



El psiquiatra Enrique Rojas habla en esta entrevista con Omnes de la hiper-conexión de la sociedad «cada vez más perdida», las relaciones de usar y tirar y la familia como «el primer espacio psicológico donde uno es valorado por estar allí»

Enrique Rojas es uno de los psiquiatras «de cabecera» en nuestro país. Catedrático de Psiquiatría y director del Instituto Español de Investigaciones Psiquiátricas, Rojas acaba de recibir el premio Pasteur de investigación de medicina por la Asociación Europea de Desarrollo.

Autor de numerosos libros dedicados a temas como la depresión, la felicidad, la ansiedad o el amor, ha vendido más de 3 millones de libros, traducidos del inglés al ruso, pasando por el alemán, el polaco o el italiano.

Casado con Isabel Estapé, notario de Madrid, y primera mujer en la Real Academia de Ciencias de Económicas y Empresariales, Enrique Rojas es padre de 5 hijos, algunos de los cuales han seguido sus pasos en el mundo de la medicina o la psicología.

Usted lleva más de cuatro décadas dedicado a la investigación y el tratamiento psiquiátrico. En este tiempo, ¿han cambiado el ser humano sus aspiraciones y puntos de referencia o seguimos siendo los mismos “con diferente ropaje”?

– El psiquiatra y el psicólogo se han convertido en los nuevos médicos de cabecera. Siguen las grandes enfermedades psíquicas, las depresiones, la ansiedad, las obsesiones. Pero hay tres nuevos ropajes patológicos: las parejas rotas, las adicciones (desde el móvil a la pornografía, pasando por las series), y la conversión del sexo

en un acto de usar y tirar.

Se habla mucho de que los consultorios están llenos y los confesionarios vacíos... ¿Existe una simplificación de la labor de ambos?

– Cuando el mundo se vacía de Dios, se llena de ídolos: muchos de ellos vacíos de contenido. El mundo está cansado de seductores mentirosos.

¿Es nuestra sociedad más frágil psicológicamente que antes?

– Vivimos en una sociedad bombardeada por noticias que se devoran unas a otras. Una sociedad híper informada e interconectada. Pero cada vez más perdida.

En este sentido; cuando el ser humano vive una apertura a la trascendencia, a Dios, ¿es realmente más feliz?

– El sentido de la vida significa tener respuestas a los grandes interrogantes de la vida: de dónde venimos, a dónde vamos, el sentido de la muerte. El sentido espiritual de la vida es clave y conduce a descubrir que cada persona es valiosa.

¿Se ama mejor cuando se ama a Dios, cuando se ama por Dios?

– Dios es Amor. En los amores actuales falta el sentido espiritual y muchas relaciones están hechas con materiales de derribo.

Si hay dos términos que son usados por encima de sus posibilidades son el de amor y libertad. En este plano, ¿existe una definición de amor?

– Amar es decirle a alguien voy a darte lo mejor que tengo. La libertad es descubrir nuestras posibilidades y nuestros límites. Mi definición del amor es esta: es un movimiento de la voluntad hacia algo o alguien que descubro como un bien, como algo valioso.

Y, por ende, ¿qué entendemos por libertad? ¿No sucede que, la naturaleza de ambos, nos “supera” con frecuencia?

– La libertad absoluta se da sólo en Dios; en que la esencia y la existencia coinciden. Nosotros debemos aspirar a no ser prisioneros de nada... Hoy hemos sustituido el sentido de la vida por las sensaciones. Mucha gente busca experiencias de placer rápidas, inmediatas, una de tras de otra y eso a la larga produce un gran vacío.

Nuestra sociedad del primer mundo ha pasado de la Ilustración y la exaltación de la razón, a la del sentimiento incluso por encima de la biología: cada uno “es lo que se siente”. Esta situación, ¿es sostenible psicológicamente?

– La Ilustración fue un movimiento importantísimo en la historia del pensamiento que termina en la Revolución Francesa con aquellos tres grandes lemas: libertad, igualdad y fraternidad.

El romanticismo del siglo XIX fue una reacción contra la entronización de la razón, poniendo en primer término el mundo afectivo.

Hoy la respuesta es la Inteligencia Emocional: mezclar con arte y oficio los instrumentos de la razón y las herramientas de la afectividad. No olvidemos que la primera epidemia psicológica en el mundo Occidental son los divorcios.

¿Cómo lograr el equilibrio entre la naturaleza y el sentimiento cuando no entendemos ni uno ni el otro?

– Los sentimientos hacen de intermediarios entre los instintos y la razón. La vida afectiva debe ser pilotada por la vida intelectual, pero buscando una ecuación entre ambos ingredientes.

Se habla de los amigos como la familia a que se elige. Pero nuestra propia familia, ¿es una carga entonces?

– La familia es el primer espacio psicológico donde uno es valorado por estar allí, sin más. Los padres somos los primeros educadores y la clave es doble: la coherencia de vida y entusiasmar con los valores que no pasan de moda.

¿Cuál es el papel de la familia en la sociedad?, ¿es reemplazable?

– Un buen padre vale más que mil maestros. Y una buena madre es como una universidad doméstica. Educar es dar raíces y alas, amor y rigor.

Aún no hemos terminado de atravesar una pandemia que ha sacudido al mundo entero. De esta situación, como de una guerra o un conflicto, ¿se sale mejor o peor?

– Uno sale mejor de la pandemia si realmente ha sabido aprender lecciones de ella. Toda filosofía nace a orillas de la muerte. Toda la felicidad consiste en hacer algo que merezca la pena con la propia vida.

Ante estos “traumas colectivos”, las personas y las sociedades, ¿cambian o se amoldan e incluso

prolifera las vías de escape?

– Hay que aprender a hacer una lectura positiva de todo lo bueno que tiene esta sociedad: desde los extraordinarios avances tecnológicos pasando por una medicina cada vez más polivalente e innovadora o la rapidez de las comunicaciones, y un largo etc. Pero hay que saber que existe una verdad sobre el ser humano y ésta, en la actualidad, está bastante difuminada.

María José Atienza, en omnesmag.com/