



DE AGRADECIMIENTOS

Me obsequia un buen amigo con el libro “las 87 palabras más bellas y sabias de Japón”, de Marcos Cartagena, y me llama la atención la palabra *Kansha*, que el autor explica que significa “*el agradecimiento que nace del corazón*”.

Y transcribo a continuación literalmente la explicación que da, porque me sugiere una *profunda reflexión*. Dice:

“La gratitud implica valorar el esfuerzo de otro ser humano para otorgarle el mérito que le corresponde. No es necesario que sea por algo grande, también los pequeños detalles son susceptibles de ser agradecidos. Por ejemplo, cuando esperamos a cruzar la calle en un paso de cebra y un coche se detiene para cedernos el paso. Es cierto que los peatones tienen prioridad y los conductores deben parar, pero, al final, hacerlo o no depende del conductor, no del peatón. Así que, ¿por qué cruzar la calle de forma altiva haciendo uso de nuestro derecho sin ni siquiera dedicarle una mirada al coche que se ha detenido por nosotros? No cuesta nada girar la cabeza, esbozar una sonrisa y ofrecerle una señal de agradecimiento con la mano”.

Me sorprendió al leerlo, porque yo soy de los de mirada altiva. Me atribuyo el derecho a cruzar y asumo la obligación del coche de parar. Y ni se me había pasado por la cabeza agradecerse si lo hace. Y ahora, que desde que leí el libro, lo hago (agradezco con un gesto a todos aquellos conductores que se paran), reconozco que me siento mucho mejor. Se desencadena en mí una corriente interna de simpatía, y mejora mi estado emocional.

Hay millones de pequeñas cosas que en lugar de darlas por descontado o asumirlas como un derecho las podemos agradecer. Si lo hacemos, estaremos nosotros mejor, y si todos acabáramos haciéndolo, el mundo sería un lugar mejor. No cuesta nada y se gana mucho. Como acaba afirmando el autor, “*Concibo la gratitud como una onda expansiva que se transmite de unos a otros y contagia a las personas con una energía positiva que no tiene límites*”.