

¿SABÍA UD. POR QUÉ ES INTERESANTE EL LIBRO “POSITIVIDAD SANA”, DE JANA CAPRI Y CHARAN DIAZ?



Estos dos autores especialistas en Lenguaje, neurolingüística y psicología, entregan en este texto lo fundamental de la filosofía estoica aplicada a la vida cotidiana.

Toda la referencia del libro está basada en las “meditaciones” del filósofo y Emperador Romano Marco Aurelio. La modalidad utilizada para ello es muy particular. En efecto, son 79 interrogantes, preguntas, inquietudes de diversas personas –reales o imaginarias- y cuya respuesta a cada una de ellas está basada en una o varias de estas meditaciones, acompañada de una reflexión psicológica sobre el particular. En consecuencia, lo que se pretende es aprovechar las máximas, opiniones o consejos que la sabiduría antigua ha entregado a través de quienes escribieron y pusieron en prác-

tica lo que predicaron.

La temática es variadísima y atañe a cuestiones particulares que en mayor o menor medida afectan o inquietan a todo ser humano. Entre ellas, se pueden señalar el arte de cultivar la virtud, que es una actitud y un trabajo de toda la vida. La fraternidad, como una manera de vivir. Se abordan en forma magistral, el equilibrio emocional, el correcto razonamiento, el acertado entendimiento y el obrar prudente, el arte de saber escuchar, el valor de la justicia en el acontecer humano, el significado del “ahora” y el poder distinguir aquello que es posible hacer de lo que no lo es.

La narrativa permite aproximarse a la meditación de aquellos que buscaban algunos reconocidos sabios, tales como Sócrates, Buda, Confucio, Lao-Tse, Epicteto y otros, que tal vez pudieran servir a su vez de guía para la vida de cada cual en la actualidad.

¡Es mi palabra!

GASPAR DOYLE