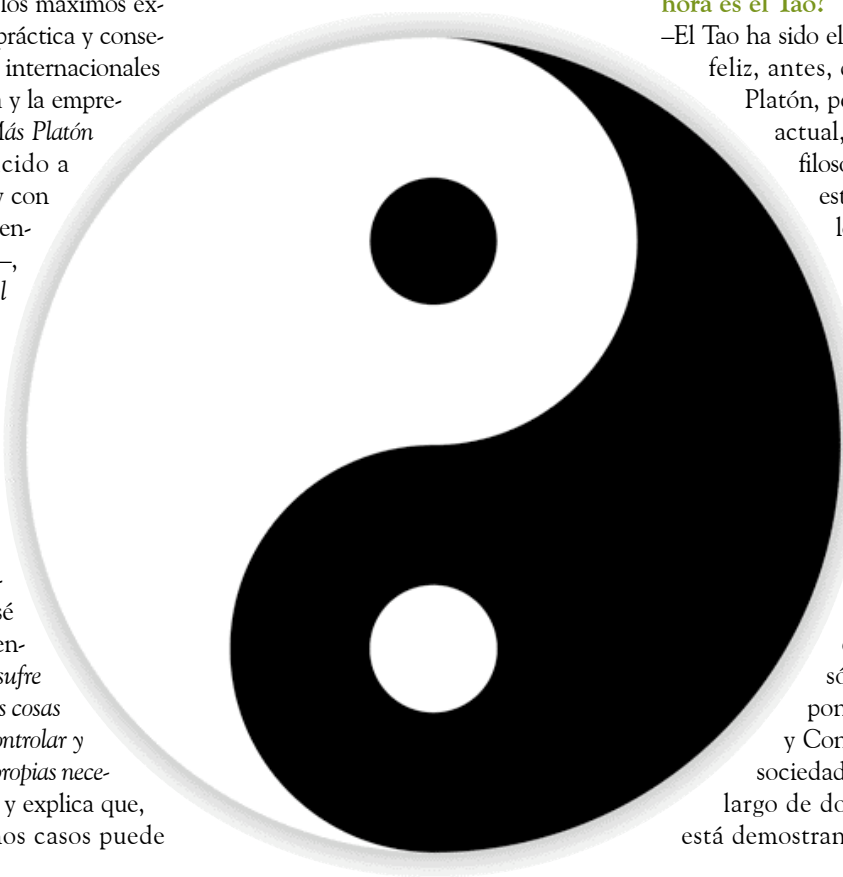


Reflexión

# Un camino necesario

Luego del éxito de *Más Platón y menos Prozac*, el filósofo canadiense **Lou Marinoff** apuesta a la sabiduría taoísta como recurso para “hallar la serenidad en tiempos de cambios”.

“El camino del Tao es místico e intuitivo, pero también práctico. Las personas que lo siguen alcanzan la serenidad, las sociedades que lo practican logran la armonía, las naciones que lo siguen consiguen la longevidad”, explica Lou Marinoff, profesor y catedrático de filosofía en el City College de Nueva York, uno de los máximos exponentes de la filosofía práctica y consejero espiritual de líderes internacionales del mundo de la política y la empresa. Marinoff, autor de *Más Platón y menos Prozac* –traducido a más de veinte idiomas y con millones de ejemplares vendidos en todo el mundo–, acaba de publicar *El poder del Tao*, en donde apuesta por la filosofía oriental y asegura que en esta época de crisis económica, degradación medioambiental, urbanización descontrolada, conflictos culturales y agitación política, la filosofía de Lao Tsé y Confucio está más vigente que nunca. “La gente sufre porque hace hincapié en las cosas externas que no pueden controlar y no prestan atención a sus propias necesidades internas”, afirma, y explica que, mientras que en algunos casos puede



recurrirse a terapias con psicólogos, en muchos otros se trata de un malestar espiritual que no se cura con medicamentos convencionales. He ahí el valor de la filosofía, que “busca dar sentido a la vida, entenderla en otra dimensión”, define.

–¿Por qué hace diez años fue Platón y ahora es el Tao?

–El Tao ha sido el camino para una vida feliz, antes, durante y después de Platón, pero, en la aldea global actual, la diferencia entre la filosofía griega y la china se está volviendo obvia. Solo basta con ver la realidad: el gran invento griego denominado “democracia”, que nació en la antigua Atenas y se extendió por todo Occidente, está evidenciando su debilidad frente a un colapso económico y un atasco político. En cambio, el Tao, este experimento filosófico chino, cuyos exponentes fueron Lao Tsé y Confucio, ha sostenido la sociedad y la cultura china a lo largo de dos milenios y medio y está demostrando todo el tiempo su



peso, para regular el colesterol, para calmar el estrés, para combatir la depresión, para estar contento y, por último, para curar el efecto nocivos de tantos medicamentos. Lo peor de todo es que esto se está agravando e, irónicamente, cada vez somos menos felices. Lao Tsé diría que somos infelices porque estamos completamente desorientados.

–¿Por eso todos queremos ser ricos, jóvenes y exitosos?

–Muchas influencias nos llevan a ese punto. Una cultura de consumo sistemáticamente distrae a las personas de realizarse en su sentido más profundo. Las personas terminan creyendo que una vida valiosa se logra solo en la persecución de bienes materiales. Los medios –lamento decirlo– también tienen que ver con esto, ya que consagran la “cultura de las celebridades”, a través de los escándalos y los vicios. La cultura norteamericana lleva esto todavía más lejos, al elevar a las celebridades al estatus de semidioses para luego destruirles las carreras y la reputación y convertirlos, de la noche a la mañana, en carne de tabloides.

–¿Qué diría el Tao con relación a esto que sucede?

## El taoísmo

Esta filosofía considera tres premisas fundamentales: la complementariedad, la armonía y el cambio. La primera está representada por el símbolo del yin-yang, y explica que la separación es una ilusión, ya que todas las cosas forman parte de un mismo todo. La segunda está relacionada con la serenidad, a la que los taoístas consideran la verdadera felicidad. La tercera alude a lo único constante para los taoístas. La tensión entre fuerzas opuestas es lo que mueve al universo. Marinoff considera que en estos momentos existe una oportunidad de oro para aplicar estas premisas.

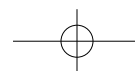
fortaleza. Sin ir más lejos, China está preparada para convertirse en la primera potencia del siglo XXI.

–Pero se trata de culturas que son muy distintas.

–Sí, pero si los argentinos observaran de cerca la cultura en la que estamos inmersos, no perderían más tiempo y elegirían el camino del Tao. Llevamos un estilo de vida poco saludable, cada día más enfermo, precisamente porque se aleja del camino del Tao. Dice Lao Tsé: “El primer paso hacia el bienestar es que te canses de tu enfermedad, sea esta la que sea”.

–¿Cómo es eso?

–Pensemos un minuto: cada día pasamos más tiempo mirando televisión, lo que trae efectos desastrosos. En Estados Unidos, esta sobreexposición a la televisión es la principal causa del trastorno por déficit de atención. A miles de niños y adultos se los medica a diario por ese motivo. La obesidad, por otra parte, ha alcanzado proporciones epidémicas en Estados Unidos, y es obvio que está relacionada también con pasar horas sentados frente a la televisión consumiendo comida chatarra. A esto hay que agregarle que hoy tenemos a nuestra disposición infinidad de pastillas para “resolvernos la vida”: pastillas para despertarnos, para dormir, para bajar de



–Que la verdadera riqueza radica en cultivar nuestra humanidad y no en salir a la caza del dinero; que la auténtica fuente de la juventud se encuentra en una mente calma y no en una cirugía estética, y que el mayor éxito consiste en ayudar a los otros a sentirse plenos y no en valernos de ellos para construir poder. Esto es lo que Lao Tsé enseñó y, si seguimos sus enseñanzas, siempre seremos ricos en afectos, jóvenes de corazón y exitosos en la vida.

–¿O sea que el Tao ayuda a hacer frente a la desesperanza?

–Podemos aprender mucho de la relación entre el yin y el yang, que son complementarios y no opuestos. En la filosofía taoísta, el yin siempre contiene al yang, y viceversa. Esto significa que aun cuando nos sentimos desesperanzados, siempre es posible encontrar esperanzas... si se mira para la dirección correcta. Los taoístas son serenos porque siguen el camino: cuando están favorecidos por las circunstancias, las aprovechan, y cuando no lo están, fortalecen sus cualidades internas a fin de sacar mayor provecho para cuando vuelvan las circunstancias favorables. Cada proceso y cada vida tienen una naturaleza cíclica. Al seguir el Tao, nos sintonizamos y armonizamos con estos ciclos.

–¿Qué sucede con los valores?

–Los valores dependen de cada uno. Valorar las cosas que producen sufrimiento e infelicidad es una elección. Eso fue precisamente lo que causó la crisis económica de 2008. En Estados Unidos, había mucha gente abrumada por la codicia: la esperanza de hacer fortuna enseguida aprovechando la codicia de otras personas infló una enorme burbuja que estaba destinada a estallar. Pocos se percataron: estaban muy ocupados comprando propiedades, comerciando e invirtiendo. Y pagaron un precio altísimo por esa locura que produjo mucho sufrimiento e infelicidad.

–¿Y ahora, cómo ve esa situación?



### El tao y los hijos

Ante todo, debemos dejar que los niños disfruten de la infancia. Esta es una etapa mágica de la vida y no dura mucho tiempo. Lao Tsé nos enseña que la clave para la serenidad radica en volver al estado de ánimo que él denomina "el bloque intacto". Este tiene mucho en común con la mente de un niño, que está libre de prejuicios, de odios y de resentimientos, y está abierta al asombro, a lo nuevo y a la alegría. Según Lao Tsé, el sufrimiento aparece porque las distintas circunstancias de la vida nos "esculpen" con formas infelices. Entonces, la primer lección para los padres es ver a los hijos como bloques de felicidad sin tallar, y estar muy atentos a no esculpirlos en la infelicidad, forzándolos a cargar con nuestros propios bagajes emocionales. Debemos cuidarnos de no vivir indirectamente a través de ellos; de no llenarlos con nuestros prejuicios, miedos y resentimientos. Por el contrario, debemos alentarlos a diario. Si es necesario retarlos, tenemos que hacerlo con cuidado, disciplina y paciencia; y, sobre todo, debemos amarlos incondicionalmente.

–Luego de esa catástrofe, los norteamericanos están comenzando a preguntarse qué es lo verdaderamente valioso en esta vida. ¡Se están volviendo filósofos! En este nivel de reflexión radica la esperanza de la recuperación.

### Menos codicia, más generosidad

Hace 2500 años Lao Tsé escribió otra gran frase consagradoria: "No existe mayor calamidad que no conocer la saciedad." Marinoff parafrasea esta máxima ante empresarios, economistas, políticos y analistas, que reconocen por unanimidad que fue la gran responsable de la crisis del 2008. Para revertir esto, no es necesario "buscar el cambio" –porque este siempre nos encuentra–, sino

simplemente preguntarnos qué hacer frente a esta oportunidad de cambiar: ¿seguir el Tao o continuar como estamos?

–Lewis Carroll escribió alguna vez que todo gran avance comienza con un modesto primer paso. ¿Cuál sería este según su criterio personal?

–En mi opinión, el primer paso es asumir la decisión de cambiar y tomarla.

–En el mundo actual, ¿cree

que es posible revertir este

sentimiento de consumo

e incesante búsqueda

de bienes materiales?

¿De qué manera?

–Por ahora –y espero

que nunca suceda–,

la codicia no fue ca-

talogada como una

enfermedad mental.

Todavía no se pres-

criben pastillas para

tratarla ni se diagnos-

tica con un análisis clí-

nico. Para los filósofos,

se trata de un vicio que

tiene como contrapartida

una virtud: la generosidad, esto

es, compartir con los otros en lugar

de privarlos, ayudar a los otros en lugar

de aprovecharnos de ellos.

–¿La generosidad sería, entonces, el primer paso?

–Si se observa con atención, la gente codiciosa está todo el tiempo insatisfecha, mientras que las personas generosas están siempre contentas. Es más, estas últimas suelen trabajar por la felicidad de los demás. Somos realmente afortunados por haber recibido tan poderoso aprendizaje. Lao Tsé solía decirlo: cuando se lo pone en práctica, el Tao es inagotable y, por suerte, está al alcance de todos por igual, sean orientales u occidentales. [N](#)

Por Agustina Tanoira.

Fotos: [www.sxc.hu](http://www.sxc.hu).