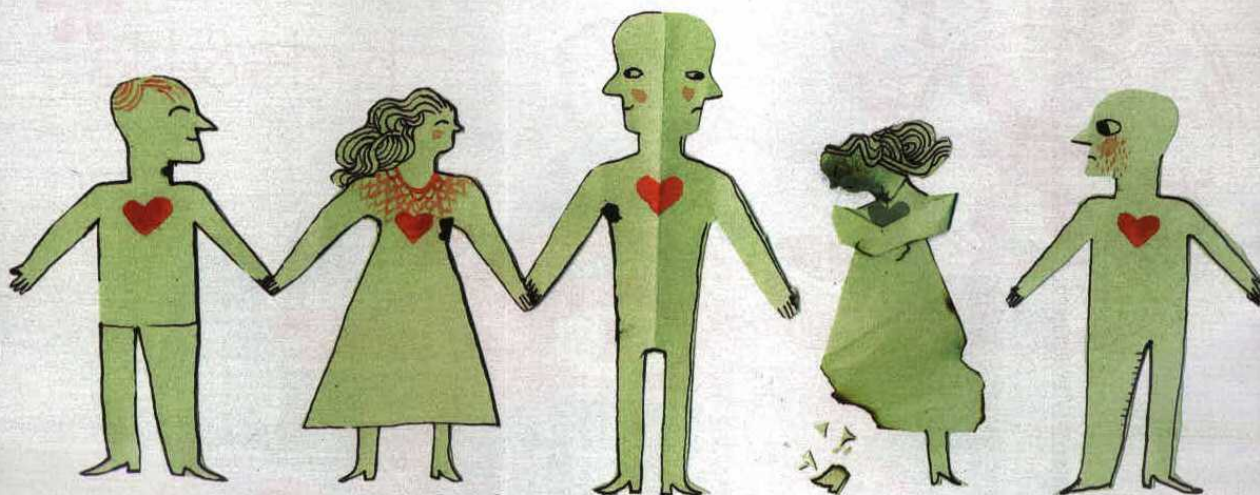


intro PSICOLOGIA



SOLIDARIOS AHORA MÁS QUE *Nunca*

Nuestra capacidad altruista aflora en los tiempos difíciles. En las crisis, sobre todo económicas, se necesita ayudar y crear una red de confianza que permita seguir creyendo.
Por *Xavier Guix*. Ilustración de *Alberto Vázquez*

A estas alturas de la vida se puede afirmar que los planteamientos físicos que desvelaron mentes como las de Isaac Newton, René Descartes y Charles Darwin tenían un punto erróneo al considerar las leyes de la naturaleza desde una perspectiva mecanicista. Quedaban reducidas a una fórmula matemática, separable de sus partes y, para colmo, destinadas a luchar por una existencia en la que solo ganarían los más fuertes. Y cómo los humanos formamos parte de esa naturaleza, pues las leyes sirven lo mismo para la ameba que para usted.

Tal y como expresa Lynne McTaggart, gran divulgadora científica americana residente en Londres, "los últimos descubrimientos que se han hecho en toda una diversidad de disciplinas -desde la neurociencia y la biología hasta la física cuántica- ponen de manifiesto que el

impulso más básico de la naturaleza no es la competencia, como sostenía la teoría evolutiva clásica, sino la integración de la totalidad". Dicho de otro modo y en sus propias palabras: "Los seres vivos, incluidos los seres humanos, tenemos la necesidad instintiva de conectarnos, prácticamente por encima de cualquier otro impulso e incluso arriesgando la vida por ello". Así es la vida, y no como nos la habían contado.

Hablar entonces de una conducta altruista es como apelar a nuestra propia esencia. No se trata de que a algunos les toque el gen altruista y a otros el gen egoísta, sino del alma que nos une a to-

dos. Eso sí, hay quien alimenta sus actos de ese amor y quien se empeña en darle la razón a Mr. Darwin y convertirse en un depredador de almas ajenas. Si todos hubiéramos hecho lo mismo, ¿quedaría alguien en este mundo?

ACABAR CON LA DUDA

"La naturaleza humana es buena y la maldad es esencialmente antinatural" (Confucio)

No todo el mundo estaría de acuerdo con la frase de Confucio. Por ejemplo, Simone de Beauvoir creía que la naturaleza del hombre es malvada, convirtiéndose a la bondad a través de la cultura. Durante siglos y aún hoy existe un inagotable debate sobre nuestras esencias malignas o bondadosas. Aunque estaríamos de acuerdo en que hay de todo en la vida del Señor, mi interés reside en la diferencia entre una mente que cree en una cosa o en la otra. ¿En qué cree usted? ¿Experimenta lo mismo el que cree que la naturaleza del hombre es malvada que el que cree en su bondad?

No hay que tener demasiadas dudas al respecto. Somos hijos de las necesidades desde que nacemos, y en la relación que se establece con los que nos cuidan nace primero el apego y después eso que

"Somos hijos de la necesidad desde que nacemos. Es nuestro mayor nutriente, la red invisible de seguridad y de compasión"

“Es la hora de la vida en común, de no dejar a nadie en la cuneta, de mirar al otro para encontrarnos a nosotros mismos”

llamamos vínculos afectivos. Es nuestro mayor nutriente, la red invisible de seguridad y también de compasión. Si existen conductas malignas es por ausencia de ese amor, por desconexión con el alma humana.

Planteo este tema a raíz de la publicación en EL PAÍS del domingo 25 de marzo de un interesante informe sobre el altruismo. En él se cita que unos cuatro millones de españoles participan en algún tipo de voluntariado, cifra que sin duda aumenta cada día ante los acontecimientos que estamos viviendo, por no decir sufriendo. Comparados con Europa, estamos en la zona baja, aunque escalando imparablemente, convencidos de que el mundo que hemos conocido hasta ahora necesita más que nunca de la generosidad de todos.

VALORES INVERTIDOS “El hombre es un milagro sin interés” (Jean Jacques Rousseau)

Existe un acuerdo común en etiquetar la crisis que padecemos como una “crisis de consciencia”. Llevamos años confundiendo la vida material, la cultura del tener, como la mayor fuente de felicidad. Una vida satisfactoria ha quedado asociada al éxito, a la competencia, a la abundancia, a la eterna juventud, a la belleza estética y, por supuesto, a una acaudalada cuenta corriente. Se invirtieron los valores y a muchos les dio por acariciar la codicia. Todo lo contrario que mueve al altruista. Todo lo contrario de lo que significa una cultura del ser.

Lo que pone de manifiesto la situación actual es algo impensable hace un tiempo: para muchas personas, el altruismo es una forma de estar en el mundo, una actitud vital, una elección que describe una nueva conciencia. El derrumbe de la visión materialista de la existencia viene equilibrado por la emergencia de iniciativas que proponen una manera diferente de vivir, más basada en nuestra capacidad de unir y no de dividir. De colaborar y no de solo competir. De vivir desde el corazón y no desde el bolsillo.

Imaginemos solo por un instante que, una vez de vuelta a la normalidad del bienestar, volviéramos a los mismos pecados capitales que la causaron. ¿Qué lección no habríamos aprendido? El ejemplo que nos dan las más de 30.000 organizaciones sin ánimo de lucro, de las cuales un 70% funcionan a base de voluntarios, es impagable. Pero no lo vean solo como un acto de mera sensibilidad social. Les sugiero, por experiencia, que lo contemplen como actos de amor.

MÁS GENEROSIDAD “Nunca dudes que un pequeño grupo de ciudadanos pensantes y comprometidos pueden cambiar el mundo” (Margaret Mead)

Estamos ante la gran prueba de la generosidad. Solo saldremos adelante si cada uno, a su modo, con sus medios y sus influencias, alcanza a ir un poco más allá de sus expectativas. Y eso vale también para los que gobiernan, para los que inciden de un modo u otro en crear condiciones para que las personas puedan tener la mejor vida posible. Esas condiciones pasan hoy por atender al bienestar subjetivo, eso es, a la vida interior de las personas, a sus afectos, a su autoconocimiento, a su sentido existencial.

Es la hora de plantearse una vida que valga la pena ser vivida por sus valores, por su grandeza, por hacernos bien al espíritu. Es la hora de la vida en común, de no dejar a nadie en la cuneta, de mirar al otro para encontrarnos a nosotros mismos. Para ello no hace falta ir muy lejos; no hace falta buscar causas allende los mares. Seguro que al lado de casa, o dentro de ella, encontrará causas que despierten a su alma y la pongan en acción. Les aseguro que pocas experiencias dan más sentido que hacer mejor la vida de los demás. Todos los estu-

CONECTAR Y AYUDAR

1. PELÍCULAS

- ‘Cadena de favores’, de Mimi Leder. Warner Bros.
- ‘Patch Adams’, de Tom Shadyach. Universal Pictures (1998).
- ‘La lista de Schindler’, de Steven Spielberg. Universal Pictures (1993).

2. LIBRO

- ‘El vínculo’, de Lynne McTaggart. Editorial Sirio (2011). Un tratado riguroso sobre la conexión entre nosotros.



dios psicológicos que se han realizado al respecto admiten el efecto sanador que tiene tanto para el que da como para el que recibe.

La práctica altruista, el voluntariado es hoy transversal. No se limita a algunas actuaciones solidarias, sino que se aprende a vivir solidariamente. Es la gran transformación individual y social que puede esperanzar a aquellos que en la actualidad no ven más que tinieblas. Como le gusta cantar a Macaco, “love is the only way” (el amor es el único camino). ●