

Altruismo y Felicidad

La imagen de la entrada muestra la foto (*) de Matthieu Ricard que fuera bautizado como «el hombre más feliz del mundo» luego de un estudio neurocientífico sobre la meditación y la felicidad. Vinculado con lo que venimos de mencionar propone una revolución del altruismo.

En una reciente nota de su blog, dice -entre otras cosas-:«...»la mayoría de nosotros aspiramos a un mundo mejor. Para lograr esto, necesitamos un concepto que unifique nuestros objetivos para el corto, medio y largo plazo. Es esencial para los científicos ambientales, los responsables de la toma de decisiones que influyen en el destino de la sociedad y las personas interesadas en el corto plazo (y aquellos que se preocupan por el rendimiento de sus inversiones financieras) para poder sentarse en una misma mesa y trabajar juntos para diseñar un mundo mejor. Para hacer esto ***necesitarán un concepto unificador. El más pragmático de todos es el altruismo: si comenzamos con la preocupación por los demás, avanzaremos hacia una economía de solidaridad positiva (que debería estar al servicio de la sociedad y no al revés)***. Si comenzamos con la preocupación por los demás, elaboraremos reformas de justicia social para reducir las desigualdades que han aumentado en países ricos; pero especialmente, si comenzamos con la preocupación hacia los demás, realmente cuidaremos de las generaciones futuras. Como Martín Luther King, Jr. nos recuerda, en el amanecer de este nuevo año: ***«Cada uno de nosotros tiene que decidir si quiere caminar en la luz del altruismo creativo o en las tinieblas del egoísmo destructor»***.

Lo anterior supone articular inteligencia con sabiduría en una perspectiva evolutiva. También quisiéramos enfatizar *la importancia de alinear lo que venimos de comentar con la sensibilidad, no sólo en lo afectivo sino también en lo «corporal»*. En una nota del Dr. Roberto Abdala expresa que

«hace unos años, **M. Gershon**, del Departamento de Anatomía y Biología Celular de la Universidad de Columbia (EE.UU.), escribió un interesante libro titulado *El segundo cerebro*. En él, y como fruto de sus investigaciones, afirma que el hombre tiene dos cerebros: uno, en la cabeza y otro, en sus intestinos. Este último con las mismas propiedades para reaccionar, recordar, generar ansiedad e, incluso, hasta puede dominar a su colega craneal. Describió la existencia de un cerebro intestinal de más de cien mil millones de neuronas –casi tantas como las del clásico cerebro– y que son excitadas por cualquier distensión de la luz del intestino y por la presencia de toxinas, gérmenes patógenos o una dieta insalubre, que alteran los movimientos normales y/o la producción de secreciones intestinales. Más aún, el flujo de mensajes desde el aparato digestivo a la cabeza es mayor al número de órdenes que corren en sentido inverso. El hecho de que este segundo cerebro trabaje por cuenta propia, hace que los científicos consideren posible que también memorice emociones, sufra estrés y tenga su propia “neurosis”.

Sin duda lo que venimos de mencionar está relacionado con una expresión que aparece en la parábola del buen samaritano, donde la traducción en español de que “*se compadeció*” corresponde al término griego *splagnizomai*: es decir que al samaritano “se le **conmovieron las entrañas o se le revolviéron las tripas**”. Ojalá que además de nuestros valores, nuestra conciencia y enfoques, a nosotros se nos conmuevan las entrañas para ser altruistas. Esto nos puede conducir a un mundo mejor y más feliz.

(*) Fue tomada por la fotógrafa Raphaele Demandre. Mi agradecimiento a Christophe Grigri por habérmela facilitado.

PD: Agradezco a Horacio Fazio y Fernando Ledo la referencia al blog de Matthieu Ricard. En línea con esta temática es valioso este testimonio.