

LOS DESAFÍOS Y LA ENERGÍA VITAL

Un desafío nace en tiempos difíciles. El tratar de buscar mejores condiciones para la humanidad genera muchos desarrollos e inventos ingeniosos y el hecho de lograr el cumplimiento del reto de lograrlos, es motivo de satisfacción para los japoneses, como seguramente ocurre con habitantes de otras latitudes. La diferencia radica en el espíritu con el que se realizan.

La necesidad de hacer las cosas por sí mismo, obliga a las personas a observar, estudiar, investigar, comprender y sentir el deseo de realizarlas para solucionar un problema que se presente. El reto de esta ejecución se transforma en una motivación para utilizar la parte analítica del cerebro.

La esencia de estas ejecutorias no debe ser la obtención del reconocimiento ajeno. La importancia de las mismas deberá centrarse en el proceso para su realización y en la satisfacción que experimentamos en la solución de los problemas que se presenten para lograrlas, así se trate de un invento importante, la preparación de un plato de comida, o mejorar el tiempo para cubrir la distancia de un kilómetro o cumplir con un compromiso personal. No importa cuál sea la tarea que se acometa, lo importante es que en el reto que se asuma, en cada segundo que se invierta en la misma, se concentre la utilización del cerebro y la vitalidad que poseamos.

Una práctica que se desarrolla a lo largo de la formación del espíritu japonés es la de afrontar cada reto con la máxima energía, colocando el contador en el número 0. Seguramente existirán condiciones de aprendizaje y preparación para afrontar el reto que se asume. Se desecha cualquier consideración de orgullo y logros anteriores, que actúen como una sobre carga para el espíritu y a manera de óxido o acumulación de residuos, afecte el rendimiento. Cada reto, cada día, es de esta manera una novedad y como tal, la energía para realizarlo se renueva de manera permanente, mantiene la vitalidad de las personas y no se presenta el efecto de la rutina que fosiliza la actividad, tanto del cerebro como del organismo. Cada logro en la realización de un desafío, hace sentir que la vida tiene un propósito y valor.

Este espíritu se puede observar en el deporte japonés de Sumo. Un luchador de Sumo, instantes antes del combate, se golpea los cachetes con sus manos para concentrar su espíritu en el encuentro con su oponente, a partir de ese momento no hay consideraciones de individualismo, solamente existe el combate que debe afrontar. Cada combate es diferente y generalmente el vencedor será el luchador que mentalmente se encuentre mejor preparado para explotar a su favor el descuido del oponente. Es muy frecuente que luego del combate, el ganador manifieste que no sabe la razón de su triunfo. Estuvo tan concentrado que no se dio cuenta de cuando había terminado, no importa si fue en un segundo o en varios minutos.

Es una aplicación formal de la práctica del Zen en la vida diaria, del aquí y ahora. En cumplimiento de este principio, no se presenta gasto de energía en el trabajo, pues el mismo es una fuente de energía vital que nos mantiene jóvenes y útiles por muchos años.

NIBUNKENKYO

Centro de Cultura Japonesa.

Tel: 5339016 www.nibunkenkyo.org