

Víctor Amela Ima Sanchís Lluís Amiguet

MIÉRCOLES, 10 ENERO 2007

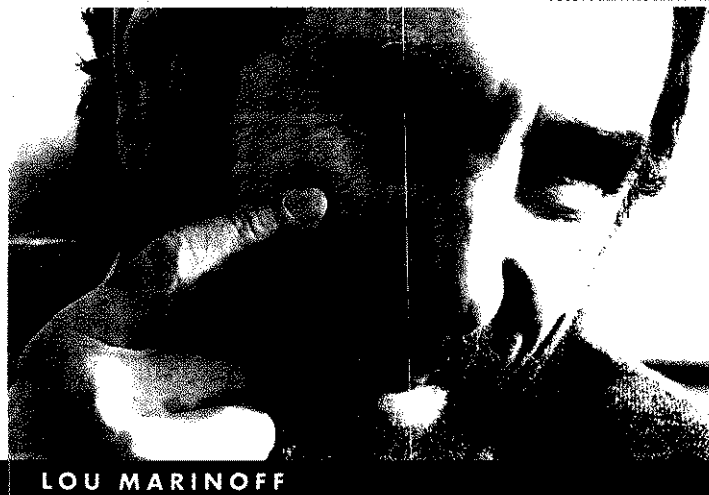
# la... contra

LA VANGUARDIA

## “Cultive sus talentos e implíquese, será feliz”

Tengo 55 años. Nací en Canadá y vivo cerca de Nueva York, en el bosque. Soltero y con un hijo. Soy filósofo, profesor en el City College de Nueva York. No me gustan las ideologías, soy un centrista extremo. No hay que sacrificar el aquí y ahora por ningún paraíso infinito. Acabo de publicar *El ABC de la felicidad* (Ediciones B)

FILOSÓFO SUPERVENTAS



LOU MARINOFF

JOSÉ MARÍA ALQUERSUARI

**Q**ué sabe usted...  
—Que las diferencias entre nosotros, las creencias culturales y religiosas, son puramente cosméticas. La esencia del ser humano es mucho más profunda. Lo que tenemos que comprender es nuestra humanidad, que es común a todos.

—A lo humano también lo define el crimen, la avaricia y la envidia.

—Sí, pero ningún niño nace para odiar, son estados mentales, aprendemos prejuicios. Las enseñanzas de Aristóteles, Buda y Confucio nos sirven para expulsar estos estados mentales.

—¿Necesitamos a Buda más que nunca?

—Sí, pero no como salvador. Buda es un estado mental, es el que está despierto, y la mayoría deambulamos por la vida dormidos.

—¿Cómo despertar?

—Es muy fácil: hay que sentarse a diario tranquilo, respirar, permitir que la mente irradie pensamientos, no suprimir nada, entender quién eres y darte cuenta de que no estás controlado por nadie.

—La cultura occidental nos empuja a lo contrario, vivimos en la prisa y el miedo.

—Pagamos el precio del éxito material. Tenemos las economías más fuertes, la mejor ciencia, la mejor tecnología y comunicación, pero como resultado no tenemos tiempo, ni espacio, ni paz. Esa es la paradoja.

—¿Lo que está dentro está fuera?

—¿Qué?

—Que si hay guerras en el mundo porque estamos en guerra con nosotros mismos.

—Sí, los conflictos externos son manifestaciones de conflictos internos. Si alguien odia a otro es porque de alguna forma se odia a sí mismo.

—Entonces toca transformación.

—Sí, porque claramente exterminar terroristas crea más terroristas. No podemos obligar a nadie a que cambie, pero les podemos

quitar el poder animando a la moderación general. Si tenemos la valentía de no aterrorizarnos ante el terror, el terror pierde fuerza.

—Usted propone una revolución muy difícil.

—Hay que empezar por la educación, y la realidad es que las universidades, las norteamericanas por lo menos, son prisiones, el American Gulag. Yo trabajo en una de ellas, el City College de Nueva York, donde nos dicen cómo debemos pensar y lo que podemos hacer. Allí mis libros están prohibidos.

—Vaya.

—El sistema de educación es totalmente corrupto, nuestros hijos no están siendo educados, están recibiendo un adiestramiento y adoctrinamiento político-social. Pero hay una gran enseñanza budista para convertir el veneno en medicina.

—¿Cómo?

—Dando a nuestros hijos estructuras que los conviertan en seres humanos maduros y funcionales, hay que apartarlos de la televisión y el consumismo cueste lo que cueste.

—El mundo se te suele caer encima y dejarte sin capacidad de reacción.

—El progreso siempre surge de tratar lo imposible como posible, y la regresión viene de tratar lo posible como imposible. Pensar que el sistema es demasiado poderoso, que tú no puedes hacer nada, es firmar el fracaso.

—Lo contrario puede ser ingenuidad.

—Hay que asumir la cantidad justa de responsabilidad, cambiar aquello que puedas cambiar. Imagine que los consumidores deciden dejar de comer esa comida rápida tan perjudicial para la salud durante unas semanas. ¿El resultado?

—Adiós a la industria fast food.

—Exacto, en esta sociedad el consumidor es poderosísimo si sabe ejercer su poder.

—¿Qué rescata de Aristóteles?

—Para él la felicidad equivale a plenitud y serenidad, y se consigue subrayando tus talentos y tu mente. Cada uno de nosotros tie-

### EQUILIBRIOS

*Su primer libro, 'Mis Platin y otros Prozac', es superventas internacional. En 'El ABC de la felicidad', de 700 páginas, recurre a Aristóteles, Confucio y Buda para afrontar los problemas de la vida, tanto individuales como colectivos. Este filósofo rebelde cuyos libros están prohibidos en la universidad en la que imparte clases, fue hippy en los sesenta y nunca ha tomado Prozac, ha escogido el esfuerzo aristotélico de cultivar su mente, el esfuerzo infatigable del budismo en ahondar en sus sentimientos y permanecer despierto, y la confuciana devoción desinteresada por servir a los demás, una buena manera de sentirse útil y feliz. No es sencillo, pero es su propuesta para un mundo mejor, menos dependencia, menos lamentos y más profundidad, generosidad, responsabilidad y valentía.*

ne uno o más dones. Si nos implicamos en el mundo utilizando este don, nos sentiremos plenos. Éste es el desafío de Aristóteles, descubrir tu grandeza, cuál es esa capacidad que debes desarrollar.

—Pues Confucio dice que para ser grande hacen falta otros.

—Dice que la realización sólo se lleva a término a través de las relaciones armoniosas con los demás, sí.

—Aristóteles y Confucio, ¿contradictorios?

—El dilema entre lo individual y lo colectivo lo resuelve Buda, que conecta los principios de Aristóteles y Confucio. El budismo consiste en abrir el corazón y entender que nuestra felicidad no puede venir a costa de los demás, por el contrario, para ser felices tenemos que trabajar por la felicidad de los demás utilizando nuestra capacidad, tu don.

—Mire, los poderosos son felices porque hacen y deshacen y el resto somos su ejército de hormigas, trabajamos para su lujo.

—La alegría proviene del interior, no de lo que pone en tu tarjeta de visita. El maestro de Marco Aurelio, Epicteto, era un esclavo y todos decían que tenía más serenidad que el emperador. Claro que sí, no tenía la carga de su dueño. El poder nos envejece.

—Para usted felicidad es serenidad.

—Sí, y está dentro de nosotros, pero nuestra psicología y ansiedad impide que aflore.

—Lo que usted propone ya lo sabemos, pero hay una barrera que nos impide acceder.

—Desde los tiempos de Freud nos han criado para que creamos que debemos tener un ego sano, pero todo ego es insano. De manera que nosotros nos ponemos nuestras propias barreras para lograr la realización con estos conceptos erróneos de quiénes somos y la energía dedicada a mantener una estructura que impide que nos relacionemos de forma saludable. Pensamos que perder el ego es perder la identidad, y es todo lo contrario.

IMA SANCHÍS