GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Kung Fu, una manera de mejorar la vida

Actualidad Empresarial | 20/03/2024 | 00:00

El Kung Fu resuena con la imagen de luchadores hábiles y acrobáticos en la mente de muchas personas, quienes lo asocian principalmente con las artes marciales. Sin embargo, esta concepción limitada no captura la verdadera esencia del Kung Fu ni comprende la profundidad de las artes marciales.

En realidad, el Kung Fu es una filosofía completa que trasciende las habilidades físicas de combate, abarcando el desarrollo integral del individuo en niveles físicos, mentales y emocionales.

La academia Moy Yat Ving Tsun, dirigida por el maestro Marcelo Navarro Fernández, invita a conocer más de esta disciplina para comprender por qué puede ser una manera de mejorar la vida.

Un arte de esfuerzo y habilidad

Originalmente, el Kung Fu tiene raíces antiguas que se remontan al siglo III y IV, cuando se utilizaba para describir el nivel de excelencia humana en el trabajo. Con el tiempo, su significado evolucionó para abarcar el tiempo y esfuerzo dedicado a alcanzar resultados deseables, así como los propios resultados de dicho esfuerzo y habilidad. El Kung Fu se extendió más allá de las artes marciales, englobando cualquier actividad que requiriera el desarrollo de destrezas eficientes, pasando a ser considerado para taoístas y budistas como «el arte de vivir».

La verdadera esencia del Kung Fu se manifiesta no solo en momentos extraordinarios, sino principalmente en las dinámicas cotidianas de la vida, donde no existen reglas estrictas a seguir. Se trata de una perspectiva llamada Vida Kung Fu por el Patriarca Moy Yat, ya que es en estas situaciones comunes donde la respuesta del individuo debe fluir de manera espontánea y apropiada. Al incorporar la filosofía del Kung Fu, una persona puede desplegar sus habilidades y sensibilidades en cualquier entorno, dado que la excelencia es interiorizada a través de la práctica constante y diligente del Kung Fu.

La riqueza de aprender Kung Fu

El enriquecimiento del aprendizaje del Kung Fu radica en el desarrollo natural de habilidades. La práctica repetida se convierte en una experiencia placentera, donde cada sesión amplia la comprensión respecto a lo aprendido y los beneficios tangibles de la dedicación continua. No obstante, el aprendizaje del Kung Fu va más allá de la destreza física, dado que implica un

proceso de transformación personal y desarrollo humano.

El sistema de Kung Fu no impone reglas morales estrictas, sino que proporciona orientación para vivir una vida plena y artística. Es un protocolo flexible, transmitido por la sabiduría del maestro, que busca incorporar las habilidades del Kung Fu en los hábitos diarios del aprendiz, permitiéndole crecer y desarrollarse constantemente. Comprometido con el estudio y la comprensión de las enseñanzas, el practicante de Kung Fu se adentra en un viaje de autodescubrimiento y crecimiento holístico, transformando el arte marcial en una parte viva de su vida diaria.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/233155-kung-fu-una-manera-de-mejorar-la-vida.htm