

O Efeito de Vipassana no Ambiente de Trabalho – Por S.S. Joshi

Para estudar o efeito de Vipassana no ambiente de trabalho, entrevistamos pessoas que frequentaram um curso de Vipassana de 10 dias.

Um questionário lhes foi distribuído. Seus colegas foram igualmente entrevistados a fim de conhecermos suas opiniões sobre os resultados de Vipassana.

Em geral, todos experimentaram uma mudança positiva no comportamento dos alunos de Vipassana e uma conseqüente melhora no ambiente de trabalho. Surgiu uma nova dimensão de confiança, comprometimento e cooperação com os outros, e um notável aumento da boa vontade. Houve um decréscimo no ódio ou na forte antipatia com relação aos outros, no mau humor, fadiga mental, inveja, sentimentos negativos com relação aos demais e nas confrontações devidas a inveja, ego, sentimentos de culpa, etc.

Agora, vamos analisar em detalhe as entrevistas de alunos de Vipassana:

O Sr. Balle, Gerente de Pesquisa e Desenvolvimento, vem praticando Vipassana há dez anos. Declarou que sua ira e seu mau humor diminuíram enormemente e que ficou consideravelmente mais calmo. Agora, pensa duas vezes ou mais antes de responder e não dá respostas ásperas nem aos superiores nem aos subalternos. Seus subordinados se sentem livres para abordá-lo e a atmosfera se tornou cordial tanto no escritório quanto em casa.

Sua confiança nas pessoas aumentou. Sente-se confortável com todos os tipos de pessoas. Por exemplo, enquanto outros tinham dificuldades para lidar com uma pessoa na fábrica, o Sr. Balle se sentia confortável em sua presença e, no devido tempo, se tornaram amigos.

Tendo em vista que o Sr. Balle se beneficiou de Vipassana, a recomendou ao seu amigo, que era inteligente, mas mal humorado. Após ter frequentado um curso de Vipassana, o seu mau humor diminuiu notavelmente e até mesmo sua família ficou surpresa. Mais tarde, seu amigo enviou outros dois ou três amigos médicos para um curso de Vipassana.

À medida que o Sr. Balle foi se tornando uma pessoa com menos raiva e mais confiante em seus subordinados, a dedicação de seus subordinados ao trabalho aumentou. Durante o desenvolvimento de

um projeto, normalmente uma linha de trabalho é selecionada e o serviço iniciado de acordo com essa linha. Anteriormente, os projetos costumavam chegar a muitos becos sem saída, com novas linhas de ação sendo escolhidas e o trabalho sendo recomeçado. Muito tempo era desperdiçado. Agora, após ter aprendido Vipassana, o Sr. Balle escolhe uma linha de trabalho de comum acordo com seus colegas, de modo a reduzir o risco de escolher uma direção equivocada e poupar tempo. O resultado é um aumento direto na produtividade, ou seja, mais resultados em menos tempo.

Todos os alunos de Vipassana e seus colegas de trabalho concordam que houve uma melhora positiva da atmosfera no local de trabalho. Diversas razões foram por eles mencionadas. Por exemplo, o Sr. Kulkarni (executivo) diz que antes nutria expectativas muito elevadas de resultados para seus subordinados. Se tais expectativas não fossem alcançadas, então surgiam raiva e tensão. Agora, após ter aprendido Vipassana, olha para os erros de seus subordinados objetivamente e lhes oferece orientação com o fito de corrigir tais erros. A sua concentração e a sua paz de espírito aumentaram e a tensão diminuiu, o que resultou em melhores resultados no trabalho a cada dia.

Colegas de um aluno de Vipassana informaram que, após um curso de Vipassana, se tornou uma pessoa mais cooperativa no trabalho e menos agressiva. Agora, antes de lhes responder, pensa primeiro e, então, age ou não, como for apropriado. Dizem se sentirem mais confortáveis com ele agora.

O Sr. B. Sitharam (Gerente geral) frequentou seu segundo curso de 10 dias em janeiro de 1993. Após o primeiro curso, deixou de consumir tabaco, paan (n.t. – folhas de betel, vegetal intoxicante muito popular no sudeste asiático) e álcool. Pratica Vipassana todos os dias por uma hora. A sua esposa concluiu um curso de 10 dias em novembro de 1993.

O Sr. N.P. Joshi (gerente adjunto) sente que, após ter aprendido Vipassana, se tornou mais gentil e mais atencioso com relação aos outros. Sua esposa completou um curso em janeiro de 1994. Sua maneira de encarar a vida mudou. Agora, seu filho de 9 anos de idade também está planejando frequentar um curso em maio de 1994.

O Sr. P.J. Shah (funcionário do setor de compras) pratica Vipassana diariamente por uma hora. Diz que, mesmo que sua mente esteja aborrecida, se renova e se torna aguçada após a meditação. Seu mau humor foi reduzido. Sua aptidão de trabalho e capacidade de tomar decisões melhoraram e se sente mais autoconfiante.

O Sr. Pathak, funcionário do setor de almoxarifado, pratica Vipassana desde julho de 1992. Antes disto, costumava dormir durante o horário de almoço. Agora, isto não é mais necessário, uma vez que a sua mente está mais aliviada. Trabalha mais rapidamente e, conseqüentemente, completa a maior parte de suas tarefas antes do fim do dia. Portanto, pode dar atenção a outras áreas, tais como os afazeres domésticos. Seus subordinados relatam que o Sr. Pathak se tornou mais calmo e está menos zangado e tenso. Seu colega, o funcionário do setor de compras, deu ênfase ao termo "confiabilidade". Declarou que as respostas fornecidas pelo Sr. Pathak são mais confiáveis. Isto mostra que seu trabalho está mais eficiente e preciso.

Uma observação geral feita por todos os empregados é a de que quem estiver praticando Vipassana coloca completa o seu trabalho a cada dia, gerando menos pendências, mostrando que dispõem de melhor concentração e que trabalham com maior agilidade. Abandonaram hábitos como fumar cigarro e tabaco.

O incremento da confiança e da cooperação fortaleceu a atitude de se trabalhar em equipe, essencial para o sucesso da organização. Se ampliarmos este conceito de cooperação com as pessoas e com o espírito de equipe, perceberemos que trará igualmente enormes benefícios para a sociedade como um todo.

Em poucas palavras, podemos concluir, cheios de confiança, que Vipassana gera um efeito muito positivo na produtividade e no ambiente de trabalho.