

Aunque se define como un obrero de la construcción psiquiátrica, cuesta imaginarse al doctor Enrique Rojas con un mono azul, de puro elegante y cumplidor. Y sin embargo, desde hace veinte años Rojas se pasea por el alma y la mente propia y ajenas con la soltura de un paseante por el Retiro. Elegido Médico Humanista en España en 1995, tras estudiar problemas como la ansiedad, la depresión y el desamor, se detiene en su último libro en uno de los problemas esenciales de toda existencia, ¿Quién eres? (Temas de hoy).

Pregunta: Después de leer su libro, ¿cree que sus lectores sabrán quiénes son?

Respuesta: Pienso que sí. Tiene un carácter didáctico y he pretendido utilizar un lenguaje coloquial.

P: ¿Y quién es usted?

R: Un psiquiatra que ama su oficio y que tiene dos pasiones: la clínica y la docencia, curar a sus enfermos y transmitir todos los amplios conocimientos que se hospedan en la geografía de la Psiquiatría.

P: Escribe que los psiquiatras "nos movemos con soltura en los pasillos de la vida ajena"... ¿como la prensa del corazón?

R: El psiquiatra se adentra en el cuarto de máquinas de la conducta, para descubrir los porqués del comportamiento. Las revistas del corazón son los tebeos de los mayores: sólo interesa la vida de esos personajes si está rota.

P: ¿Se puede "entrar y salir como Pedro por su casa" por la mente de un paciente impunemente ?

R: No. La vida ajena es sagrada y hay que entrar en ella pidiendo permiso y con la artesanía y delicadeza de un orfebre.

P: ¿Qué siente cuándo ve sus libros en la sección de autoayuda en las librerías ?

R: No me gusta verlos ahí porque para mí tienen más densidad y contenido.

P: Centrándonos en este libro, ¿qué consejos daría para subir la autoestima?

R: Sé capaz de hacer un juicio positivo sobre ti mismo. Ten el coraje de descubrir y asumir lo que no va bien y ponte manos a la obra a modificarlo; y no olvides que la felicidad consiste en tener buena salud y mala memoria.

P: ¿La desorientación es un signo de la modernidad ?

R: Yo diría mejor que es la resaca de la postmodernidad y está habitada por cuatro huéspedes que la dejan bastante desierta de valores. Sus claves son el hedonismo, el consumismo, la permisividad y el relativo. Y todos ellos hilvanados por el materialismo. Un ser humano así es como una veleta.

P: ¿Cuales son las claves de la sociedad light?

R: Placer a costa de lo que sea, dinero, sexo, pasarlo bien sin restricciones, darlo todo por válido y la enfermedad de nuestro tiempo: el relativismo.

P: ¿Por qué la sociedad es cada vez mas adolescente ?

R: Porque sigue los dictados del deseo, que es la satisfacción de lo inmediato. Hay una distinción muy fecunda en esa dirección, de dos terminos en apariencia cercanos, pero diferentes: desear y querer. Desear es pretender algo de manera sentimental, sin reparar en las consecuencias. Querer es buscar algo más a largo plazo, observando sus consecuencias y que a la larga enriquece el patrimonio psicológico: es determinación y voluntad.

P: ¿Y por qué ese retraso en la madurez psicologica ?

R: Hay un mosaico de factores determinantes. Desde la casi ausencia de modelos de identidad coherentes y atractivos, pasando por la carencia de héroes, hasta llegar a poderse de moda los personajes sin mensaje...

P: Ilustra los capítulos con casos reales y detalla el tratamiento. ¿Existen pastillas contra la soledad o el miedo ?

R: La psiquiatría es ciencia y arte y a la vez, yo la defino como una rama de la amistad. Para la soledad, lo mejor es otra persona, cercana y cordial. Para el miedo, buscar su porqué y atajarlo de raíz.

P: Según usted, en Occidente los hombres se enamoran de lo que ven y las mujeres de lo que oyen (sobre los hombres). ¿También las adolescentes y jóvenes españolas?

R: Sí, y en la adolescencia es aún más grave, porque el amor cuando llega suele ser ciego, pero cuando se va es muy lúcido.

P: ¿Valen las estadísticas para explicar lo que es o debe ser la felicidad?

R: No. La felicidad consiste en tener una buena ecuación de las cuatro patas de la vida: personalidad madura, amor, trabajo y cultura. No hay felicidad sin amor y no hay amor sin renunciaciones.

P: Lleva ya 13 ediciones de este libro, 30 de Una teoría de la felicidad y 33 de El amor inteligente y 23 de Remedios para el desamor. ¿Cuál es su secreto?

R: Yo soy un obrero de la construcción de la psiquiatría, estoy a pie de obra y me interesa la realidad. Hablo con mis lectores y trato de engancharlos con el anzuelo de las cosas importantes para el hombre.

P: ¿Cómo se conquista la voluntad ?

R: A base de hacer una tabla de ejercicios pequeños y diarios. La costumbre de vencerse y el arte de no desesperar. La voluntad es la joya de la corona y tiene cuatro ingredientes para hacer que los sueños se hagan realidad: orden, constancia, motivación y alegría.

P: Déme algunos remedios para el desamor...

R: Borrón y cuenta nueva. Ser capaz de dar y recibir perdón y empezar de nuevo. Poner todos los medios para no sacar la lista de agravios y reproches. Y volver a compartir.

P: ¿Como conquista la ilusión el hombre light?

R: El hombre light es la bandera del postmodernismo, todo es fachada y apariencia. Para el hombre sólido la vida tiene unas notas esenciales de humanidad, que busca al otro con amor y con verdad. Pero siempre hay que ser optimista: Don Quijote vivió loco y murió cuerdo.