

Revisión

Recibido: 5/05/2022 | Aceptado: 4/08/2022

Platón y Aristóteles: sus aportes a la actividad física y el deporte. Platón y Aristotle: your contributions to the physical activity and the sport.

Marta Isabel Leyva Rojas. [mleyvarojas@udg.co.cu] 
Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.

Luis Reinaldo Pacheco Téllez. [lpt@udg.co.cu] 
Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.

Yoania García Manso. [ygarciam@udg.co.cu] 
Universidad de Granma. Bayamo. Granma. Cuba.

Resumen

El trabajo reflexiona sobre el origen de las prácticas físicas y deportivas en la Grecia antigua, además de analizar su importancia para la preparación integral y el perfeccionamiento del cuerpo y la mente humanos. Se relacionan datos referidos a los aportes de los filósofos Platón y Aristóteles a la práctica educativa de los deportes.

Palabras claves: deporte, actividad física, aristóteles, platón, filosofía griega.

Abstract

The work proposes reflections on the origin of physical and sports practices in Greece, as well as its importance linked to the comprehensive preparation and improvement of the human body and mind. It relates data referring to the contributions of the philosophers Plato and Aristotle. It systematizes criteria that contribute to the professional training of Granma students and specialists.

Keywords: sport, physical activity, aristotle, platon, greek philosophy



Introducción

Conocer el pasado es indispensable para que los miembros de la sociedad tomen conciencia de la naturaleza, aplicación y pertinencia del rol que desempeñan las ciencias en la vida. Una revisión de la historia del deporte permite comprender el comportamiento de estas hasta la contemporaneidad y permite tomar en cuenta las dificultades e insuficiencias afrontadas en el desarrollo del deporte como ciencia.

Lenin refirió que para solucionar científicamente los problemas de la vida social era necesario: “[...] no olvidarse de la concatenación histórica fundamental; considerar cada cuestión desde el punto de vista de cómo ha surgido el fenómeno histórico dado y cuáles son las etapas fundamentales por las que ha pasado en su desarrollo” (p.31). De ahí que sea menester analizar su reflejo en el presente, pues a medida que se desarrollan las diversas materias o saberes, aumenta el interés por conocer e interpretar el pasado.

Al respecto, Lenin precisó en sus escritos que no es posible construir una verdadera cultura, sin el conocimiento exacto de aquella creada durante todo el desarrollo de la humanidad y sin la comprensión exacta de su transformación. Vinculando esto, se vuelve necesario apreciar la importancia del estudio de las prácticas deportivas en Grecia y su vínculo con áreas del acontecer social como la cultura, la pedagogía, la filosofía y la ética. Sin dudas, la práctica de los deportes tributa a la pedagogía y a la educación, facilitando el desarrollo integral de los miembros de la sociedad en general.

El estudio de la historia del deporte es de gran importancia, sobre todo para estudiantes de Cultura Física ya que les permite conocer con profundidad los precedentes de su ciencia y comprender algunas problemáticas que afectan dicha práctica actualmente. El presente artículo



profundiza en el conocimiento de esta actividad en Grecia y toma en cuenta los aportes teórico - filosóficos hechos por Platón y Aristóteles, los cuales resultan relevantes para el estudio de la cultura física y el deporte en Cuba.

Desarrollo

Estudiar la historia de los griegos (helenos) es ahondar en los orígenes de nuestra civilización pues de ellos se han heredado muchas maneras de sentir y pensar. Sus obras maestras han inspirado durante muchos siglos e inspiran aún a los artistas, escritores y oradores del mundo. Ellos le han enseñado al mundo su perspectiva de la fe y la razón humana, el amor a la patria y a la libertad.

Los griegos habitaban las orillas y las islas del mar Egeo, razón por la cual existió una Grecia continental y una marítima. La Grecia continental (Hélade) comprendía la parte inferior de la península de los Balcanes, la más oriental y montañosa de las tres península mediterránea de Europa. A la extremidad de la península, especie de tronco continental, se suelda, por el Istmo de Corinto, una pequeña península en forma de una mano abierta; este es el Peloponeso, hoy conocido como la Morea. La Grecia está envuelta al este por el mar Egeo, que la separa de Asia, y al oeste por el mar Jónico, que la separa de Sicilia y del sur de Italia.

El mar Egeo no era más que un lago griego donde el navegante no perdía ni un solo momento la tierra de vista. La montaña formó hombres ansiosos de libertad y el mar creó marinos y comerciantes que pusieron a los griegos en contacto con otros pueblos del Oriente; así se propició la diversidad cultural de la que hicieron gala.

El mar dotó de riquezas a estados de muy poca extensión, reducidos casi a una ciudad pero que resultaron el centro de verdaderos imperios mediterráneos. Estas características los



obligaron a integrarse en pequeños centros de poder a los que llamaron polis, ciudades-estado, que constituían la entidad política y social básica de los griegos. El mar es el que explica la grandeza de Atenas y el papel que esta ha representado en la historia de la humanidad.

Hay que resaltar la tenacidad que mantuvieron estas pequeñas comunidades independientes, lo cual se atribuye al hábito nacido de una honda e indestructible convicción acerca de cómo debía organizarse la vida en común. Cuando la dispersión griega por oriente y occidente alcanzó su máximo, el total de estas comunidades llegó a ser de aproximadamente 1 500.

Grecia fue uno de los pueblos esclavistas más desarrollados; su base económica se sustentó en la propiedad sobre los esclavos, a quienes sus dueños podían hasta matar a pesar de que estaba prohibido por decreto. De esta forma, se puede aseverar que la presencia de la esclavitud clásica fue una consecuencia de la evolución que transformó determinados grupos humanos en un instrumento para elevar la productividad del trabajo.

Los griegos se decían y se creían autóctonos; es decir, nacidos del mismo país. En realidad procedían de Asia, eran parientes de los medas y los persas, por lo que, como ellos, pertenecían a la raza aria o indoeuropea. Las estatuas, los dibujos y las pinturas que adornan los vasos, los representan grandes y musculosos; con miembros admirablemente proporcionados; abundante cabellera, generalmente rubia; los ojos grandes y brillantes. Este era el tipo griego en toda su perfección, verdadero modelo de belleza.

Los griegos eran conocidos también como aqueos, nombres recibidos en los poemas épicos de la *Ilíada* y la *Odisea* (poemas homéricos). Ambas son historias maravillosas en las que los acontecimientos relacionan a héroes de gran corazón con sus dioses. Estas poesías resultan de



gran belleza y constituyen una pintura de la sociedad griega, de los sentimientos y de las actitudes de los diversos estratos sociales. En ellas brilla la grandeza simple de expresión y la exactitud del detalle. Las costumbres, el lenguaje, las creencias están allí pintadas con una escrupulosa precisión, por lo que ambas obras maestras literarias resultan dos de los mejores documentos sobre la Grecia antigua.

En relación con la actividad física y el deporte, ambas fueron instrumentos de la educación del pueblo griego y constituyeron un factor de cohesión importante en las numerosas ciudades-estado que conformaban el mundo helénico. Tal extraordinario legado tuvo objetivos diferentes, como los asumidos en Atenas y Esparta. En la primera, historiadores y analistas refieren que los Juegos Olímpicos influyeron de manera prominente en la formación del pensamiento griego vinculado a la Educación Física universal; los festivales panhelénicos generaron la apertura de la cultura deportiva a varias ciudades, lo que tributó a la educación de las clases dominantes. En Esparta, la formación militar tenía intenciones guerreristas y se destinaba a los varones, esta educación integral incorporaba aspectos literarios, musicales y físicos.

En los santuarios se efectuaban importantes eventos y en las villas, además, existían gimnasios, hipódromos y teatros. Los gimnasios consistían en una pista al aire libre, ubicados a orillas de los ríos para facilitar el aseo de los atletas. Había arboledas a su alrededor para guarecer a espectadores y participantes de las contiendas y se ambientaban con esculturas de héroes y dioses. Desde el punto de vista arquitectónico, poseían un alto valor artístico. Según Tucídides y Platón, tales instalaciones surgieron en Esparta y Creta; en Atenas existió la Academia, el Liceo y el Cinosarges.



Entre los deportes desarrollados en Grecia se relacionan: carreras, salto, lucha, pugilato o boxeo, lanzamientos del disco, jabalina, arquería, carreras de carros, de caballos, natación, danzas, ejercicios variados y manifestaciones artísticas: estos conformaban el soporte educativo en aquella sociedad.

La gimnasia se cultivaba con asiduidad, considerándose una expresión de civismo. Con el progreso de la democracia, se popularizó el ejercicio de la gimnasia por todas las clases sociales, al punto de constituirse en una expresión nacionalista. Aunque las primeras escuelas tuvieron forma de palestra para la lucha a mano plana o palé, los gimnasios se concibieron como recintos cerrados; luego, ambos se convirtieron en sinónimos. Los practicantes necesitaban locales amplios y confortables, por lo que paulatinamente se les fue dotando de confort, así como se les incorporaron áreas para el pugilato y el pancracio. Además de las locaciones para la práctica de la lucha, se añadieron los cambios de vestuario, el almacén de aceites (unturas) y los depósitos de materiales (discos, jabalinas, cuerdas, antorchas).

El deporte se consideró así desde que el juego fue reglamentado por los gobiernos. Los griegos le atribuían sentido divino, pues incorporaba su cosmovisión del mundo. Entre sus características más importantes estaba el principio agonal o competitivo que dominaba todas las esferas existenciales y la belleza como fin existencial por excelencia. El ideal de belleza surgió en los campos de juego donde se educaba con la incorporación de las prácticas deportivas.

Con ese fin solían ejercitar el cuerpo y la mente; así descubrieron la importancia del adiestramiento corporal como factor decisivo en la formación del carácter y del espíritu. No aceptaban el concilio del pensamiento brillante en un cuerpo deforme. Los grandes filósofos, Aristóteles y Platón, eran excelentes gimnastas, quienes consideraban que la *paideia* o formación



no era posible sin el ejercicio de la Educación Física, por ello aplicaban una adecuada preparación gimnástica orientada a cualquier deporte.

Platón opinaba que no todos los cuerpos necesitaban o admitían los mismos adiestramientos; por tanto, estos debían administrarse a cada individuo en correspondencia con sus rasgos propios. Aristóteles opinaba que era necesario averiguar cuáles eran los ejercicios idóneos para cada cuerpo y cuál era el mejor de todos Ellos implementaban la preparación gimnástica previa a los deportes y aunque hasta nuestros días no ha llegado ningún libro de gimnasia sistemática de la antigüedad, se conoce que existían ejercicios vinculados a cada uno de ellos.

(Engels 1989 p.6) refería que: “Todas las esferas de manifestación del pensamiento humano sobre las más diversas temáticas, tienen su expresión más elevada en la Antigua Grecia”. El período clásico se caracterizó por el dominio de las ciudades-estado y se destacó por su esplendor cultural que abarcó las artes, la literatura, la política, la filosofía y las actividades físicas y deportivas.

Durante los siglos V y IV a.n.e, en Grecia coexistió un ambiente intelectual nutrido de debates ardorosos, donde el genio griego brilló en varios campos de la vida humana, sobre todo en la filosofía, descubierta de manera incipiente mediante la descripción del proceso en el cual surgieron las concepciones posteriores del mundo. En Atenas florecieron teorías que adquirieron universalidad y que incluían lo más variado del conocimiento y de la actividad física. Algunas de ellas fueron manifestadas de manera emblemática por filósofos alcance mundial como fueron Platón y Aristóteles.



Platón (427—347) era descendiente de una familia aristocrática ligada a Solón a través de su madre y al Rey Codro por su padre. Fue un filósofo idealista, discípulo de Sócrates, a quien admiró y respetó. Creador del idealismo objetivo, elaboró una teoría sobre la educación en la cual incluía al deporte.

En su obra *La República* (Aristóteles, s/f), plantea que la formación inicial del individuo debía estar consagrada al desarrollo intelectual y al cultivo del *areté*; por lo que se destacaría en el cumplimiento de la misión que requería su rango. Los jóvenes atenienses acudían al maestro de gimnasia para que sus cuerpos sirvieran mejor a sus espíritus provistos de virtudes, pues la flaqueza física los conduciría a la cobardía. El desarrollo de aptitudes físicas, implicaba tener fortaleza para sobrevivir y servía para el desarrollo armonioso del espíritu en aras de cumplir con los designios del cosmos.

La Academia era el gimnasio, situado en el monte *Academus*, donde Platón enseñaba filosofía. Luego se decantó por otras actividades, perdiendo su finalidad inicial. En su espacio se reunía la aristocracia ateniense y coexistían diferentes grupos sociales: filósofos, guerreros, artesanos y agricultores. Los filósofos dirigían la sociedad, los guerreros cuidaban el orden público y los demás realizaban labores creativas y agrícolas. Carecían de derechos los esclavos, los artesanos y los agricultores.

El estado ateniense aplicaba normas educativas a los grupos dominantes (filósofos y guerreros) que perseguían una idea superior de bonanza social, según lo concebido por Platón. Su sistema pedagógico unía la educación ateniense y espartana; en él, los niños entre tres y siete años practicaban juegos en las plazas dirigidos por educadores designados. El pensador dio gran



importancia a los juegos para la formación educativa de los infantes, defendiendo su implementación desde las primeras edades y la selección de los materiales necesarios para tal fin.

Por su parte, los pequeños entre ocho y doce años asistían a escuelas estatales donde aprendían a leer, escribir, las matemáticas, además de las lecciones de música. Los niños entre 12 y 16 años recibían Educación Física en la palestra, donde realizaban ejercicios de gimnasia y hasta los 18 años aprendían aritmética, geometría y astronomía con fines prácticos.

A partir de los 20 años, aquellos jóvenes que no manifestaban inclinación hacia labores intelectuales, eran convertidos en guerreros. La minoría que se adhería al estudio del pensamiento abstracto, dedicaba varios períodos a formarse en el nivel superior que relacionaba materias como la filosofía, la aritmética, la geometría, la astronomía y la teoría de la música. El estado les permitía, a quienes mostraban talento, continuar su formación hasta los 35 años y luego los convertía en ministros o funcionarios. Platón consideraba que la educación de las mujeres debía corresponderse con la naturaleza socioespiritual que las distinguía.

Como ya se ha apuntado, los juegos y las competiciones atléticas ocuparon un lugar importante en la vida de los griegos. La práctica de actividades deportivas no se limitó al contenido utilitario que hacía de ellas una necesidad, sino que tuvo un enorme peso dentro del pensamiento pedagógico de la época. A esto se sumó el contenido estético, concebido dentro de la visión armónica de la existencia humana y llevado hasta la exquisitez en un sentido de perfección orgánica y espiritual, así como en el sentimiento de oposición agonístico presente en la psicología social de los griegos antiguos.

Su inclinación hacia la lid atlética, sin excluir el sentido utilitario y estético asociado al deporte, explica el porqué de la abundancia de juegos con este carácter en la antigua Grecia. En



todas las ciudades importantes de la hélade se desarrollaron festividades, solo con cantos y danzas místicas, que en un principio tenían un exclusivo carácter religioso y que luego evolucionaron hasta convertirse en festivales que, sin perder su carácter religioso, constituyeron verdaderas fiestas deportivas.

Como plantea (De Castro 1999 p.7): “[...] estos festivales, marcados por un profundo carácter religioso, alcanzaron pronto auge y popularidad y se convirtieron en panhelénicos, es decir, en símbolo de la ambición de todo hombre libre griego. Los más famosos fueron los de Olimpia”.

Los Juegos Olímpicos, dedicados a Zeus, tuvieron un significado religioso, político y cultural especial, por lo que resultaron los más importantes del mundo griego y los que, con mayor fuerza, trascendieron en el mundo helénico antiguo. Actualmente se han convertido en soporte espiritual del movimiento deportivo contemporáneo y del movimiento olímpico internacional.

Platón, como todo griego en su momento, participó en los juegos olímpicos y se pronunció en relación con la importancia cultural, educativa y ética de estos. En el artículo dedicado a Platón y a los juegos en la antigüedad (Colectivo de autores, 1998) aparecen estas palabras del gran pensador:

La actividad lúdica del hombre debe tener siempre un fondo ético. Las condiciones morales que se fomentan en la misma tienen más valor que la fuerza física y el honor logrado durante la competición. Los juegos sirven para estimular y mostrar la virtud del individuo en su conjunto, y no solo para mostrar la bondad de



una capacidad técnica. El verdadero honor se reconoce al que demuestra algún tipo de excelencia en los combates y en su vida particular.

El hombre alcanza su mayor placer por medio del despliegue generoso y espontáneo de lo mejor de sí mismo. El juego, la actividad, los concursos culturales y atléticos son actividades que aseguran la libertad y la armonía de la vida humana. Una vida sin adornos sin atributos, sin cultura ni religión, queda desprovista de sentido y utilidad y por lo mismo resulta pobre e intrascendente, más o menos como si nunca ese hombre hubiera existido.

Aristóteles (384—322) fue alumno de Platón y maestro de Alejandro Magno. (Engels 1989 pp. 16 y 18) dijo sobre este pensador: “Los filósofos de la Grecia antigua eran todos dialécticos innatos y espontáneos. Aristóteles, la mente más universal, solía investigar las formas fundamentales del pensamiento dialéctico”. Consideraba que era preciso desarrollar en los hombres lo racional y volitivo: “Los seres humanos reciben de la naturaleza capacidades que toman auge solo a través de la educación”.

Pensaba que era menester atender la educación moral, física e intelectual de los seres humanos. El estado, según Aristóteles, tenía la responsabilidad de asegurar la educación de cada ciudadano, siempre y cuando fueran considerados como tales. Cuando Aristóteles hacía referencia a que el estado debía preocuparse por la educación, no tenía en cuenta a los esclavos. En tal sentido, la familia tenía un desempeño valioso.

Este filósofo hizo un intento de periodizar dicha actividad por edades; dividió la vida de los hombres hasta los 21 años en tres períodos: 7 años, de 7 a 14 (inicio de la pubertad) y hasta



los 21. Según él, tales prácticas debían estar en concordancia con la edad y refirió que la educación de los niños hasta los 7 años le correspondía a la familia.

También opinaba que la Educación Física debía preceder a la intelectual. Niños y jóvenes debían practicar gimnasia, evitando excesos y fatigas. Si el organismo no era fuerte, se consideraba admisible hacer ejercicios ligeros. De igual forma, pensaba que la Educación Física, intelectual y moral, estaban entrelazadas, por lo que, en la etapa inicial de la enseñanza, se debían priorizar la gimnasia, la lectura, la gramática, la pintura y la música.

En la escuela también debía recibirse una sólida preparación en literatura, historia, filosofía, matemática, astronomía y música para aprender el sentido de lo bello, teniendo cuidado de que esas clases, al igual que las de pintura, no tuvieran solo fines profesionales. La mujer, cuya naturaleza según Aristóteles se diferenciaba de la del hombre, no debía recibir el mismo tipo de educación.

El filósofo concedía gran importancia al comportamiento ético. Sus tres fuentes eran el desarrollo de hábitos mediante el estudio, la repetición de acciones deseables y la razón. Para formar la virtud se realizaban ejercicios escogidos para formar hábitos y costumbres, los cuales integraban la conducta moral. El pensador aludía que era menester controlar excesos y defectos para mantener el equilibrio y la armonía. La virtud constituía la actitud a seguir.

A Aristóteles también le seducían los juegos y sus opiniones apuntaban a la educación. Fue compilador de historias de atletas victoriosos, así como los ciudadanos de Delfos le agradecieron, con una placa distintiva, el haber llevado las estadísticas de los ganadores de los juegos píticos. Aristóteles compitió olímpicamente como pentatleta.

Conclusiones



Platón y Aristóteles fueron notables filósofos del mundo clásico. Ellos desarrollaron ideas y doctrinas sobre diversos temas, incluyendo la actividad física y su influencia en la sociedad. Consideraron al hombre como un ente social por naturaleza, lo cual explicaba que la actividad física y los deportes ejercieran funciones educativas, contribuyendo al equilibrio emocional de la sociedad en general. Estos pensadores hicieron grandes aportes al tema y valoraron el deporte como parte de la formación integral del ciudadano, forma en la que se concibe actualmente.

Referencias bibliográficas

Aristóteles. (s/f). *La República*. Material digital.

Colectivo de autores. (Enero-abril, 1998). Platón y los juegos de la antigüedad.

Revista olímpica, Lausana, Suiza.

De Castro, M. (1999). *Ética y conducta del atleta en la antigüedad*. Conferencia.

Curso de la Academia Olímpica de Cuba.

Engels, F. (1989). *Anti Duhring*. Moscú: Editorial Progreso.

