda o del fuego, en el camino del nomadismo al sedentarismo) posibilitaron desarrollos culturales tales como la ciencia o el deporte, la filosofía o la gimnasia. El instinto de supervivencia no distinguía en aquellos tiempos entre mente y cuerpo, como no lo hace hoy cuando para salvar nuestras vidas generamos respuestas mecánicas automáticas que anulan el pensamiento y rompen el nudo consciente y causal de la acción. Esas reminiscencias de instintos atávicos quizá sean producidas por las neuronas-reflejo descritas por Damasio (2009).

El juego y el deporte parten del cuerpo y a través del entrenamiento exceden su mero cuidado. Lo hacen para *desprenderse* de él, de su inmanencia, de las ataduras que

representa. Lo hacen para superarlo. En este camino existencial lo instrumentalizan, lo virtualizan, permitiendo al hombre acceder a experiencias muy alejadas de lo corporal, abriéndose al goce estético, intelectual, artístico, ascético..., trascendente en suma. Lo mismo hacen la ciencia y la filosofía que, partiendo del cerebro, de la mente, se separan del sustrato que las posibilita para adquirir la autoconciencia reflexiva. La reflexión supera a la acción, tanto en la filosofía como en el deporte. Desde que dejó de supeditarse al aquí y al ahora, al simple determinismo de sus instintos, el ser humano fue capaz de erigir catedrales como las de la filosofía, el deporte o la religión, todo ello como evoluciones lógicas de las necesidades inmanentes, dándoles un significado trascendente. En este sentido, el mito es al mismo tiempo origen de la filosofía tanto como de la gimnasia; hecho que se produjo felizmente en la Grecia clásica y cuya manifestación en los Juegos Olímpicos seguimos celebrando hoy en día. Los Juegos Olímpicos de la Antigüedad fueron el escenario donde se representó (y se sigue representando) el paso del mito al logos. La filosofía y la gimnasia son los frutos de aquel tránsito, que devinieron ciencia y deporte con el tiempo pero que se constituyeron cuando Heracles contó 600 pies para conmemorar la victoria de su padre Zeus sobre Cronos, creando así la prueba del estadio: allí acudieron atletas, poetas y filósofos a cantar ese magno acontecimiento y sus gestas.

El deporte y la ciencia son caminos paralelos emprendidos por el hombre en su devenir, son actividades humanas con un sentido equivalente. La evolución de nuestra especie nos permitió desarrollar ciertas capacidades liberándonos de la atadura de los instintos, aunque con base en ellos. La cultura –sea como ciencia, como deporte, como religión o como arte– es la mayor de estas capacidades. Por ello, las distinciones bipolares (como cuerpo-deporte / mente-ciencia) proyectan una ilusión que escinde ilícitamente al ser humano. No tienen sentido ya aquellos vetustos discursos que concedían más importancia a unas actividades frente a otras, sobre la base de la falacia separatista y secesionista de comprender cuerpo y mente –y a sus respectivas actividades, la gimnasia y la filosofía como mutuamente independientes y soberanas. Ambas se dan inexcusablemente unidas en el hombre.

Recientemente, Sloterdijk ha revisitado la idea de que *la filosofía es una gimnasia para la mente* en su obra *Tienes que cambiar tu vida* (2009). Para él, el gimnasio es el lugar sagrado en orden a ejercitarse y poder llegar a ser más de lo que se es. La actividad cerebral inducida por el ejercicio de la filosofía constituye una auténtica gimnasia ya que adiestra, enseña e instruye en la función superior del pensar.

Igual de interesante se presenta la relación complementaria: que *la gimnasia es una filosofía para el cuerpo*. Las claves y la lógica que subyacen a los ejercicios gimnásticos –o a la práctica de algunos deportes– encierran una medida, una *ratio*, que parece corresponder con la filosofía: “principios más generales que organizan y orientan el conocimiento de la realidad, así como el sentido del obrar humano” RAE (2001). Desde esta perspectiva, el cuerpo humano se beneficia de la gimnasia: ésta se convierte en un *modus vivendi* e impregna la estructura y las dinámicas propias del cuerpo vivo. Se entra así en un círculo virtuoso cuyo inicio es difícil delimitar, donde el cuerpo ejercitado se convierte en una filosofía que es gimnasia para la mente. De esta forma el deporte, como filosofía práctica, elimina dualismos y propicia una visión integral del hombre.

## La filosofía es una gimnasia para la mente

Sloterdijk señala que la ejercitación correcta mejora “la disposición para la repetición siguiente”, lo cual nos pone en forma. Esta idea apunta a establecer una correlación entre el funcionamiento de la mente y del cuerpo. Si ambas realidades funcionan con los mismos mecanismos, son regidas por idénticos y proporcionales patrones, reglas e incluso leyes, estaremos dado un paso adelante –a través de la relación entre filosofía y gimnasia– para disolver el dualismo ontológico entre cuerpo y mente.

En la teoría (y en la práctica) del entrenamiento deportivo, definido como “la forma fundamental de preparación del deportista, basada en ejercicios sistemáticos, la cual representa, en esencia, un proceso organizado pedagógicamente con el objeto de dirigir la evolución del deportista” (Matveiev, 1983), las cargas, el volumen, la intensidad, la densidad, las pausas, los ejercicios, las repeticiones, la composición de la sesión, etc., están perfectamente determinadas, comprobadas y prescritas. En cambio, el rendimiento académico e intelectual se encuentra lejos de ser medido por el mismo rasero. El control del aprendizaje del alumno es formal, de acuerdo con el *curriculum* oficial; sin embargo, este proceso no está orientado al máximo rendimiento, a la búsqueda de la excelencia como prerrequisito para fundamentar y justificar el sistema.

Los argumentos científicos de carácter dualista pueden indicar que el rendimiento fisiológico es más mecánico que el intelectual. Existen multitud de manuales detallando los procesos metabólicos corporales ante ciertas cargas de trabajo, o los efectos que cabe esperar en cada momento, siempre siguiendo una estructura o secuencia lógica; todo ello en una relación de inclusión denominada periodización, que determina la carrera deportiva de un sujeto. En cambio, el rendimiento académico es intelectual; apenas existe literatura con fundamento científico sobre cómo superar unas oposiciones, aprobar un examen, conseguir un trabajo o ganar un certamen literario. Curiosamente, el dualismo ha propiciado una carrera desigual en la que el desarrollo del cuerpo parece haber superado al de la mente en términos de tecnificación y desarrollo.

El ser humano utiliza diferentes lenguajes para conocer, para explorar, para realizarse: la ciencia, el deporte, el arte, la religión. La clave para comprender el círculo virtuoso que envuelve a las actividades serias o productivas y a las ociosas o deportivas –improductivas– fue descrito por Ortega y Gasset en *El origen deportivo del Estado* (1996). Si bien incluía tanto a la filosofía como al deporte dentro de las ocupaciones felicitarias, entendía que el acceso a dichas actividades es desinteresado –ocioso– por improductivo, pero que su trascendencia resulta vital para el ser humano. Las enseñanzas que el hombre extrae de ellas son trasladadas a las cosas serias de la vida. Al mismo tiempo, las cosas serias llevan al hombre a buscar un contrapunto en el ocio vital que, improductivo y lujoso, es también necesario e inexcusable.

Sabedores del efecto de la gimnasia sobre el cuerpo, lo trasladamos a la mente, donde la filosofía alcanza proporcionales y correspondientes efectos. La filosofía es una tabla de gimnasia para entrenar la mente, evitar su atrofia y mejorar su desempeño. Siendo esto cierto desde un punto de vista fisiológico, el verdadero paralelismo entre filosofía y gimnasia se produce porque ambas representan la culminación de una tradición que ha ido integrando conocimientos sobre la optimización de las funciones mentales y biológicas. Ambas disciplinas se hallan regidas por una suerte de lógica similar sustentada, en última instancia, por la adaptación biológica (síndrome general de

adaptación: Seyle (1956), Verjoshanski (1990) y aplicada tanto en el deporte como en la filosofía. Lógica que unifica el proceso subyacente al desarrollo de la mente y del cuerpo: “el aprendizaje motor y el entrenamiento deportivo comparten un principio fundamental, el síndrome general de adaptación” (Moreno y Orduño, 2009).

No obstante, no todo ejercicio físico es gimnasia (o deporte) y no toda actividad mental es filosofía. El síndrome general de adaptación, como principio del entrenamiento deportivo, o la disonancia cognitiva, como clave de la psicología social, fundamentan el hecho de que la filosofía y la gimnasia hacen evolucionar al hombre acercándolo al límite de sus capacidades. Pero no deben hacerlo por separado.

Iuvenalis (*Orandum est ut sit mens sana in corpore sano*, Sátira X) nos alerta de que un desprecio de lo corporal irá en detrimento del desarrollo personal. Con ello nos acerca al ideal platónico de educación integral expresado en la *paideia*, la cual incluía gramática, retórica, matemáticas, filosofía, gimnasia y –más allá de Platón, dadas sus iniciales reticencias hacia las artes– también la poesía.

Esta perspectiva nos hace pensar que ni la gimnasia consigue sólo efectos sobre el cuerpo, ni la filosofía sólo sobre la mente. El ideal consiste en cultivar las distintas actividades que componen la *paideia* para alcanzar la educación integral, lo que hoy sólo sobrevive como mito y con cierta sustancia académica gracias a las *Humanidades*. El acento diferenciador dentro del proceso educativo integral –que atañe a la totalidad del ser humano– recae solamente en el hecho de que se distinguen las actividades que lo componen, puesto que el hombre es afectado siempre en su globalidad. Tanto el jugar al fútbol como el leer a Platón puede contribuir a la educación integral del ser humano, en esferas y desde perspectivas distintas y complementarias. El modo de educar en que consiste la *paideia* para los griegos “se identifica con la búsqueda del ser” (González, 2009, p. 64), ya que la vida espiritual consistía en el proyecto supremo que hoy llamamos educación. Y aunque este concepto se mantuvo inalterado hasta el fin del idealismo alemán (ibid., p. 14), desde entonces ha perdido parte de su identidad en virtud de un pensamiento débil que divide al ser humano en una “doble estructura, corporal y espiritual” (ibid., p. 65).

El ser humano se pone en juego a cada instante, en una incesante búsqueda vital en cuyo transcurso elige actividades diversas, según se le presentan históricamente como caminos que conducen al verdadero fin: el conocimiento, la realización y la felicidad. En la Grecia clásica ese proceso implicaba un esfuerzo continuado por ir más allá en la búsqueda de la virtud. Por ello el ser humano, heredero de dichas tradiciones, emplea distintos lenguajes (arte, filosofía, deporte) como medio para realizarse. Son sendas con encrucijadas ya recorridas pero que todavía albergan misterios (nuevas corrientes, nuevas prácticas). En este periplo, ningún camino anula a los demás. Aun siendo la música, la literatura, el arte, la danza, el cine, el deporte o la ciencia las manifestaciones más genuinas y espontáneas de la creación humana (Cagigal, 1961), hay algo que las diferencia radicalmente: la competición, ya que el deporte es, en esencia, enfrentamiento, *agón*.

En los griegos, la búsqueda de la “armonía cósmica y la lógica (...) se hace presente en su escultura, arquitectura, escritura, oratoria, etc.” (González, 2009, p. 67). Diremos también que se hace patente en el deporte, porque facilita que el hombre se integre armónicamente en la Naturaleza. El proceso evolutivo del que participa la *paideia* permite que tanto el sentimiento como el pensamiento y el lenguaje se integren en la

“indisoluble unidad de la razón” (ibid., 68) en la que la lógica orienta el proceso que culmina en la proyección del conocimiento a través del habla. En este sentido, el hacer es práctico, como el deporte. Del mismo modo que el paso del pensamiento a la acción representa la materialización del lenguaje en habla, el deporte es una puesta en práctica del pensamiento deportivo: es un habla, expresión del lenguaje corporal.

Nuestra sociedad prescinde a menudo de la generación del conocimiento. Nos encontramos con la constante repetición de ejercicios y fórmulas para enseñar, adelgazar, aumentar volumen corporal..., todo menos el necesario descubrimiento que inspiraba la *paideia*. Se olvida así el ejemplo griego, que no imponía fórmulas férreas (ibid., 69). A pesar de este uniformismo, aquél espíritu permanece vivo en ciertos deportes extremos. En ellos, algunos elegidos (con sobresalientes cualidades técnicas y condicionales) se resisten al constreñimiento y encorsetamiento propio de las limitaciones reglamentarias impuestas por el deporte moderno, buscando trasgredir no sólo las reglas (llevando sus capacidades al extremo), sino las limitaciones espacio-temporales heredadas del deporte moderno, para dar lugar a nuevas y transgresoras formas que han de ser inspiración y ejemplo para otros; donde los límites no los marca el reglamento, sino una mezcla de sagacidad y procacidad del propio deportista.

La *paideia* representaba el camino para integrar el mundo y la vida en un mismo proceso (ibid., p. 70), simbolizado por las obras artísticas que con la perfecta armonía de sus partes alcanzaban la belleza. Tal relación entre el mundo y la existencia resulta fundamental para entender hoy el deporte. Éste encarna el mundo de la vida, ayuda a encontrar el lugar que uno ocupa en él y, por lo tanto, contribuye a otorgarle un sentido. La armonía de las partes en su conjunto constituye la esencia de la gimnasia, la cual, a su vez, es cifra de una armonía lógico-trascendente.

En la actualidad, el maestro que ayuda al hombre –o al niño– en la plasmación permanente de su ser natural está representado por el entrenador que enseña a otros una *téchne* –como saber científico-racional– alejada del proceder mecanicista y repetitivo que busca la producción de objetos útiles. Según González, se busca de este modo la superación “en respetable responsabilidad que permite el ejercicio de las libertades, obligadamente compartidas como ejercicio de un pensamiento reflexivo y crítico que pone a los hombres y a las cosas en su sitio” (ibídem). Esta función moderna del deporte ya fue privilegiada por Ortega y Gasset (1996, p. 610) cuando se refería a él como un esfuerzo superfluo que constituye, no obstante, la actividad “más elevada, seria e importante en la vida”. Esta actividad estaba representada, nos recuerda Ortega, por los atletas griegos y la *askesis* que era “el régimen de vida del atleta, llena de ejercicios y privaciones” (ibid., p. 617); su antecedente se encuentra en el origen deportivo del Estado. Cuando Ortega considera al deporte un *lujo vital* lo coloca al nivel de la filosofía dentro de aquellas actividades lujosas, no prácticas pero decisivas por la importancia de las experiencias que en ellas se adquiere, actividades que después se trasladan a la vida con gran valor. En este sentido, tanto la filosofía como el deporte son hermenéuticas que ayudan a transmitir y a experimentar en carne propia cuestiones a priori oscuras.

No por ello hay que adherirse a todo deporte ni a toda filosofía. Hay buenas lecturas libros y buenos ejercicios, que invitan a la reflexión, y buenas prácticas deportivas, que posibilitan excelentes vivencias. Quien las juega, las practica, ha de juzgar su rendimiento antropológico.

## La gimnasia es una filosofía para el cuerpo

El deporte desnuda tanto el cuerpo como el alma del ser humano: su práctica lo libera, en ciertas ocasiones, de los artificios culturales, ayudándole a tomar conciencia tanto de sus facultades como de sus limitaciones. Con este *nudismo* ya practicado en el *gymnós* griego se puede intentar alcanzar el equilibrio físico y moral. Por ello, el deporte constituye una filosofía corporal: entraña una forma de sabiduría que lo aproxima a las ciencias, las letras o las artes. Esta forma superior de conocimiento se puede adquirir a través del cuerpo, con el cuerpo, siendo cuerpo y tomando conciencia de él.

Sabiduría y felicidad se dan la mano por medio del deporte (Platón), al ser el deporte un ocio (felicitario, vital) cuyo conocimiento trasladamos valiosamente al resto de la vida. La razón fundamental por la que se justifica que la gimnasia es una filosofía para el cuerpo es la salud, ya que imprime una lógica que hace coherente la sucesión de los ejercicios y movimientos necesarios para alcanzar el equilibrio y la belleza. La Organización Mundial de la Salud define salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo como ausencia de enfermedades; definición muy próxima a la de *beatitudo, felicitas*, de Boecio, como el estado perfecto por congregarse en él todos los bienes: *beatitudo est status omnium bonorum congregatione perfectus* (1997, libro III, prosa 2, 3).

Para Ortega, deporte y filosofía son actividades que el hombre realiza sin estar obligado por una necesidad impuesta, lo cual nos lleva a considerar la actividad deportiva “como la primaria y creadora” (1996, p. 610). El deporte se erige en empresa realizadora de la persona como posibilidad de alcanzar algo más que la mera salud: como un camino de perfección. La salud sería uno de los prerequisites de la felicidad y el deporte una de las ocupaciones felicitarias que el hombre realiza por placer, frente a las actividades laborales, ingratas y necesarias.

Es la aparente inutilidad del deporte lo que lo aproxima a la filosofía. Para Carl Diem (1966, p. 7): “El animal y el hombre juegan. El animal cesa de jugar cuando ya se ha desarrollado; en el hombre, el impulso del juego continúa, pero modificando su forma. (...) A partir de cierta edad adquiere un contenido espiritual”. En este punto, para Jurema y García el juego es “una experiencia de lo sagrado y el deporte una experiencia de lo profano. Es habitual connotar el juego a las festividades religiosas, memoria de otros tiempos, y el deporte a la industrialización de la sociedad, provocando así una seria ruptura con el pensamiento arcaico” (2002, p. 224).

Los anhelos superiores del hombre lo llevan hacia una incesante y vital búsqueda, de la que el deporte constituye un medio básico. Para el hombre “el juego es el medio de completarse a sí mismo, es decir, de perfeccionarse corporal, espiritual y humanamente” (Diem, 1966, p. 7).

En cuanto portador de experiencias de felicidad –de evocar el paraíso–, el deporte tiene una dimensión *eudemónica* que lo sitúa muy próximo a la ética: “Porque la libertad del hombre se alimenta también de reglas y de autodisciplina”, decía Ratzinger (s.f.). El ser humano es un ser moral, que se rige por normas y costumbres (*mores*) transmitidas mediante la educación. El deporte moderno tiene vocación de respetar las normas, de enseñar a observarlas y a valorar su cumplimiento. Esta función incluye el tránsito de la heteronomía a la autonomía moral, donde el niño que juega traslada al resto de su vida el respeto por las normas que le ha impuesto –más bien, propuesto– el juego. Tal

incorporación de las normas configura un carácter que se antepone a las pulsiones e intereses que priman en otras direcciones.

En la práctica del deporte descubrimos, como expresión de la búsqueda incesante de la *eudaimonía*, algunos de los elementos esenciales del ser humano: la competencia (*agón*), el azar (*alea*), el simulacro (*mimicry*) o el vértigo (*ilinx*), definidos por Caillois (1986); o las categorías que fundamentan el deporte para Garcia (2005): lo lúdico, el rendimiento y la superación. Se trata de elementos difícilmente conciliables fuera de la actividad deportiva. En el deporte, la lucha por la victoria es vivida como un juego que proporciona, además, diversión, placer y bienestar. Se trata de un acuerdo tácito, implícito.

Por ello, cuando nos sometemos a la actividad gimnástica o deportiva nos mostramos desnudos, tal cual somos, provocando y sintiendo admiración. Comprendemos entonces que la gimnasia cumple la misma misión sobre el cuerpo que la filosofía sobre la mente: alimenta y organiza, como prerrequisito para emprender el camino de la perfección y la excelencia. Son, pues, propedéuticas de orden vital. El deporte constituye una filosofía moral que disciplina a cuerpo y mente, esto es, al hombre. No en vano, la polisemia permite la división de los deportes y de las ciencias en disciplinas.

### **Reflexión final**

La imbricación de la mente y el cuerpo se hace explícita, al tiempo que evidente, a través del estudio de la relación entre filosofía y gimnasia. Hemos desarrollado dos aproximaciones básicas para alcanzar esta conclusión. La primera ha puesto de manifiesto por qué la filosofía es una gimnasia para la mente; la segunda nos ha permitido comprender la gimnasia como filosofía corporal. Analizando la cuestión con detenimiento, en su trasfondo no encontramos un intercambio de papeles ni posiciones antagónicas representadas por dos modelos distantes, sino un puente que une al deporte con la ciencia como lo están la filosofía y la gimnasia.

Sobre la base de la unidad ontológico-evolutiva del Universo –y de su heterogeneidad estructural– podemos proponer modelos educativos que retomen el valor de la *paideia* inaugurada en la Grecia clásica, modelos en los que la persona humana sea concebida como producto de una suma que da más de sí que sus elementos constitutivos, a los que no puede ser reducida.

### **Bibliografía**

- Boecio A. M. S. (1997). *La consolación de la filosofía*. Madrid: Akal
- Cagigal J. M. (1961). El olimpismo moderno. *Meditación cultural*. *Citius, Altius, Fortius*, 3(2), 145-212.
- Caillois R. (1986). *Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Damasio A. (2009). *El error de Descartes*. Drakontos: Barcelona.
- Diem C. (1966). *Historia de los deportes*. Barcelona: Ed. Luis de Caralt.
- Eliás N., & Dunning E. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. México: Fondo de Cultura Económica

- García R. (2005). Para una fundamentación antropológica del deporte y la educación física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 1(2), 94-101.
- González F. E. (2009). El Magisterio: Una mirada sobre el tránsito de la Paideia al idealismo. *Tendencias Pedagógicas*, 14, 63-85.
- Jurema J., & García R. (2002). *Amazônia. Entre o esporte e a cultura*. Manaus: Editora Valer.
- Matveiev L. P. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Moscú: Raduga.
- Moreno F., & Ordoño E. (2009). Aprendizaje motor y síndrome general de adaptación. Motricidad. *European Journal of Human Movement*, 22, 1-19.
- Ortega y Gasset J. (1996). *Obras Completas* (vol. II, pp. 607-624). Madrid: Revista de Occidente.
- Ratzinger J. *Un Papa muy humano*. (s.f.). Disponible en: <http://www.conelpapa.com/benedictovii/futbol.htm>. Acceso en: 20 jun. 2009.
- Sánchez-Pato A. (2006). *Filosofía y Deporte*. En A. L. Pereira, A. Costa, & R. García (eds.), *O desporto entre lugares. O lugar das ciências humanas para a compreensão do desporto* (pp. 101-124). Porto: Faculdade de Desporto.
- Seyle H. (1956). *The stress of life*. Nueva York: McGraw-Hill.
- Sloterdijk P. (2009). *Du musst dein leben ändern*. Frankfurt A/M: Suhrkamp.
- Verjoshanski I. (1990). *Entrenamiento deportivo, planificación y programación*. Barcelona: Martínez Roca.
- VV. AA. (2001). *Diccionario de la Lengua Española*. Madrid: Real Academia Española.