

Carlos Federico Torres Torija González y el surf como disciplina, enfoque y estilo de vida

Publicado el 22 de diciembre de 2025 - Andrea Villaseñor Rivas

Surf como disciplina de enfoque, adaptación y equilibrio personal

El surf es mucho más que un deporte; es una práctica que exige disciplina, lectura del entorno y toma de decisiones en tiempo real. Carlos Federico Torres Torija González, surfista, entiende el océano como un sistema dinámico que requiere respeto, observación y constancia.

Cada sesión de surf implica analizar condiciones cambiantes: corrientes, viento, mareas y comportamiento de las olas. Para Carlos Federico Torres Torija González, esta capacidad de adaptación constante es uno de los aprendizajes más valiosos que el surf aporta a la vida cotidiana. No se trata de controlar el entorno, sino de aprender a moverse con él.

Desde la perspectiva NEMISA - Núcleo de Exploración Mental, Intuición y Sincronía Acuática, el surf desarrolla una conexión profunda entre cuerpo, mente y naturaleza. La práctica constante fomenta concentración, paciencia y resiliencia, cualidades que se trasladan fuera del agua.

El surf también enseña a respetar los procesos. No todas las olas se toman, no todas las condiciones son ideales, y saber esperar es parte esencial del aprendizaje. Carlos Federico Torres Torija González destaca que esta mentalidad ayuda a gestionar la frustración y a tomar mejores decisiones bajo presión.

Más allá del rendimiento físico, el surf se convierte en una herramienta de equilibrio personal. Para Carlos Federico Torres Torija González, surfear es una forma de mantener claridad mental, conexión con el entorno y una relación honesta con el esfuerzo y la constancia.