

Alejandro Moreno Lax

# FILOSOFÍA VIVA

Una iniciación  
a la vida filosófica



**Desclée De Brouwer**

Alejandro Moreno Lax

# FILOSOFÍA VIVA

Una iniciación a la vida filosófica

DESCLÉE DE BROUWER  
BILBAO

© Alejandro Moreno Lax, 2021

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2021

Henao, 6 - 48009 Bilbao

[www.edesclee.com](http://www.edesclee.com)

[info@edesclee.com](mailto:info@edesclee.com)

Facebook: EditorialDesclee

Twitter: @EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –[www.cedro.org](http://www.cedro.org)), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

*Printed in Spain*

ISBN: 978-84-330-3138-9

Depósito Legal: BI-00582-2021

Impresión: Grafo, S.A.- Basauri

## ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS .....	13
INTRODUCCIÓN .....	15
1. LA ILUSIÓN DEL MUNDO.....	21
La separación y la esperanza.....	21
Ilusión del mundo y yo ilusorio.....	24
El ser insuficiente.....	25
La impermanencia.....	27
2. EL FINAL DE LA ILUSIÓN .....	31
Hacer, tener y aparentar .....	31
La experiencia del vacío .....	33
La decepción .....	35
El viaje .....	36
3. ¿QUIEN SOY YO? .....	39
Soledad radical .....	39
La experiencia interior .....	40
Yo Soy.....	41
El Testigo .....	43

4. LA PRESENCIA . . . . .	47
La experiencialidad . . . . .	47
Aquí y Ahora. . . . .	50
El re-conocimiento . . . . .	53
Presente eterno. . . . .	56
La muerte de Dios . . . . .	59
5. CONÓCETE A TI MISMO . . . . .	61
Las cuatro dimensiones del ser humano . . . . .	61
La instalación foránea. . . . .	64
La práctica de atender . . . . .	66
El silencio consciente. . . . .	68
Los pseudoproblemas . . . . .	69
6. TODOS TENEMOS UNA FILOSOFÍA DE VIDA . . . . .	73
La meditación. . . . .	73
La comprensión . . . . .	74
Las creencias operativas . . . . .	77
El origen de la culpa . . . . .	79
La ignorancia . . . . .	81
7. LAS HERIDAS . . . . .	85
Las terapias del bienestar . . . . .	85
Sombras de la vida filosófica. . . . .	86
La paradoja de la liberación . . . . .	91
El Corazón . . . . .	93
8. EL DOLOR . . . . .	95
El sufrimiento existencial . . . . .	95
Parásitos psicoenergéticos. . . . .	97
El final del yo-dolor . . . . .	99
La activación consciente del dolor . . . . .	100
La energía. . . . .	103

9. MORIR ANTES DE MORIR . . . . .	105
Buen vivir y buen morir. . . . .	105
El pensamiento de la muerte . . . . .	106
La rendición . . . . .	107
El miedo a la vida . . . . .	109
10. LA REALIZACIÓN . . . . .	113
La Realidad. . . . .	113
El propósito de la Realización . . . . .	115
La abundancia de vida. . . . .	116
La diferencia ontológica . . . . .	117
La polaridad y el bien no-dual . . . . .	120
11. EL REENCANTAMIENTO DEL MUNDO . . . . .	123
Llega a ser quien eres. . . . .	123
El propósito existencial. . . . .	125
La expresión dinámica del Ser . . . . .	127
Las tres dimensiones de la identidad . . . . .	129
La Vida habla . . . . .	132
12. LA VIDA FILOSÓFICA . . . . .	137
El conocimiento transformador . . . . .	137
De la vida filosófica a la filosofía a secas . . . . .	139
El lugar del pensamiento reflexivo . . . . .	142
La vida verdadera. . . . .	145
Los vínculos convivenciales . . . . .	146
Los placeres de la práctica . . . . .	148
BIBLIOGRAFÍA . . . . .	153

## INTRODUCCIÓN

No puedo empezar este libro sin compartir una experiencia axial que cambió mi vida.

Corría el verano de 2010 y andaba por las calles de la ciudad de Puebla, en México. Por aquel entonces, una sensación de acorralamiento existencial me asolaba. Aparentemente mi vida era funcional, pues gozaba de un buen trabajo en la universidad. Pero más allá de las apariencias, las entrañas de mi vida nadaban en un naufragio constante, a la deriva y sin tierra firme donde pisar. Tras mi obsesión por las injusticias del mundo yacía sepultada una herida muy profunda.

La sensación de angustia permanente y de no hallar escapatoria se había apoderado de mí. Desesperado, hacía todo lo humanamente posible para liberarme de mis propios grilletes emocionales. Leía empedernidamente libros de espiritualidad, acudía a terapia psicológica, hacía ayunos, practicaba meditación y realizaba viajes psiconáuticos en ceremonias chamánicas. Sin resultado.

Me sentía culpable por todo ello, como si una condena milenaria me hubiera sentenciado para toda la eternidad. Así fue hasta que una mañana, caminando por la calle de regreso a casa, una invasión de silencio acalló de forma súbita mi mente. El volcán Popocatepétl, nevado y humeante como siempre, imperaba majestuoso al fondo de la calle.

En ese instante fui literalmente atravesado por la vida. Simultáneamente, un velo se desprendió y todo adquirió una nueva vivacidad. El cielo azul era ahora *realmente* azul. Los colores de las casas eran ahora *realmente* coloridos. El aire que inhalaba era ahora *realmente* aire. Todo estaba vivo y yo me sentía más vivo que nunca. En la vivacidad de la vida se había desvanecido mi angustia vitalicia.

Para una mente tan inquieta e hiperactiva como la mía, ser atravesado de improviso por un relámpago de silencio fue desconcertante. Sentía que yo no era nadie en particular y tampoco necesitaba serlo. Acababa de experimentar un “despertar” del sueño mental, un *satori*, un *insight*. Esta sensación de liberación me acompañó por un tiempo y llegué a pensar que todos mis males ya se habían resuelto para siempre. “¡Es esto!”, me decía una y otra vez...

Pero esta sensación momentánea de plenitud se fue esfumando poco a poco, y los viejos fantasmas fueron reapareciendo. No había sido más que un alto en el camino, tal vez el primer paso de un auténtico caminar, pero solo el primer paso. Aquel relámpago silencioso e invisible llegado de ninguna parte cambió mi vida; fue un antes y un después en mi proceso de despertar a la vida filosófica.

En las siguientes páginas pretendo dar cuenta de algunas de las *moradas sapienciales* más relevantes que requieren ser reconocidas y atravesadas para avanzar en este camino filosófico; un camino que, como veremos, *va desde* el Ser *hacia* el Ser; un camino que no acaba nunca y, sin embargo, no requiere llegar a ninguna parte.

Este libro no deja de recoger muchas enseñanzas que otros filósofos, sabios y maestros transmitieron en su tiempo en América, Europa y Asia, pero cuyo lenguaje nos ha llegado obsoleto, infantilizado o simplemente incomprensible. El libro tiene un propósito actualizador del lenguaje para facilitar la comprensión de las experiencias y desafíos a los cuales hace referencia y que, paradójicamente, van más allá del lenguaje.

El ordenamiento de los capítulos no pretende dar la impresión de que exista una secuencia lógica y unívoca que hallamos de seguir, sino que responde más a una convención narrativa a fin



de dar coherencia y unidad a este viaje filosófico sin final. Así pues, toma el libro más como una guía para inspirar el viaje que como un manual de instrucciones.

La práctica de la vida filosófica es una elección de vida, una manera de ver, un estado de consciencia y un modo de caminar que no se reduce a la visión que aquí muestro de ella, pues esta se origina e inspira en mi propia biografía experiencial. Pero no conozco otro modo de expresar una filosofía viva sin este enraizamiento vivencial.

\* \* \*

Un anhelo de plenitud late en lo más profundo de nuestro corazón. Es un anhelo de vida plena, de vida verdadera. Desde el fondo de nuestro ser podemos escuchar esta llamada de la verdad; es un clamor a veces sigiloso y a veces estruendoso. Descubrir quiénes somos y vivir en consonancia con ello es posible cuando atendemos a la inteligencia de esta llamada. Ahí brota el origen del poder auténtico: vivir conforme a nuestro ser, ni más ni menos... Pero, ¿hasta qué punto estamos dispuestos a ello?

Como un fantasma errante, vaga por las calles un sentimiento de vacío y futilidad ante el propósito de la vida; nadie lo ve, pero puedes sentir su presencia a poco que prestes atención, aquí y allá.

Nadie lo ve, o más bien nadie quiere verlo. No queremos verlo. A fin de cuentas los fantasmas no existen... Como no queremos verlo, hemos llenado el mundo de objetos para evitar lo que los latinos llamaban el *horror vacui*, el pánico al vacío. Así que la proliferación de objetos en el mundo es proporcional a este vacío interior. Cuanto más llenos afuera, más vacíos adentro.

La filosofía no escapa a este fenómeno cosificador: probablemente nunca en la historia se ha producido tanta filosofía, tantos libros, tantos artículos, tantos cursos, tantos congresos como en la actualidad. Lo asombroso está en que esta proliferación exhuberante es proporcional a la irrelevancia de los filósofos en la sociedad actual. ¿Quién entiende la filosofía hoy?

Y es que la filosofía se ha convertido en una cosa, en un objeto; en raras ocasiones actúa como una fuerza vivificante. Se ha convertido en un conjunto de libros, de autores y de temas en los cuales pensar. También se ha convertido en lo que dijo uno y refutó otro, o en lo que pienso sobre lo que ellos dijeron o refutaron, dejando así de ser algo que concierne al común de los mortales. La filosofía se ha escindido de los seres humanos, como si pudiéramos vivir sin ella. ¿Alguien se imagina a dos cocineros hablando de recetas sin cocinarlas ni saborearlas? Algo así pasa con la filosofía: que no sacia el hambre ni tiene comensales. Las más de las veces parece una cosa muerta, un objeto más especializado en adictos al pensamiento.

Lo más esperpéntico es que son los mismos filósofos los primeros verdugos que han contribuido a esta inanición crónica de la filosofía. Pero, ¿se puede “famelizar” la filosofía sin estar uno mismo hambriento? Una cultura marcada por el vacío se corresponde con una filosofía famélica: una es el reflejo de la otra.

Efectivamente, nuestra cultura contemporánea tiene hambre. Tanto más come cuanto más voraz es su apetito. Cuanta más comida hay a su disposición, menos sacia esta, más engorda y más demanda. Así hasta el punto de convertirnos en rapaces de nuestro propio planeta. Hemos convertido el planeta en una fábrica de desperdicios y sigue sin saciarnos. Difícilmente dejaremos de devorar los recursos del planeta sin resolver antes *la cuestión del vacío*. Hemos viajado a todos sus confines y seguimos sin saciarnos. Hartos, vivimos cada vez más enganchados al ciberespacio como sustituto y consuelo. Difícilmente dejaremos de buscar afuera sin resolver antes el enigma que hay adentro. ¿Acaso es posible realizar una vida con propósito? ¿No será que el viaje y el alimento que satisfacen plenamente están más cerca de lo que imaginamos?

La filosofía viva consiste en eso mismo: un viaje cuyo camino sacia el hambre conforme se camina. Es el camino de la vida auténtica, *el camino del Ser*. Este modo de caminar habita todavía en los sótanos oscuros de nuestra memoria, pues algunos de nuestros ancestros ya caminaron de este modo. Los recordamos porque se

atreveron a escuchar el estruendoso clamor de su fondo y el anhelo que en él yacía con todas sus consecuencias. Sabemos de ellos por sus biografías, sus libros, los testimonios de sus amigos o discípulos, por las escuelas que fundaron, por las grutas que habitaron, por las rutas que atravesaron.

Como enseña Pierre Hadot, lo propio de los filósofos antiguos no es cómo pensaban, sino cómo vivían. Sus penetrantes comprensiones filosóficas nos siguen deslumbrando hoy en día porque son fruto de un nivel de conciencia y de un modo de vida muy singular. Entonces la filosofía era una manera de vivir; en ella se expresa una relación a la vez inconmensurable e inseparable entre *vida filosófica* y *discurso filosófico*. Esta relación es paradójica. Veremos muchas paradojas a lo largo del libro, porque así se expresa el lenguaje de la sabiduría. Es el camino de la *filosofía sapiencial*, el que a través de los milenios demanda una y otra vez ser realizado, un camino donde la comprensión y el Ser van de la mano.

La filosofía viva no es solo un testimonio histórico o una tradición olvidada, es también un recuerdo que llevamos impreso en el corazón. A veces cobra el nombre de filosofía y otras veces no. Lo importante, el común denominador, es que es una experiencia viva, la experiencia de una vida más consciente.

Y es que hay hambre en el mundo contemporáneo. A quienes padecen el hambre de las tripas hay que sumar quienes padecen el hambre del Ser. En occidente, desde luego, predomina lo segundo: tenemos una dificultad crónica para escuchar el grito del Ser. No es solo una dificultad, es también un miedo, un tabú, un cercenamiento y un intento de olvido. Pero esta maniobra civilizatoria, lejos de mitigar el hambre, lo intensifica, generando patologías colectivas de muchos tipos: el consumismo, las ideologías políticas, el fanatismo religioso o el nihilismo son algunas de ellas. De nosotros depende responder a esta llamada o seguir ocultándola, tratando de olvidarla.

La filosofía no puede reducirse a una actividad del pensamiento. Tampoco es un lujo al alcance de unos pocos, ni puede seguir siendo un juguete mortecino del intelecto. La filosofía es ante

todo un arte de vida, una actitud que está viva cuando afecta a la totalidad del ser: cuando nos atraviesa y ya no puedes ser el mismo que antes. Empieza cuando asumimos conscientemente que no queremos seguir viviendo sin pisar el barro de los conflictos, sin atravesar desiertos de desaliento, sin explorar las cavernas del inconsciente, sin navegar los ríos emocionales, sin ascender montañas escarpadas de dolor y liberación, sin caminar *desde* otro lugar... El anhelo de una vida verdadera nos concierne a todos y nos convoca a iniciar el camino de la vida filosófica. ¿Me acompañas?