

FUNDADO EN 1903 POR DON TORCUATO LUCA DE TENA

ABC

LOS CUATRO VALORES QUE MÁS COTIZAN

POR ENRIQUE ROJAS

«Alegría, amistad, integridad y solidaridad. Estos cuatro valores significan haber adquirido una cierta disposición para el bien. Y eso es una cumbre psicológica que merece la pena escalar. La felicidad no se da en el superhombre, sino en el hombre verdadero»

A Pedro Rodríguez-Ponga, una de las personas más completas que he conocido

VIVIMOS en un mundo de cambios trepidantes. Lo que hoy vale y sirve, en un tiempo breve se diluye y pierde consistencia. En este artículo quiero esclarecer qué son los valores, en qué consisten y cuáles son hoy los que tienen mejor venta en cualquier mercado. Apostar por aquello que no pasa, que no tiene fugacidad y que es un terreno sólido, que se adscribe a aquella sentencia latina: *fundata enim erat supra petram*, el edificio no se derrumbó porque estaba edificado sobre piedra, era fuerte, rocoso, consistente.

Se llama valor a todo bien que ayuda a crecer como persona, como ser humano y que conduce a una mejoría individual que de algún modo nos perfecciona. Esta definición debo apoyarla con la siguiente afirmación. El bien es lo que todos apetecen, aquello que es capaz de saciar la más profunda sed de hombre. Preparando estas líneas he hecho una lista de cuáles son los cuatro valores más representativos hoy, aquellos que llevan la voz cantante. Son estos: alegría, amistad, integridad y solidaridad. Vamos a ir analizándolos.

La alegría es un estado de ánimo positivo, de contento, de buen tono vital, que tiene dos notas en su interior. Una, permanente: manifestación habitual de cómo uno se encuentra por dentro psicológicamente y que responde a un estilo de vida, a una forma de entenderse a sí mismo y de comprender la realidad. La meta de una correcta educación es la alegría. Es el lucero del alma. El sentimiento de estar contento con uno mismo porque el proyecto personal va saliendo adelante a pesar de los mil y un avatares que le han sucedido. También en saber perdonarse uno sus fallos, carencias, cosas mal enfocadas. La otra nota, transitoria, que es la consecuencia de haber conseguido algún objetivo por el que uno ha luchado y que finalmente se ha alcanzado.

Ambas se entrecruzan. Alegrarse es amar. La alegría es contagiosa cuando es verdadera. Y moverse en ese estado anímico produce en el entorno una atmósfera positiva, atrayente, de serenidad optimista. Solo es posible la fiesta en una vida donde la alegría está en primer plano: se disfruta merecidamente de algo agradable que nos saca de lo ordinario. En la alegría hay balance positivo de uno mismo y ahí se barajan partidas muy distintas, pero salta, emerge, asoman con nitidez el optimismo, el buen humor, la dicha, la broma, el festejo... Hay tres estados de cierto parentesco: placer, alegría y felicidad; pues bien, la alegría está por encima del placer, pero por debajo de la felicidad. La alegría debe ser una de las puertas de entrada a nuestra intimidad.

La amistad es uno de los platos fuertes del banquete de la vida. Es un sentimiento positivo que tie-



ne tres ingredientes: afinidad, donación y confianza. Y todo ello descansa sobre una estimación recíproca. La amistad es una forma de amor sin sexualidad. A diferencia de lo que ocurre en el amor. En la amistad hay una mezcla de admiración y seducción. Pero debemos ser muy realistas y hablar de los grados de amistad: esta secuencia va desde el conocido que saludamos por la calle o aquel otro con el que nos detenemos unos minutos, pasando por el que vemos de forma frecuente, al amigo de bastante familiaridad, hasta llegar al amigo íntimo: con el que nos abrimos de par en par y le dejamos entrar hasta nuestra ciudadela interior y que vea la verdad de lo que somos y que llega a conocer nuestra vida y milagros. Vamos de la superficie a la profundidad, de unos mínimos a lo máximo.

Toda amistad íntima es en sus comienzos arriesgada. Pero a la larga produce unos frutos psicológicos excelentes. Hay cercanía, conversación, desahogo en los momentos difíciles. En una palabra: trato. Tratarse es buscarse, preocuparse por sus cosas. Uno asiste a la existencia del otro y viceversa. Y en ese contexto es esencial la discreción: da un sello verdadero a esos sentimientos compartidos. Por eso, la amistad se hace de confianzas y se deshace con indiscreciones. El amor es más verdadero a medida que se apoya en una amistad sólida.

En tercer lugar hablo de la integridad. Íntegra es una persona recta, verdadera, auténtica, que es capaz de introducir en el cóctel de su personalidad una serie de ingredientes diversos que la hacen completa, total y a la vez honrada, sin doblez. Se trata de alguien que ha sido capaz de construir una vida manejando bien todos los ingredientes más

importantes de la existencia, con equilibrio y proporción. La persona íntegra es auténtica. Entre su vida pública y su vida privada hay una buena ecuación, cuadran bien. Una persona así es de fiar y uno se abre a ella con una paz absoluta, porque sabe que de ese encuentro solo pueden venirle cosas positivas y enriquecedoras. La integridad es la sencillez de los sabios y la sabiduría de los santos. Es el secreto de llegar a ser uno mismo, con el corazón ligero y paz, sin impaciencia, mirando a los demás con amor. Si la sencillez es la virtud de la infancia, la integridad es la virtud de la madurez.

La solidaridad es uno de los nuevos valores de recambio. Es la virtud social de adherirse a las causas difíciles de otras personas con la intención de ayudarle. Uno hace causa común con gente que está atravesando una situación mala, dura, desgraciada y que afecta a su existencia. Es concordia, fraternidad, compañerismo. Pero el hilo conductor es la generosidad. Lo que les sucede a esas personas no nos es indiferente. Uno de los rasgos de esta sociedad que nos ha tocado vivir es el individualismo, que tiene muchos matices y cuya sombra alargada se quiebra en muchos campos y que es una de las patologías modernas de la libertad.

La solidaridad arranca del hecho de que todos los seres humanos somos iguales y tenemos las mismas aspiraciones y que es bueno para que la sociedad sea más sana interesarnos en la medida de lo posible por los que nos rodean, intentando hacer algo por remediar su situación. El individualista dice «ese es su problema»; es un egoísmo evidente. Y ahí flota la célebre frase *homo homini lupus*. Pero aquí hacemos un llamado al hombre (Hobbes). Pero aquí hacemos una llamada a seguir el camino inverso: soy generoso y dedico mi tiempo, mi esfuerzo y mi aportación hacia esos que sufren porque me siento en humanidad con ellos. Se trata de un acto de amor que humaniza a la sociedad y nos ayuda a crecer como personas. Y uno se da cuenta en esas circunstancias: quiero mejorar a mí mismo, sacar lo mejor que llevo dentro, olvidarme por un rato de mis cosas y dirigirme hacia ese otro que lo está pasando mal y por el que yo puedo hacer algo. Solo puede ser solidaridad una persona que tiene sentimientos nobles y que es capaz de dejar a un lado el individualismo, el egoísmo, la competitividad profesional, y volverse con amor y operatividad hacia el que está sufriendo. Dejamos de ser una isla y queremos ser un archipiélago unido. Es una reacción desinteresada, defender al otro, echarle una mano, mirarlo a los ojos e intentar tirar de él. La solidaridad es un sentimiento superior. Esto significa querer pertenecer al género humano y arrimar el hombro. Es lo contrario del amor propio. Hemos sido más educados para la exigencia que para la generosidad. Pero ahí está el reto.

Estos cuatro valores en alza significan haber adquirido una cierta disposición para el bien. Y eso es una cumbre psicológica que merece la pena escalar. La felicidad no se da en el superhombre, sino en el hombre verdadero.

ENRIQUE ROJAS
CATEDRÁTICO DE PSIQUIATRÍA