

Ks. Dariusz PATER

## WSPÓŁCZESNA MYŚL KATOLICKA O WARTOŚCI SPORTU W ŻYCIU CZŁOWIEKA

**Treść:** 1. Zdrowotno-profilaktyczne walory sportu; 2. Humanistyczne wartości wychowawcze sportu - wskazania pastoralne; Podsumowanie.

**Słowa kluczowe:** sport, aktywność fizyczna, odpoczynek, wartości, bieg, wychowanie, doping, agresja, życie duchowe, duszpasterstwo.

**Keywords:** sport, physical activity, rest, values, running, upbringing, doping, aggression, spiritual life, priesthood.

Termin „sport” występuje zarówno w znaczeniu potocznym, jak i naukowym. Pochodzi od łacińskiego pojęcia *disporto* (*disporte*). Słowo to składa się z rzeczownika *porta* (brama) i przedimka *dis*. W tym znaczeniu sport można rozumieć jako „wyjście poza miasto w celu zażycia świeżego powietrza, ruchu i przyjemności – zaprzestania czynności powszednich w celu oddania się rozrywce i wypoczynkowi”<sup>1</sup>. Łatwo tu zauważyć, iż sport stanowi ważny element życia człowieka, a znamionuje go: ruch, wypoczynek po pracy i przeżywanie pozytywnych emocji – radości i zadowolenia.

Przedmiotem niniejszych rozważań jest aktywność sportowa chrześcijan, podejmowana z potrzeby życiowej samej osoby, bezinteresownie i najczęściej spontanicznie. W literaturze naukowej, dotyczącej kultury fizycznej, taka działalność sportowa nosi nazwę sportu amatorskiego<sup>2</sup>. Dla pełnego ukazania wartości sportu w życiu człowieka należy omówić niektóre zjawiska występujące w sporcie – nazywanym sportem zawodowym (kwalifikowanym)<sup>3</sup>.

Bóg w akcie stwórczym, opisanym w Księdze Rodzaju, uczynił na swój obraz i podobieństwo człowieka (por. Rdz 1, 26), nadając mu wielką godność. Wyposażył go w duszę i ciało. Cieleśność jest więc dziełem Boga, a troska o ciało – naturalnym prawem i obowiązkiem człowieka, realizującym się między innymi poprzez uprawianie sportu. Antropologia biblijna nie podważa aktywności sportowej człowieka, a nawet pośrednio warunkuje tego rodzaju działania. Człowiek obdarowany przez Boga rozumną i wolną naturą został powołany przez Stwórcę do „uprawiania zie-

---

<sup>1</sup> Z. DZIUBIŃSKI, *Sport*, w: *Encyklopedia nauczania społecznego Jana Pawła II*, red. A. Zwoliński, Radom 2003, 478.

<sup>2</sup> Por. Z. KRAWCZYK, *Socjologia kultury fizycznej*, Warszawa 1995, 219.

<sup>3</sup> *Tamże*. Zob. także: S. KOWALCZYK, *Elementy filozofii i teologii sportu*, Lublin 2010, 35-37.

mi”, do poznawania i doskonalenia otaczającej go rzeczywistości, do realizowania swojego podstawowego obowiązku – do pracy<sup>4</sup>. Człowiek posiada jednak również prawo do odpoczynku, podobnie jak po tygodniowym akcie stworzenia świata „odpoczął Pan”. Najdoskonalszą formą aktywnego odpoczynku jest sport, który może być uprawiany nawet w dni świąteczne, jeśli nie narusza podstawowych obowiązków świętowania – uczestnictwa we Mszy Świętej i oddawania chwały Bogu. Choćby piesze marsze, wędrówki, jazda na rowerze czy gra w piłkę stanowią dobrą formę wypoczynku i źródło odzyskiwania równowagi duchowej.

Uczestnictwo w sporcie może być czynne – jako uprawianie sportu w formach spontanicznych czy zorganizowanych oraz bierne – w postaci kibicowania<sup>5</sup>. W realizacji różnych form aktywności fizycznej człowieka szczególna rola przypada takim środowiskom wychowawczym, jak szkoła i rodzina. Współcześnie bardzo aktywnie angażują się w działania sportowe z dziećmi i młodzieżą rzymskokatolickie parafie i wspólnoty zakonne.

### 1. Zdrowotno-profilaktyczne walory sportu

W Ustawie o sporcie z dnia 25 czerwca 2010 roku sport zdefiniowany jest jako „wszelkie formy aktywności fizycznej, które przez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane wpływają na wypracowanie lub poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiągnięcie wyników sportowych na wszelkich poziomach”<sup>6</sup>. W definicji tej podkreślone zostało znaczenie sportu w trosce o ciało człowieka, przejawiające się w dbaniu o odpowiednią kondycję fizyczną i psychiczną. Podobnie w nauce Kościoła, głoszącego harmonijną jedność duszy i ciała<sup>7</sup>, mówi się o naturalnym prawie i obowiązku człowieka, jakim jest troska o ciało. W owej trosce o ciało współczesnego człowieka szczególnego znaczenia nabierają walory zdrowotno-profilaktyczne wszelkich form aktywności fizycznej. Regularna aktywność fizyczna jest jednym z istotnych składników zdrowego stylu życia. Wyboru określonego stylu życia osoba może dokonywać dzięki dostrzeganiu wartości w nim tkwiących, rozumieniu ich i przekonaniu o ich znaczeniu dla człowieka, co ujawnia się w postawach prozdrowotnych. Z interesującego nas punktu widzenia postawy te wyrażają się między innymi: zdrowym stylem życia, utrzymaniem wszechstronnej aktywności fizycznej, prawidłowym odżywianiem się, wyeliminowaniem nałogów i hartowaniem ciała<sup>8</sup>.

Jak postrzegają ćwiczenia fizyczne chrześcijanie? Przede wszystkim łączą je z ascezą. W tradycji duchowej św. Jan Chrzyciel, przygotowujący ludzi na przyjęcie

---

<sup>4</sup> S. KOWALCZYK, *Elementy filozofii i teologii sportu*, dz. cyt., 181; D. PATER, *Praca ludzka jako naturalny sakrament*, Warszawa 2006, 260.

<sup>5</sup> S. KOWALCZYK, dz. cyt., 30.

<sup>6</sup> Ustawa z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie – art. 2.1 (Dz. U. z 2010 r., nr 127, poz. 857).

<sup>7</sup> Por. J. KOSIEWICZ, *Mysł wczesnochrześcijańska i katolicka wobec ciała*, Warszawa 1998, 199n.

<sup>8</sup> Por. Z. ŻUKOWSKA, "Potrzeby i styl życia człowieka wobec zagrożeń cywilizacyjnych jego zdrowia", *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne* 1995, nr 3, 109-111.

Chrystusa, jest wzorem ascezy chrześcijańskiej<sup>9</sup>. Nie pojmuje jej jako cierpiętnictwa, ale jako wyzwolenie się od szkodliwych wpływów tego świata, by dobrze przygotować się do rzeczywistości ostatecznej, do spotkania z Bogiem. Mistrz modlitwy, o. Henri Caffarel, szczególną wagę przywiązywał do postawy ciała podczas modlitwy, a prowadzone przez niego ćwiczenia duchowe zawierały również określone ćwiczenia cielesne. Nie możemy odrywać się od ciała, gdy mamy pozostać na płaszczyźnie autentycznie chrześcijańskiej<sup>10</sup>.

Sportowa asceza realizowała się na polu walki lub w biegu. Święty Benedykt w swojej regule też mówi o biegu i cytuje Psalm 119, 32: „Biegnę po drodze Twoich przykazań, bo rozszerzasz mi serce”<sup>11</sup>. W Piśmie Świętym Nowego Testamentu znajdują się teksty zachęcające chrześcijan do zainteresowania się biegiem, rozumianym jako czynność sportowa pomagająca wyjaśnić niektóre aspekty życia duchowego, podstawowe prawdy naszego życia religijnego. „Czyż nie wiecie, że gdy zawodnicy biegną na stadionie, wszyscy wprawdzie biegną, lecz jeden tylko otrzymuje nagrodę? Przeto tak biegnijcie, abyście ją otrzymali. Każdy, który staje do zapasów, wszystkiego sobie odmawia; oni, aby zdobyć przemijającą nagrodę, my zaś nieprzemijającą. Ja przeto biegnę nie jakby na oślep; walczę nie tak, jakbym zadawał ciosy w próżnię, lecz poskrwiam moje ciało i biorę je w niewolę, abym innym głosząc naukę, sam przypadkiem nie został uznany za niezdatnego” (1 Kor 9, 24–27). W Chrystusie znajdujemy drogę do wypełnienia życiowych zadań, ale także ideał przekraczania siebie. „Chrystus jest Drogą, Prawdą i Życiem” (J 14, 6).

Doświadczenie biegu zespala się ściśle z ascezą chrześcijańską, która nie powinna przejmować się odczuciami ani też chwilowym cierpieniem, ale konsekwentnie i rozumnie podejmować wysiłek, ćwiczenia opierające się na wyczuciu własnej miary, mocy ducha i siły ciała. Uprawianie sportu wymaga pewnej ascezy, samodyscypliny, pewnego stylu życia zgodnego z zamierzonym celem, racjonalnego odżywiania. Taka właśnie dyscyplina winna panować wśród sportowców, którzy przygotowują się do biegów na długich dystansach<sup>12</sup>.

W przypadku biegów na długie dystanse wrażenia zawodników na początku biegu bywają przeważnie mylące. Zbyt szybkie tempo zaraz po starcie stawia pod znakiem zapytania kres biegu, a zwłaszcza dotarcie do mety. Wielu spośród biegaczy pobiło rekordy wtedy, gdy początek biegu był dla nich trudny albo gdy w jego trakcie odczuwali zupełną pustkę. Bieganie powinno być dostosowane zarówno do rodzaju dystansu, jak i charakteru różnych etapów biegu. Zawodnicy uczą się tego w grupie, korzystając z doświadczeń lepszych biegaczy lub trenera. By dobrze ukończyć bieg, trzeba przede wszystkim „biec z głową”<sup>13</sup>. Zbyt szybki bieg powoduje przy końcu dystansu bardzo przykry ból. Prawdziwym maratończykiem staje

---

<sup>9</sup> J. MARSAX, "Praktyka sportowa a życie duchowe", *Communio* 2006, nr 4, 41.

<sup>10</sup> *Tamże*, 42

<sup>11</sup> Cyt. za: J. MARSAX, "Praktyka sportowa a życie duchowe", art. cyt., 42, przypis 4.

<sup>12</sup> *Tamże*, 43. Zob. także: W. LOHMANN, *Bieg skok rzut*, Warszawa 1972, 20; W. LIPOŃSKI, *Humanistyczna encyklopedia sportu*, Warszawa 1987, 36.

<sup>13</sup> J. MARSAX, *dz. cyt.*, 40. Zob. także: W. LOHMANN, *dz. cyt.*, 24-26.

się ten, kto przekracza linię mety w czasie regulaminowym. A uzyskanie tytułu mistrza biegu długodystansowego jest pewnego rodzaju namaszczeniem, konsekracją.

Bywa również i tak, że ów maratończyk, dla poprawienia wyniku sportowego, z własnej woli lub pod wpływem osób ze swego otoczenia poddaje się działaniom dopingowym przez stosowanie substancji lub metod zabronionych. Takie postępowanie pozostaje w sprzeczności z uczciwością rywalizacji sportowej i zasadami etycznymi chrześcijanina uczestniczącego w sporcie<sup>14</sup>; jest zarazem działaniem przeciwko własnemu zdrowiu, poniżeniem godności osoby ludzkiej.

## 2. Humanistyczne wartości wychowawcze sportu – wskazania pastoralne

W swoim nauczaniu społecznym papież Jan Paweł II dokonał teologicznej nobilitacji sportu, wskazując nie tylko jego kulturową, ale i teologiczną wartość. Sport jawi się jako ważny czynnik w procesie wszechstronnego doskonalenia człowieka, jako narzędzie osoby ludzkiej „w biegu” do nadprzyrodzonej mety<sup>15</sup>. Słownictwo sportowe przypomina język religijny. Reguła, dyscyplina, doświadczenie, regulamin to wyrazy używane nie tylko przez sportowców, ale także przez ascetów chrześcijańskich. W wypowiedziach filozofów, socjologów czy teologów można dostrzec zgodny pogląd, iż sport jest istotnym środkiem samodoskonalenia człowieka w ciągu całego życia. We współczesnym sporcie zachodzą niektóre zjawiska charakterystyczne dla całego społeczeństwa – pozytywne i negatywne<sup>16</sup>.

Najbardziej pozytywnym zjawiskiem o znaczeniu światowym jest powszechnie kultywowana idea nowożytnego olimpizmu, opartego na zasadach *fair play*, tolerancji i wzajemnego zrozumienia między narodami<sup>17</sup>. Chodzi tu o „czysty sport”, w którym tkwią humanistyczne i wychowawcze walory, eksponujące i sławiące harmonijną jedność przymiotów ciała, woli i ducha. Olimpizm jest ważnym założeniem programowym w procesie humanistycznej edukacji młodzieży<sup>18</sup>.

W sporcie, głównie zawodowym, zachodzą również takie zjawiska i procesy, które zacierają jego wartość dla człowieka. Negatywne zachowania wiążące się z działalnością sportową (doping, chęć zrobienia kariery za wszelką cenę, komercjalizacja sportu) jakże często odpowiadają różnym postawom rozpowszechnionym w środowiskach pozasportowych<sup>19</sup>. Chęć uzyskania maksymalnego wyniku przy moż-

---

<sup>14</sup> Zob. Z. DZIUBIŃSKI, "Katolicka etyka sportu", w: *Fair play, sport, edukacja*, red. Z. Żukowska, Warszawa 1996, 28-31.

<sup>15</sup> Por. Z. DZIUBIŃSKI, "Sport", w: *Encyklopedia nauczania społecznego Jana Pawła II*, dz. cyt., 478.

<sup>16</sup> O niektórych przemianach obyczajowo-kulturowych można przeczytać w publikacji: W. LIPOŃSKI, dz. cyt., 326-327.

<sup>17</sup> Por. J. LIPIEC, *Pożegnanie z Olimpią*, Kraków 2007, 52-54.

<sup>18</sup> Zob. Z. DZIUBIŃSKI, *Olimpizm w kontekście nowoczesności*, w: *Społeczno-edukacyjne oblicza sportu i olimpizmu. Wychowanie fizyczne i sport dzieci wiejskich i w małych miastach*, red. J. NOWOCIEŃ, Warszawa 2008, 54-64.

<sup>19</sup> Zob. J. LIPIEC, dz. cyt., 151-157.

liwie najmniejszym zaangażowaniu podważa wartość wysiłku sportowego i często prowadzi do porażki. Odrzucenie ograniczeń swojego organizmu powoduje zachowania i postawy patologiczne, takie jak stosowanie dopingu czy nawet uszkodzenie ciała<sup>20</sup>.

Mówiąc o negatywnych zjawiskach w sporcie, nie sposób pominąć zdarzeń, które dotyczą polską piłkę nożną najwyższego szczebla. W pierwszym rzędzie należy wymienić tutaj aferę korupcyjną ujawnioną w 2005 roku, obejmującą osoby spośród władz PZPN, działaczy klubów piłkarskich, sędziów, trenerów i piłkarzy. Odbiła się ona szerokim echem w polskich i zagranicznych mediach, jak również w świecie sportu i polityki. Zarzuty przedstawiono już kilkuset osobom, lecz sprawa ta nadal jest przedmiotem postępowania organów prokuratorskich i sądu. Innym negatywnym zjawiskiem w tej dziedzinie sportu są chuligańskie wybryki pseudokibiców, demolowanie stadionów czy bójki na tzw. ustawkach<sup>21</sup>, podczas których dochodziło wielokrotnie do tragicznych zdarzeń, ze śmiercią młodych ludzi włącznie. W tym miejscu rodzą się pytania m.in. : czy rodzice tych młodzieńców w pełni spełniają swoją powinność wychowawczą przez ukazywanie wartości sportu dającego radość, satysfakcję, wypoczynek i zdrowie?; dlaczego dopuszczają do tak negatywnych zachowań poniżających godność osoby ludzkiej?

Błogosławiony Jan Paweł II przemawiając do sportowców w Rzymie powiedział: „Obok sportu, który pomaga człowiekowi, istnieje inny sport, który mu szkodzi; obok sportu, który uszlachetnia ciało, istnieje sport, który je poniża i zdradza; obok sportu, który służy wzniosłym ideałom, jest też sport, który zabiega wyłącznie o zysk; obok sportu, który jednoczy, jest też sport, który dzieli”<sup>22</sup>. Słowa te wskazują, że sport jest ważnym składnikiem ziemskiej egzystencji człowieka, ale ma wtedy kształtującą wartość, gdy opiera się na etycznej postawie sportowca i działacza sportowego.

Prawdziwie czysty sport posiada wartości wychowawcze, wówczas gdy jest ukierunkowany na rozwój osoby w sensie integralnym, dotyczącym całego człowieka we wszystkich płaszczyznach jego egzystencji. Obejmuje troskę o zdrowie i rozwój fizyczny, twórczą pracę, rozwój intelektualny i duchowy, poszukiwanie prawdy i ciągłą dbałość o głębokie życie duchowe. Wychowując do czystego sportu, należy formować osoby, które szanują swoje ciało, innych traktują z szacunkiem oraz poszukują własnej równowagi. Organizując proces wychowania poprzez sport, w centrum stawiamy człowieka jako osobę, jej dobro i harmonijny rozwój, co ma pierwszeństwo przed widowiskiem i medalami.

Poprzez wielkie widowiska i zawody sportowe można wychowywać ludzi do racjonalnego przyjęcia uzgodnionych reguł społecznych. „Dzieło olimpijskie może stanowić szkołę zarówno szlachetności i czystości duchowej, jak i wytrzymałości i

---

<sup>20</sup> Por. *Tamże*, 342-345.

<sup>21</sup> Zob. M. BERESZYŃSKI, "Zadyma na stadionie nie dla nich, wołają tajną ustawkę pod lasem", *Polska. Dziennik Łódzki*, z dn. 14 stycznia 2011, 15.

<sup>22</sup> JAN PAWEŁ II, *Wystąpienie podczas Międzynarodowego Sympozjum Sportowców z okazji Jubileuszu roku 2000, Aula Pawła VI, Rzym 28.10.2000.*

energii fizycznej pod warunkiem, że pojmowanie honoru i bezinteresowności będzie podnosiło się nieustannie w równej mierze, jak będą wzrastać siły waszych mięśni”<sup>23</sup>.

W dzisiejszym społeczeństwie sport jest grą, zabawą, rozrywką, uprawianą indywidualnie i zbiorowo, jest także biznesem, widowiskiem skierowanym do mas, ale także wielką machiną organizacyjną. W aspekcie komercyjnym celem sportu jest zarobek i dobre widowisko, czyli te wartości, które odnoszą się do rzeczy, a osoby są tylko środkami do ich osiągnięcia<sup>24</sup>. Działalność sportową należy jednak łączyć z innymi obszarami życia i doświadczeniami człowieka, ze środowiskami bogatymi w wartości chrześcijańskie, zwłaszcza ze środowiskiem szkolnym i rodziną. Uprawianie różnych dyscyplin sportowych przygotowuje do funkcjonowania w grupie, zdrowej rywalizacji, samokontroli. Dobry sportowiec to również solidny uczeń i zdyscyplinowany wychowanek. Sport staje się metodą sprawdzianu – kim jestem, do czego jestem zdolny w procesie zmian i wobec innych; jest też efektem własnego podmiotowego i swobodnego wyboru. Służy odkrywaniu innych wartości<sup>25</sup>.

Wybór formy wychowania poprzez sport oznacza bycie z młodzieżą oraz wniknięcie w życie młodych ludzi, zrozumienie ich trosk i radości, dążeń i potrzeb, ale przede wszystkim ukazanie sensu życia w wartościach uniwersalnych, które głosi Kościół. Pozwala doświadczyć takich wartości jak prawda, dobro, piękno, mądrość, przyjaźń, rodzina, wolność, zdrowie, wolność religijna. Zażyłość, która rodzi się we wspólnym z innymi ludźmi wysiłku (np. rzadko uczęszczającymi do Kościoła), sprzyja również wielu dyskusjom na tematy religijne i prowadzi nierzadko do prywatnych zwierzeń, a w konsekwencji do pogłębienia relacji z człowiekiem i Bogiem<sup>26</sup>.

Sport może być podejmowany spontanicznie przez osoby indywidualne, grupy koleżeńskie czy rodzinę albo też realizowany planowo w formach zorganizowanych. W życiu chrześcijanina szczególnego znaczenia nabiera sport rodzinny. Jest on doskonałym środkiem wzmacniania więzi rodzinnej i przeciwdziałania patologiom w rodzinie, a także skutecznym sposobem przybliżenia i kształtowania autentycznych więzi rodzinnych. W nauce Kościoła rodzina ukazana jest jako pierwsze naturalne środowisko wychowawcze, kierowane przez rodziców bezpośrednio i niezależnie od innych wpływów.<sup>27</sup> Kościół w pełni wspiera rodzinę w podejmowaniu działań sportowych, które służą wszechstronnemu rozwojowi człowieka, między innymi przez promowanie humanistycznych, wychowawczych i zdrowotnych wartości sportu. Jan Paweł II w Liście do młodych całego świata z 1985 roku, nawiązując do słów św. Pawła (por. 1 Kor 9, 24-27) porównał życie chrześcijańskie

---

<sup>23</sup> Jest to teza Pierre de Coubertina, twórcy nowożytnej olimpiady, cyt. za: W. LIPOŃSKI, *dz. cyt.*, 64.

<sup>24</sup> Por. J. LIPIEC, *dz. cyt.*, 77-80.

<sup>25</sup> Por. S. KOWALCZYK, *dz. cyt.*, 48-49.

<sup>26</sup> Por. J. VECCHI, *Duszpasterstwo i sport*, w: *Sport w służbie młodzieży. Optyka chrześcijańska i salezjańska*, red. Z. DZIUBIŃSKI, Warszawa 2007, 44-46.

<sup>27</sup> Por. JAN PAWEŁ II, *List do Rodzin* z dnia 2 lutego 1994 r.

do zawodów na stadionie sportowym. Napisał: „Każdej z Was i każdemu potrzebny jest ten trud i wysiłek, w którym nie tylko hartuje się ciało, ale cały człowiek doznaje radości panowania nad sobą oraz pokonywania przeszkód i oporów. Z pewnością jest to jeden z elementów owego wzrastania, jakim charakteryzuje się młodość.”<sup>28</sup>

Współcześnie Kościół w Polsce, poprzez działalność duszpasterską, żywo angażuje się w rozwijanie sportu wśród dzieci i młodzieży. Wspólnoty zakonne, np. Salezianie, Franciszkanie, Pallotyni i Pijarzy organizują olimpiady i obozy sportowe, oparte na starej zasadzie: „W zdrowym ciele zdrowy duch”. Na podkreślenie zasługuje organizowana już od 1988 roku Międzynarodowa Parafiada Dzieci i Młodzieży. Tegoroczny, 23 Finał tej imprezy sportowej, zorganizowany w Warszawie na obiektach SGGW i AWF, odbywał się pod hasłem „Błogosławiony Jan Paweł II – trenerem naszych serc”. W Finale wzięło udział ok. 1100 uczestników w wieku od 11 do 19 lat, z sześciu krajów, współzawodnicząc indywidualnie i grupowo w 32 konkurencjach sportowych, w takich dyscyplinach, jak: lekkoatletyka, tenis stołowy, badminton, pływanie, ringo, szachy, warcaby, bieg na orientację, bieg przełajowy i gry zespołowe<sup>29</sup>. Uczestnicy Parafiad podjęli współzawodnictwo sportowe zaczerpnięte ze starogreckiej triady: stadion – teatr – świątynia i rywalizowali ze sobą w zgodzie z zasadami *fair play*. Zmagania parafiadowe kształtują ciała, serca, umysły i ducha młodych sportowców, wspomagając przez to proces integralnego rozwoju osobowego dzieci i młodzieży. Założenia współzawodnictwa sportowego Parafiad wpisują się w autorski program edukacyjno-wychowawczy, profilaktyczny oraz patriotyczno-obywatelski Zakonu Pijarów.

Świadectwem udziału Kościoła w działalności sportowej jest również Salezjańska Organizacja Sportowa, w skład której wchodzi ponad 70 stowarzyszeń lokalnych, funkcjonujących na terenie całego kraju<sup>30</sup>. Ponadto przy wielu parafiach w Polsce działają parafialne kluby sportowe, które wychowują dzieci i młodzież do zdrowej rywalizacji oraz twórczo i radośnie wypełniają im wolny czas, szczególnie w czasie ferii szkolnych i wakacji.

## Podsumowanie

Sport, mimo że jest doświadczeniem istotnym, nie decyduje o całym życiu człowieka. Nie może też stać się jego jedynym ani też uniemożliwiać wypełnianie obowiązków religijnych. Należy go wpisać w szerszy program rozwoju osoby i społeczeństwa. Ma przygotować młodego człowieka do przeżywania w sposób

---

<sup>28</sup> JAN PAWEŁ II, *List apostołski do młodych całego świata z okazji Międzynarodowego Roku Młodzieży z dnia 31 marca 1985 r.*, nr 14.

<sup>29</sup> Dane pochodzą z bezpośredniej obserwacji autora niniejszego opracowania, będącego opiekunem 10-osobowej grupy młodzieży z Parafii św. Jana Nepomucena w Przysusze, uczestniczącej w Parafiadzie w lipcu 2011 roku.

<sup>30</sup> Struktura SALOS, [http://www.salosrp.pl/struktura/stowarzyszenia\\_lokalne](http://www.salosrp.pl/struktura/stowarzyszenia_lokalne) (odczyt z dn. 25 sierpnia 2011 r.).

dojrzały innych wartości towarzyszących mu w życiu. Nie wolno zastępować religii ideologią sportu. Ćwiczenia sportowe poprawiają sprawność fizyczną, umacniają wartość bycia razem, dyscyplinę w wysiłku oraz szacunek dla reguł. Wielu chrześcijan odkrywa w sporcie pewną równowagę życia, a sami sportowcy często dążą do jego duchowego pogłębienia. Wiara objawia poprzez ludzką działalność swoją moc odnowy i gwarantuje bezpieczną postawę wobec własnego ciała.

Troska o życie duchowe i doskonalenie swojego ciała mogą wzajemnie się ubogacać. Cechy wspólne pomiędzy sportem a duchowością stają się niejako drogowskazem dla osób uduchowionych i sportowców. Należą do nich: ćwiczenie woli, należyta dieta, odpowiedni styl życia, roztropny wysiłek połączony z chwilami odpoczynku, autentyczna wytrwałość połączona z duchem pokory, regulowanie wysiłku, zdrowe pragnienie osiągnięcia celu z odwołaniem się do kompetencji i doświadczeń naszych poprzedników. Powyższą tezę potwierdzają słowa św. Jana Chryzostoma: „Wnikając w życie ciała, uczymy się tego, czym jest życie duszy”<sup>31</sup>.

#### THE CONTEMPORARY CATHOLIC THOUGHT ON THE VALUE OF SPORT IN HUMAN LIFE

##### *Summary*

Physical activity, done due to inner needs, unselfishly and spontaneously constitutes an important part of human life. God equipped a man with a soul and a body. Thus, it is our natural right and obligation to take care of the latter by practicing sport, e.g. Sport contributes to a healthy and creative use of free time, shapes the proper relationships among people from different environments and cultures, teaches tolerance for others. Also, it popularizes such values as patience, friendship, solidarity, loyalty and peace.

However, sport cannot determine the whole life of a man. It cannot prevent from fulfilling family or religious duties. It has to prepare a young man to experience in a mature way other values which will appear in his or her life. Furthermore, religion must not be replaced with sport ideology. Plenty of Christians discover in sport a balance of life, and the very sportsmen frequently strive for its spiritual deepening.

Care about spiritual life and perfecting of one's body can mutually enrich. The common features between sport and spirituality are a guide for sportsmen and spiritual people. These features are as follows: the exercise of will, the proper diet and lifestyle, exhaustion with a rest, patience with modesty, desire to achieve a goal by referring to skills and experiences of our predecessors.

---

<sup>31</sup>Św. JAN CHRYZOSTOM, *Homilie na Drugi List do Koryntian, 6, 1*; PG (Patrologiae Cursus Completus. Series Graeca) 61, 439.