

Lettera del Santo Padre Leone XIV

La Vita in Abbondanza sul valore dello Sport,

06.02.2026

Cari fratelli e sorelle!

In occasione della celebrazione dei XXV Giochi Olimpici Invernali, che si terranno tra Milano e Cortina d'Ampezzo dal 6 al 22 febbraio prossimo, e dei XIV Giochi Paralimpici, che si svolgeranno, nelle stesse località, dal 6 al 15 marzo, desidero rivolgere il saluto e l'augurio a quanti sono direttamente coinvolti e, al tempo stesso, cogliere l'opportunità per proporre una riflessione destinata a tutti. La pratica sportiva, lo sappiamo, può avere una natura professionale, di altissima specializzazione: in questa forma essa corrisponde a una vocazione di pochi, pur suscitando ammirazione ed entusiasmo nel cuore di tanti, che vibrano al ritmo delle vittorie o delle sconfitte degli atleti. Ma l'esercizio sportivo è un'attività comune, aperta a tutti e salutare per il corpo e per lo spirito, al punto da costituire un'universale espressione dell'umano.

Sport e costruzione della pace

In occasione di passati Giochi Olimpici, i miei Predecessori hanno sottolineato come lo sport possa svolgere un ruolo importante per il bene dell'umanità, in particolare per la promozione della pace. Nel 1984, ad esempio, San Giovanni Paolo II, rivolgendosi ai giovani atleti provenienti da tutto il mondo, citò la Carta olimpica,^[1] che considera lo sport come fattore di «una migliore comprensione reciproca e di amicizia, al fine di costruire un mondo migliore e più pacifico». Egli incoraggiò i partecipanti con queste parole: «Fate sì che i vostri incontri siano un segno emblematico per tutta la società e un preludio a quella nuova era, in cui i popoli “non leveranno più la spada l'un contro l'altro” (Is 2,4)».^[2]

In questa linea si colloca la Tregua olimpica, che nell'antica Grecia era un accordo volto a sospendere le ostilità prima, durante e dopo i Giochi Olimpici, affinché atleti e spettatori potessero viaggiare liberamente e le competizioni svolgersi senza interruzioni. L'istituzione della Tregua scaturisce dalla convinzione che la partecipazione a competizioni regolamentate (*agones*) costituisce un cammino individuale e collettivo verso la virtù e

l'eccellenza (*aretē*). Quando lo sport è praticato in questo spirito e con queste condizioni, esso promuove la maturazione della coesione comunitaria e del bene comune.

La guerra, al contrario, nasce da una radicalizzazione del disaccordo e dal rifiuto di cooperare gli uni con gli altri. L'avversario è allora considerato un nemico mortale, da isolare e possibilmente da eliminare. Le tragiche evidenze di questa cultura di morte sono sotto i nostri occhi - vite spezzate, sogni infranti, traumi dei sopravvissuti, città distrutte - come se la convivenza umana fosse superficialmente ridotta allo scenario di un videogioco. Ma questo non deve mai far dimenticare che l'aggressività, la violenza e la guerra sono «sempre una sconfitta per l'umanità».^[3]

Opportunamente, la Tregua olimpica è stata riproposta in tempi recenti dal Comitato Olimpico Internazionale e dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite. In un mondo assetato di pace, abbiamo bisogno di strumenti che pongano «fine alla prevaricazione, all'esibizione della forza e all'indifferenza per il diritto».^[4] Incoraggio vivamente tutte le Nazioni, in occasione dei prossimi Giochi Olimpici e Paralimpici invernali, a riscoprire e a rispettare questo strumento di speranza che è la Tregua olimpica, simbolo e profezia di un mondo riconciliato.

Il valore formativo dello sport

«Io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza» (Gv 10,10). Queste parole di Gesù ci aiutano a comprendere l'interesse della Chiesa per lo sport e il modo in cui il cristiano vi si accosta. Gesù ha sempre posto al centro le persone, se ne è preso cura, desiderando per ciascuna di esse la pienezza della vita. Per questo, come ha affermato San Giovanni Paolo II, la persona umana «è la prima strada che la Chiesa deve percorrere nel compimento della sua missione».^[5] La persona, dunque, secondo la visione cristiana, deve rimanere sempre al centro dello sport in tutte le sue espressioni, anche in quelle di eccellenza agonistica e professionale.

A ben vedere, un solido fondamento di questa consapevolezza si trova negli scritti di san Paolo, noto come l'Apostolo delle genti. Al tempo in cui egli scriveva, i Greci possedevano già da molto tempo tradizioni atletiche. Ad esempio, la città di Corinto patrocinava i giochi istmici ogni due anni fin dagli inizi del VI secolo a.C.; per questo, scrivendo ai Corinzi, Paolo fece ricorso ad immagini sportive per introdurli alla vita cristiana: «Non sapete che - scrive -, nelle corse allo stadio, tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi

in modo da conquistarlo! Però ogni atleta è disciplinato in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona che appassisce, noi invece una che dura per sempre» (1Cor 9,24-25).

Seguendo la tradizione paolina, molti autori cristiani utilizzarono immagini atletiche come metafore per descrivere le dinamiche della vita spirituale; e questo, fino ad oggi, ci fa riflettere sulla profonda unità tra le diverse dimensioni dell'essere umano. Sebbene non manchino, nelle epoche passate, scritti cristiani – influenzati da filosofie dualistiche – che hanno del corpo una visione piuttosto negativa, il filone principale della teologia cristiana ha sottolineato la bontà del mondo materiale affermando che la persona è unità di corpo, anima e spirito. In effetti, i teologi dell'antichità e del Medioevo confutarono con forza le dottrine gnostiche e manichee, proprio perché esse consideravano il mondo materiale e il corpo umano come intrinsecamente malvagi. Secondo queste concezioni, lo scopo della vita spirituale consisterebbe nel liberarsi dal mondo e dal corpo. Al contrario, i teologi cristiani fecero appello alle convinzioni fondamentali della fede: la bontà del mondo creato da Dio, il fatto che il Verbo si è fatto carne e la risurrezione della persona nella sua armonia di corpo e anima.

Questa comprensione positiva della realtà fisica favorì lo sviluppo di una cultura nella quale il corpo, unito allo spirito, fosse pienamente coinvolto nelle pratiche religiose: nei pellegrinaggi, nelle processioni, nei drammi sacri, nei sacramenti e nella preghiera che fa uso di immagini, statue e varie forme di rappresentazione.

Con l'affermarsi del cristianesimo nell'Impero Romano, gli spettacoli sportivi tipici della cultura romana – in particolare i combattimenti tra gladiatori – iniziarono progressivamente a perdere rilevanza sociale. Tuttavia, l'età medievale fu segnata dall'emergere di nuove forme di pratica sportiva, come i tornei cavallereschi, sui quali la Chiesa concentrò la propria attenzione etica, contribuendo anche a una loro reinterpretazione in chiave cristiana, come testimoniato dalla predicazione dell'abate San Bernardo di Chiaravalle.

Nello stesso periodo, la Chiesa riconobbe il valore formativo dello sport, grazie anche al contributo di figure quali Ugo di San Vittore e San Tommaso d'Aquino. Ugo, nella sua opera *Didascalicon*, sottolineò l'importanza delle attività ginniche nel curriculum degli studi, contribuendo a plasmare il sistema educativo medievale.^[6]

La riflessione di San Tommaso d'Aquino sul gioco e sull'esercizio fisico metteva in primo piano la "moderazione" come tratto fondamentale di una vita virtuosa. Secondo Tommaso, quest'ultima non riguarda solo il lavoro o le occupazioni considerate serie, ma ha bisogno

anche di tempo per il gioco e il riposo. Scrive l'Aquinate: «Come dice Agostino: “Ti prego, concediti talvolta una pausa: conviene infatti che l'uomo saggio, talora, allenti la tensione dell'attenzione applicata al lavoro”. Ora, questo rilassamento della mente dal lavoro consiste in parole e azioni giocose. Perciò è conveniente che talvolta l'uomo saggio e virtuoso vi ricorra».^[7] Tommaso riconosce che le persone giocano perché il gioco è fonte di piacere e dunque lo praticano per sé stesso. Rispondendo a un'obiezione secondo cui un atto virtuoso deve essere diretto a un fine, egli osserva che «le azioni giocose non sono ordinate a un fine esterno, ma soltanto al bene di colui che gioca, in quanto sono piacevoli o procurano ristoro».^[8] Questa “etica del gioco” elaborata da Tommaso d'Aquino esercitò una notevole influenza sulla predicazione e sull'educazione.

Lo sport, scuola di vita e areopago contemporaneo

Si collocava in questa lunga tradizione l'umanista Michel de Montaigne quando, in un saggio sull'educazione, scriveva: «Non educiamo un'anima, non educiamo un corpo: educiamo una persona. Non bisogna dividerla in due».^[9] È questo il motivo che egli addusse per giustificare l'inserimento dell'educazione fisica e dello sport nella giornata scolastica. Questi principi furono applicati nelle scuole dei Gesuiti, avvalorati dagli scritti di Sant'Ignazio di Loyola, in particolare dalle *Costituzioni* della Compagnia di Gesù e dalla *Ratio Studiorum*.^[10]

Su tale sfondo si inserisce anche l'opera di grandi educatori, da San Filippo Neri a San Giovanni Bosco. Quest'ultimo, attraverso la promozione degli oratori, stabilì un ponte privilegiato tra la Chiesa e le nuove generazioni, facendo anche dello sport un ambito di evangelizzazione.^[11] In questa scia, si può ricordare anche l'Enciclica *Rerum novarum* (1891) di Leone XIII: essa stimolò la nascita di numerose associazioni sportive cattoliche, rispondendo così sul piano pastorale alle mutate esigenze della vita moderna – si pensi alle condizioni degli operai dopo la rivoluzione industriale – e alle nuove abitudini emergenti.^[12] A cavallo tra il XIX e il XX secolo, il fenomeno sportivo divenne di massa. Inoltre, nacquero i Giochi Olimpici dell'era moderna (1896). Laici e pastori dedicarono uno sguardo più attento e sistematico a tale realtà. A partire dal pontificato di San Pio X (1903-1914), si registra un crescente interesse per lo sport, testimoniato da numerosi pronunciamenti pontifici. In essi, la Chiesa cattolica, per voce dei Papi, propose una visione dello sport centrata sulla dignità della persona umana, sul suo sviluppo integrale, sull'educazione e sulla relazione con gli altri, evidenziandone il valore universale quale strumento di

promozione di valori come la fraternità, la solidarietà e la pace. Emblematica è la domanda posta dal Venerabile Pio XII in un discorso rivolto agli atleti italiani nel 1945: «Come potrebbe la Chiesa non interessarsi [dello sport]?».^[13]

Il Concilio Vaticano II ha collocato la sua valutazione positiva dello sport nell'ambito più ampio della cultura, raccomandando che «il tempo libero sia impiegato per distendere lo spirito, per fortificare la salute dell'anima e del corpo; [...] anche mediante esercizi e manifestazioni sportive, che giovano a mantenere l'equilibrio dello spirito, ed offrono un aiuto per stabilire fraterne relazioni fra gli uomini di tutte le condizioni, di nazioni o di razze diverse».^[14] Grazie alla lettura dei segni dei tempi, è dunque cresciuta la consapevolezza ecclesiale dell'importanza della pratica sportiva. Il Concilio ha rappresentato una fioritura in questo campo: si è sviluppata la riflessione sullo sport in relazione alla vita di fede e una molteplicità di esperienze pastorali in ambito sportivo hanno rivelato nei decenni successivi la loro forza generativa. Anche i Dicasteri della Santa Sede hanno promosso valide iniziative in dialogo con questo ambito umano.^[15]

Molto significativi sono stati due Giubilei dello Sport celebrati da San Giovanni Paolo II: il primo il 12 aprile 1984, nell'Anno della Redenzione; il secondo il 29 ottobre 2000, allo Stadio Olimpico di Roma. In questa stessa linea si è posto il Giubileo del 2025, che ha rilanciato in modo esplicito il valore culturale, educativo e simbolico dello sport come linguaggio umano universale di incontro e di speranza. È l'orientamento che ha motivato la scelta di accogliere in Vaticano il Giro d'Italia: la grande competizione ciclistica è un evento sportivo, ma anche una narrazione popolare capace di attraversare territori, generazioni e differenze sociali, e di parlare al cuore della comunità umana in cammino.

Ben oltre i luoghi di più antica tradizione cristiana, sembra evidente che lo sport sia ampiamente presente nelle culture di cui abbiamo testimonianza. Anche quelle tradizionalmente orali hanno lasciato tracce di campi da gioco, attrezzature atletiche, nonché immagini o sculture legate alle loro pratiche sportive. Vi è dunque molto che si può apprendere dalle tradizioni sportive delle culture indigene, dei Paesi africani e asiatici, delle Americhe e di altre regioni del mondo.

Ancora oggi, lo sport continua a svolgere un ruolo significativo nella maggior parte delle culture. Esso offre uno spazio privilegiato di relazione e di dialogo con i nostri fratelli e sorelle appartenenti ad altre tradizioni religiose, così come con coloro che non si riconoscono in alcuna di esse.

Sport e sviluppo della persona

Alcuni studiosi delle scienze sociali possono aiutarci a comprendere meglio il significato umano e culturale dello sport e, di conseguenza, il suo significato spirituale. Un esempio rilevante è rappresentato dalle ricerche sulla cosiddetta *flow experience* (o “flusso”) nello sport e in altri ambiti della cultura.^[16] Tale esperienza si verifica in genere fra persone impegnate in un’attività che richiede concentrazione e abilità, quando il livello di sfida corrisponde o è leggermente superiore al loro livello già acquisito. Pensiamo, ad esempio, a uno scambio prolungato nel tennis: il motivo per cui questa è una delle parti più divertenti di una partita è che ogni giocatore spinge l’altro al limite del proprio livello di abilità. L’esperienza è esaltante e i due giocatori si spingono reciprocamente a migliorarsi; e questo vale tanto per due bambini di dieci anni quanto per due campioni professionisti.

Numerose ricerche hanno riconosciuto che le persone non sono soltanto motivate dal denaro o dalla fama, ma possono sperimentare gioia e ricompense intrinseche alle attività che svolgono, compiendole, cioè, e apprezzandole per il loro stesso valore. In particolare, è stato osservato che le persone provano gioia quando si donano pienamente a un’attività o a una relazione e vanno oltre il punto in cui si trovavano, con una sorta di movimento in avanti. Tali dinamiche favoriscono la crescita della persona nella sua totalità.

Durante un’esperienza sportiva, inoltre, spesso la persona concentra completamente la propria attenzione su ciò che sta facendo. Si verifica una fusione tra azione e consapevolezza, al punto che non resta spazio per un’attenzione esplicita rivolta a sé stessi. In questo senso, l’esperienza interrompe la tendenza all’egocentrismo. Al tempo stesso, le persone descrivono un senso di unione con ciò che le circonda. Negli sport di squadra, questo è solitamente vissuto come un legame o un’unità con i compagni: il giocatore non è più ripiegato su di sé, perché fa parte di un gruppo che tende ad un obiettivo comune. Papa Francesco ha più volte evidenziato questo aspetto quando ha incoraggiato i giovani atleti ad essere giocatori di squadra. Ad esempio ha detto: «Siate giocatori di squadra. Appartenere a una società sportiva significa rifiutare ogni forma di egoismo e di isolamento; è un’opportunità per incontrare gli altri e stare con gli altri, aiutarsi a vicenda, confrontarsi nella stima reciproca e crescere nella fraternità».^[17]

Quando gli sport di squadra non sono inquinati dal culto del profitto, i giovani “si mettono in gioco” in relazione a qualcosa che per loro è molto importante. Si tratta di una formidabile opportunità educativa. Non è sempre facile riconoscere le proprie capacità o comprendere

come esse possano essere utili alla squadra. Inoltre, lavorare insieme ai coetanei comporta talvolta la necessità di affrontare conflitti, gestire frustrazioni e fallimenti. Occorre persino imparare a perdonare (cfr *Mt* 18,21-22). Prendono forma così fondamentali virtù personali, cristiane e civili.

Gli allenatori svolgono un ruolo fondamentale nel creare un ambiente in cui queste dinamiche possano essere vissute, accompagnando i giocatori attraverso di esse. Data la complessità umana coinvolta, è di grande aiuto quando un allenatore è animato da valori spirituali. Vi sono molti allenatori di questo tipo, nelle comunità cristiane e in altre realtà educative, così come a livello agonistico e di élite professionale. Essi descrivono spesso la cultura della squadra come fondata sull'amore, che rispetta e sostiene ogni persona, incoraggiandola ad esprimere il meglio di sé per il bene del gruppo. Quando un giovane fa parte di una squadra di questo tipo, apprende qualcosa di essenziale su che cosa significhi essere umani e crescere. In effetti, «solo insieme possiamo diventare autenticamente noi stessi. Solo attraverso l'amore la nostra vita interiore diventa profonda e la nostra identità forte».[18]

Allargando ulteriormente lo sguardo, è importante ricordare che, proprio perché lo sport è fonte di gioia e favorisce lo sviluppo personale e le relazioni sociali, esso dovrebbe essere accessibile a tutte le persone che desiderano praticarlo. In alcune società che si considerano avanzate, dove lo sport è organizzato secondo il principio del "pagare per giocare", i bambini provenienti da famiglie e comunità più povere non possono permettersi le quote di partecipazione e restano esclusi. In altre società, alle ragazze e alle donne non è consentito praticare sport. A volte, nella formazione alla vita religiosa, specialmente femminile, permangono diffidenze e timori verso l'attività fisica e sportiva. Occorre dunque impegnarsi affinché lo sport sia reso accessibile a tutti. Ciò è molto importante per la promozione della persona. Me lo hanno confermato le toccanti testimonianze di membri della Squadra Olimpica dei Rifugiati, o di partecipanti alle Paralimpiadi, alle *Special Olympics* e alla *Homeless World Cup*. Come abbiamo visto, i valori autentici dello sport si aprono naturalmente alla solidarietà e all'inclusione.

I rischi che mettono in pericolo i valori sportivi

Dopo aver considerato come lo sport contribuisca allo sviluppo delle persone e favorire il bene comune, dobbiamo ora rilevare le dinamiche che possono compromettere tali risultati.

Ciò avviene soprattutto per una forma di “corruzione” che è sotto gli occhi di tutti. In molte società, lo sport è strettamente connesso a economia e finanza. È evidente che il denaro è necessario per sostenere le attività sportive promosse dalle istituzioni pubbliche, da altri organismi civici e dalle istituzioni educative, così come quelle private di livello agonistico e professionale. I problemi sorgono quando il *business* diventa la motivazione primaria o esclusiva. Allora le scelte non muovono più dalla dignità delle persone, né da ciò che favorisce il bene dell’atleta, il suo sviluppo integrale e quello della comunità.

Quando si mira a massimizzare il profitto, si sopravvaluta ciò che può essere misurato o quantificato, a scapito di dimensioni umane di importanza incalcolabile: “conta solo ciò che può essere contato”. Questa mentalità invade lo sport quando l’attenzione si concentra ossessivamente sui risultati raggiunti e sulle somme di denaro che si possono ricavare dalla vittoria. In molti casi, persino a livello dilettantistico, gli imperativi e i valori di mercato sono arrivati a oscurare altri valori umani dello sport, che meritano invece di essere custoditi.

Papa Francesco ha richiamato l’attenzione sugli effetti negativi che tali dinamiche possono avere sugli atleti, affermando: «Quando lo sport è considerato solo secondo parametri economici o in funzione della vittoria ad ogni costo, si corre il rischio di ridurre gli atleti a semplice merce per l’aumento del profitto. Gli stessi atleti entrano così in un sistema che li travolge, perdono il vero significato della loro attività, la gioia del gioco che li aveva attratti da bambini e che li aveva spinti a compiere tanti sacrifici reali per diventare campioni. Lo sport è armonia, ma se prevale la ricerca esasperata del denaro e del successo, questa armonia si spezza».^[19]

Anche gli atleti di alto livello e professionisti, quando l’interesse economico diventa l’obiettivo primario o esclusivo, rischiano di concentrarsi su sé stessi e sulla prestazione, indebolendo la dimensione comunitaria del gioco e tradendo la sua valenza sociale e civile. Lo sport, invece, è una pratica che possiede valori condivisi da tutti coloro che vi partecipano e in grado di umanizzare la convivenza, anche in situazioni difficili. Un’attenzione sproporzionata al denaro, al contrario, riporta l’attenzione in modo esplicito e riduttivo su sé stessi. Anche in questo caso, vale il detto di Gesù: «Nessuno può *servire due padroni*» (Mt 6,24).

Un rischio particolare emerge quando i vantaggi finanziari derivanti dal successo nello sport sono considerati più importanti del valore intrinseco della partecipazione: la dittatura della *performance* può indurre all’uso di sostanze dopanti e ad altre forme di frode, e può

portare i giocatori di sport di squadra a concentrarsi sul proprio benessere economico piuttosto che sulla lealtà verso la propria disciplina. Quando gli incentivi finanziari diventano l'unico criterio, può accadere che individui e squadre pieghino i propri risultati alla corruzione e all'invasione dell'industria del gioco d'azzardo. Queste diverse forme di frode non solo corrompono le attività sportive in sé, ma servono anche a disilludere il grande pubblico e a minare il contributo positivo dello sport alla società in generale.

Competizione e cultura dell'incontro

Allargando lo sguardo a livello delle competizioni sportive, anche queste possono svolgere un ruolo importante nel favorire l'unità tra le persone. È interessante che la parola *competizione* derivi da due radici latine: *cum* - "insieme" - e *petere* - "chiedere". In una competizione, dunque, si può dire che due persone o due squadre cerchino insieme l'eccellenza. Non sono nemici mortali. E nel tempo che precede o che segue la gara vi è in genere l'opportunità di incontrarsi e di conoscersi.

Proprio per questo la competizione sportiva, quando è autentica, presuppone un patto etico condiviso: l'accettazione leale delle regole e il rispetto della verità del confronto. Il rifiuto del *doping* e di ogni forma di corruzione, ad esempio, è una questione non solo disciplinare, ma che tocca il cuore stesso dello sport. Alterare artificialmente la prestazione o comprare il risultato significa spezzare la dimensione del *cum-petere*, trasformando la ricerca comune dell'eccellenza in una sopraffazione individuale o di parte.

Lo sport vero, invece, educa a un rapporto sereno con il limite e con la norma. Il limite è una soglia da abitare: è ciò che rende significativo lo sforzo, intelligibile il progresso, riconoscibile il merito. La norma è la "grammatica" condivisa che rende possibile il gioco stesso. Senza regole non vi è competizione, né incontro, ma solo caos o violenza. Accettare i limiti del proprio corpo, del tempo, della fatica, e rispettare le regole comuni significa riconoscere che la riuscita nasce dalla disciplina, dalla perseveranza e dalla lealtà.

In questo senso, lo sport offre una lezione decisiva anche oltre il campo di gara: insegna che si può aspirare al massimo senza negare la propria fragilità, che si può vincere senza umiliare, che si può perdere senza essere sconfitti come persone. La competizione equa custodisce così una dimensione profondamente umana e comunitaria: non separa, ma mette in relazione; non assolutizza il risultato, ma valorizza il cammino; non idolatra la prestazione, ma riconosce la dignità di chi gioca.

La giusta competizione e la cultura dell'incontro non riguardano solo i giocatori, ma anche gli spettatori e i tifosi. Il senso di appartenenza alla propria squadra può essere un elemento molto significativo dell'identità di molti tifosi: essi condividono le gioie e le delusioni dei loro eroi e trovano un senso di comunità con gli altri sostenitori. Questo è generalmente un fattore positivo nella società, fonte di rivalità amichevole e di battute scherzose, ma può diventare problematico quando si trasforma in una forma di polarizzazione che porta alla violenza verbale e fisica. Allora, da espressione di sostegno e partecipazione, il tifo si trasforma in fanatismo; lo stadio diventa luogo di scontro anziché di incontro. Qui lo sport non unisce ma estremizza, non educa ma diseduca, perché riduce l'identità personale a un'appartenenza cieca e oppositiva. Ciò è particolarmente preoccupante quando il tifo è legato ad altre forme di discriminazione politica, sociale e religiosa e viene utilizzato indirettamente per esprimere forme più profonde di risentimento e odio.

Le competizioni internazionali, in particolare, offrono un'occasione privilegiata per sperimentare la nostra comune umanità nella ricchezza delle sue diversità. Infatti, vi è qualcosa di profondamente toccante nelle cerimonie di apertura e di chiusura dei Giochi Olimpici, quando vediamo gli atleti sfilare con le bandiere nazionali e gli abiti caratteristici dei loro Paesi. Esperienze come queste possono ispirarci e ricordarci che siamo chiamati a formare un'unica famiglia umana. I valori promossi dallo sport – quali la lealtà, la condivisione, l'accoglienza, il dialogo e la fiducia negli altri – sono comuni ad ogni persona, indipendentemente dalla provenienza etnica, dalla cultura e dal credo religioso.^[20]

Sport, relazione e discernimento

Lo sport nasce come esperienza relazionale: mette in contatto i corpi e, attraverso i corpi, le storie, le differenze, le appartenenze. Allenarsi insieme, competere lealmente, condividere la fatica e la gioia del gioco favorisce l'incontro e costruisce legami che superano barriere sociali, culturali e linguistiche. In questo senso lo sport è un potente facilitatore di relazioni sociali: crea comunità, educa al rispetto delle regole comuni, insegna che nessun risultato è frutto di un cammino solitario. Tuttavia, proprio perché mobilita passioni profonde, lo sport porta con sé anche dei limiti.

Il significato educativo dello sport si rivela in modo particolare nel rapporto tra vittoria e sconfitta. Vincere non è semplicemente primeggiare, ma riconoscere il valore del percorso compiuto, della disciplina, dell'impegno condiviso. Perdere, a sua volta, non coincide con il

fallimento della persona, ma può diventare una scuola di verità e di umiltà. Lo sport educa così a una comprensione più profonda della vita, nella quale il successo non è mai definitivo e la caduta non è mai l'ultima parola. Accettare la sconfitta senza disperazione e la vittoria senza arroganza significa imparare a stare nella realtà con maturità, riconoscendo i propri limiti e le proprie possibilità.

Non è raro, inoltre, che lo sport venga investito di una funzione quasi religiosa. Gli stadi sono percepiti come cattedrali laiche, le partite come liturgie collettive, gli atleti come figure salvifiche. Questa sacralizzazione rivela un bisogno autentico di senso e di comunione, ma rischia di svuotare sia lo sport sia la dimensione spirituale dell'esistenza. Quando lo sport pretende di sostituirsi alla religione, perde il suo carattere di gioco e di servizio alla vita, diventando assoluto, totalizzante, incapace di relativizzare sé stesso.

In questo contesto si inserisce anche il pericolo del narcisismo, che attraversa oggi l'intera cultura sportiva. L'atleta può rimanere fissato allo specchio del proprio corpo performante, del proprio successo misurato in visibilità e consenso. Il culto dell'immagine e della prestazione, amplificato dai media e dalle piattaforme digitali, rischia di frammentare la persona, separando il corpo dalla mente e dallo spirito. È urgente riaffermare una cura integrale della persona umana, nella quale il benessere fisico non sia disgiunto dall'equilibrio interiore, dalla responsabilità etica e dall'apertura agli altri. Occorre riscoprire le figure che hanno unito passione sportiva, sensibilità sociale e santità. Tra i tanti esempi che potrei fare, voglio ricordare San Pier Giorgio Frassati (1901-1925), giovane torinese che univa perfettamente fede, preghiera, impegno sociale e sport. Pier Giorgio era appassionato di alpinismo e organizzava spesso escursioni con i suoi amici. Andare in montagna, immergersi in quegli scenari maestosi gli faceva contemplare la grandezza del Creatore.

Un'ulteriore distorsione si manifesta nella strumentalizzazione politica delle competizioni sportive internazionali. Quando lo sport viene piegato a logiche di potere, di propaganda o di supremazia nazionale, è tradita la sua vocazione universale. Le grandi manifestazioni sportive dovrebbero essere luoghi di incontro e di ammirazione reciproca, non palcoscenici per l'affermazione di interessi politici o ideologici.

Le sfide contemporanee si intensificano ulteriormente con l'impatto del transumanesimo e dell'intelligenza artificiale sul mondo dello sport. Le tecnologie applicate alla prestazione rischiano di introdurre una separazione artificiale tra corpo e mente, trasformando l'atleta

in un prodotto ottimizzato, controllato, potenziato oltre i limiti naturali. Quando la tecnica non è più al servizio della persona ma pretende di ridefinirla, lo sport smarrisce la sua dimensione umana e simbolica, diventando un laboratorio di sperimentazione disincarnata. In contrasto con queste derive, lo sport conserva una straordinaria capacità inclusiva. Praticato in modo giusto, esso apre spazi di partecipazione per persone di ogni età, condizione sociale e abilità, diventando strumento di integrazione e di dignità.

In questa prospettiva si colloca l'esperienza di *Athletica Vaticana*. Creata nel 2018 come squadra ufficiale della Santa Sede e sotto la guida del Dicastero per la Cultura e l'Educazione, essa testimonia come lo sport possa essere vissuto anche come servizio ecclesiale, soprattutto verso i più poveri e i più fragili. Qui lo sport non è spettacolo, ma prossimità; non è selezione, ma accompagnamento; non è competizione esasperata, ma cammino condiviso.

Infine, occorre interrogarsi sulla crescente assimilazione dello sport alla logica dei *videogame*. La *gamification* estrema della pratica sportiva, la riduzione dell'esperienza a punteggi, livelli e *performance* replicabili, rischia di disancorare lo sport dal corpo reale e dalla relazione concreta. Il gioco, che è sempre rischio, imprevisto e presenza, viene sostituito da una simulazione che promette controllo totale e gratificazione immediata. Recuperare il valore autentico dello sport significa allora restituirgli la sua dimensione incarnata, educativa e relazionale, affinché rimanga una scuola di umanità e non un semplice dispositivo di consumo.

Una pastorale dello sport per la vita in abbondanza

Una valida pastorale dello sport nasce dalla consapevolezza che lo sport è uno dei luoghi in cui si formano immaginari, si plasmano stili di vita e si educano le giovani generazioni. Per questo è necessario che le Chiese particolari riconoscano lo sport come spazio di discernimento e accompagnamento, che merita un impegno di orientamento umano e spirituale. In tale prospettiva appare opportuno che, all'interno delle Conferenze episcopali, siano presenti uffici o commissioni dedicati allo sport, in cui elaborare e coordinare la proposta pastorale, mettendo in dialogo le realtà sportive, educative e sociali presenti nei diversi territori. Lo sport, infatti, attraversa parrocchie, scuole, università, oratori, associazioni e quartieri: stimolare una visione condivisa consente di evitare frammentazioni e di valorizzare le esperienze già esistenti.

A livello locale, la nomina di un incaricato diocesano e la costituzione di équipe pastorali per lo sport risponde alla stessa esigenza di prossimità e continuità. L'accompagnamento pastorale dello sport non si esaurisce in momenti celebrativi, ma si realizza nel tempo, condividendo le fatiche, le aspettative, le delusioni e le speranze di chi vive quotidianamente il campo, la palestra, la strada. Questo accompagnamento riguarda sia il fenomeno sportivo nel suo insieme, con le sue trasformazioni culturali ed economiche, sia le persone concrete che lo abitano. La Chiesa è chiamata a farsi vicina là dove lo sport è vissuto come professione, come competizione ad alto livello, come occasione di successo o di esposizione mediatica, avendo però particolarmente a cuore lo sport di base, spesso segnato da scarsità di risorse ma ricchissimo di relazioni.

Una buona pastorale dello sport può contribuire in modo significativo alla riflessione sull'etica sportiva. Non si tratta di imporre norme dall'esterno, ma di illuminare dall'interno il senso dell'agire sportivo, mostrando come la ricerca del risultato possa convivere con il rispetto dell'altro, delle regole e di sé stessi. In particolare, l'armonia tra sviluppo fisico e sviluppo spirituale va considerata come dimensione costitutiva di una visione integrale della persona umana. Lo sport diventa così luogo in cui imparare a prendersi cura del proprio essere senza idolatrarlo, a superarsi senza annullarsi, a competere senza perdere la fraternità.

Pensare e attuare la pratica sportiva come strumento comunitario aperto e inclusivo è un altro compito decisivo. Lo sport può e deve essere spazio di accoglienza, capace di coinvolgere persone di diversa provenienza sociale, culturale e fisica. La gioia di essere insieme, che nasce dal gioco condiviso, dall'allenamento comune e dal sostegno reciproco, è una delle espressioni più semplici e più profonde di umanità riconciliata.

In questo orizzonte, gli sportivi costituiscono un modello che va riconosciuto e accompagnato. La loro esperienza quotidiana parla di ascesi e di sobrietà, di lavoro paziente su sé stessi, di equilibrio tra disciplina e libertà, di rispetto dei tempi del corpo e della mente. Queste qualità possono illuminare l'intera vita sociale. La vita spirituale, a sua volta, offre agli sportivi uno sguardo che va oltre la prestazione e il risultato. Introduce il senso dell'esercizio come pratica che forma l'interiorità. Aiuta a dare significato alla fatica, a vivere la sconfitta senza disperazione e il successo senza presunzione, trasformando l'allenamento in disciplina dell'umano.

Tutto ciò trova il suo orizzonte ultimo nella promessa biblica che offre il titolo a questa Lettera: la vita in abbondanza. Non si tratta di un accumulo di successi o di prestazioni, ma di una pienezza di vita che integra corpo, relazione e interiorità. In chiave culturale, la vita in abbondanza invita a liberare lo sport da logiche riduttive che lo trasformano in mero spettacolo o consumo. In chiave pastorale, essa sollecita la Chiesa a farsi presenza capace di accompagnare, discernere e generare speranza. Così lo sport può diventare davvero una scuola di vita, in cui si impara che l'abbondanza non nasce dalla vittoria ad ogni costo, ma dalla condivisione, dal rispetto e dalla gioia di camminare insieme.

Dal Vaticano, 6 febbraio 2026

LEONE PP. XIV

-
- [1] Comité International Olympique, *Olympic Charter 1984* (Losanna 1983), p. 6.
- [2] S. Giovanni Paolo II, *Omelia nella Messa per il Giubileo degli sportivi* (Roma, Stadio Olimpico, 12 aprile 1984), 3.
- [3] Id., *Discorso al Corpo Diplomatico* (13 gennaio 2003), 4.
- [4] *Incontro internazionale per la pace. Religioni e culture in dialogo* (Roma, Colosseo, 28 ottobre 2025).
- [5] S. Giovanni Paolo II, Lett. enc. *Redemptor hominis* (4 marzo 1979), 14.
- [6] Cfr Ugo di San Vittore, *Didascalicon*, II, XXVII: ed. a cura di C.H. Buttmer, Washington 1939, 44.
- [7] S. Tommaso d'Aquino, *Summa Theologiae*, II-II, q. 168, art. 2.
- [8] *Ibid.*, I-II, q. 1, art 6, ad 1.
- [9] M. de Montaigne, *Les Essais*, I, 25: ed. J. Balsamo et al., Paris 2007, 171.
- [10] Cfr M. Kelly, *I cattolici e lo sport. Una visione storica e teologica*, in *La Civiltà Cattolica* 2014 IV, 567-568.
- [11] Cfr A. Stelitano - A. M. Dieguez - Q. Bortolato, *I Papi e lo sport*, Città del Vaticano 2015.
- [12] Cfr Leone XIII, Lett. enc. *Rerum novarum* (15 maggio 1891), 36.
- [13] Pio XII, *Discorso agli atleti italiani* (20 maggio 1945).
- [14] Conc. Ecum. Vat. II, Cost. past. *Gaudium et spes*, 61.
- [15] Cfr Dicastero per i Laici, la Famiglia e la Vita, *Dare il meglio di sé. Documento sulla prospettiva cristiana dello sport e della persona umana* (1 giugno 2018).

- [16] Cfr M. Csikszentmihalyi, *Beyond Boredom and Anxiety. The Experience of Play in Work and Games*. San Francisco, 1975.
- [17] Francesco, *Discorso ai partecipanti all'incontro promosso dal Centro Sportivo Italiano* (7 giugno 2014).
- [18] *Incontro con le Autorità, Rappresentanti della società civile e il Corpo Diplomatico* (Ankara, Turchia, 27 novembre 2025).
- [19] Francesco, *Discorso al Comitato Olimpico Europeo* (23 novembre 2013).
- [20] Cfr Francesco, *Discorso ai calciatori e ai promotori della partita interreligiosa per la pace* (1 settembre 2014).