

EL COMERCIO

La felicidad de compartir

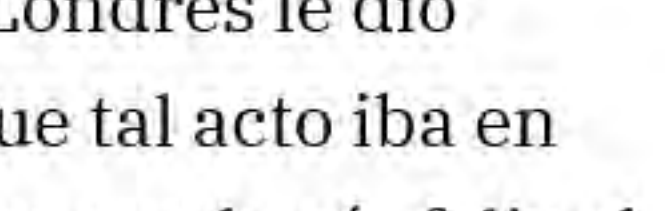
Cómo el altruismo eficiente nos hace mejores personas



ARMANDO MENÉNDEZ SUÁREZ

Médico y presidente de la Fundación DAF - Colaborador de Honor del Departamento de Filosofía de la Universidad de Oviedo

Lunes, 16 enero 2023, 18:50



Cuentan de Tomas Hobbes, un filósofo del siglo XVII conocido en su tiempo por su filosofía del egoísmo, que un día paseando por Londres le dio limosna a un mendigo. Su acompañante le reprochó que tal acto iba en contra de su teoría. Hobbes replicó que le complacía ver que hacía feliz al mendigo, por lo que el hecho de darle limosna era coherente con el egoísmo.

La aparente dicotomía entre egoísmo y altruismo, desde la perspectiva de la anécdota anterior, deja de tener importancia. No deberíamos asociar hacer el bien con un autosacrificio, sino enfatizar en que lo que nos hace felices es aumentar el bienestar de los demás.

Practicando la virtud te haces virtuoso, según la ética aristotélica, y según los practicantes del altruismo eficiente o eficaz, haciendo felices a los demás tú también serás feliz.

¿Pero, qué es el altruismo eficiente? Este término que utiliza Peter Singer, profesor de Bioética en las universidades de Princeton y Melbourne, en su obra «Vivir éticamente», contrasta dos acepciones de la palabra altruismo: el altruismo emocional y el altruismo racional. La distinción entre entender sentimientos y compartirlos tiene mucha importancia y los psicólogos los miden mediante un test conocido como «Índice de Reactividad Interpersonal» que valora cuatro componentes de la empatía:

1-Preocupación empática: es la tendencia a experimentar sentimientos de afecto, compasión y preocupación por otros. 2-Angustia personal: los propios sentimientos de ansiedad y malestar como reacción a las emociones de los demás. 3-Toma de perspectiva: es la tendencia a adoptar el punto de vista de otras personas; y 4-Fantasía: es la tendencia a imaginarse a uno mismo experimentando los sentimientos y llevando a cabo las acciones de personajes de ficción.

Los dos primeros componentes hacen referencia a lo que siente una persona por los otros y son, por tanto, aspectos de la empatía emocional.

Los dos últimos componentes son aspectos cognitivos de la empatía. Implican comprender el punto de vista de otra persona.

Ambos tipos de empatía son importantes, pero de distinto valor práctico.

La persona empática emocional reaccionará ante la imagen de un solo niño muriéndose de hambre, pero su reacción será menor si se trata de un grupo de niños. Le conmueve el drama individual, personal, pero no tanto el drama humanitario, político, y ecológico en conjunto, que no se para a analizar.

Por el contrario, la persona con una empatía racional, cognitiva, se sublevará ante la injusticia que supone ver a seres humanos sufrir los bombardeos en Ucrania, o las hambrunas de África, ambas calamidades evitables si todas las naciones se uniesen por la paz, en vez de hacer de la guerra, de la enfermedad y del hambre un negocio muy lucrativo. ¿Cuántos nuevos millonarios surgirán de la guerra de Ucrania y de las carísimas vacunaciones masivas de países ricos, mientras millones de niños y adultos mueren al año por falta de una vacuna contra la Malaria que lleva décadas estancada porque parece no interesar a nadie pues los pobres no la pueden pagar?

Pero la conclusión no es que una forma de altruismo sea mejor que la otra. La emocional es más primitiva, se mueve ante el sufrimiento ajeno que vivimos como propio o de algún miembro de nuestro clan; es más tribal.

El altruismo cognitivo es universal. Evolutivamente más reciente.

Entendemos que un problema del vecino tarde o temprano nos afectará a nosotros y hay que denunciarlo y combatirlo.

David Hume, agudo observador de sus congéneres del siglo XVIII sacó la conclusión de que «No existe una pasión en el espíritu humano que consista en el amor al género humano meramente como tal, independientemente de las cualidades personales, servicio o relación con nosotros». Más de un siglo después, Darwin apuntalaba la observación de Hume. Recientemente, autores como De Waal y Jeremy Rifkin, basándose en sus observaciones con primates creen que no es el amor lo que motiva a los altruistas efectivos sino la empatía: la capacidad de ponerse en lugar de otros e identificarse con sus sentimientos y emociones.

Personalmente, yo sí creo en una forma de amor que dota de dignidad a todos los seres humanos y hace que sus vidas tengan tanto valor como las nuestras. Lo llamamos amor, pero también es un derecho. Todas las personas desde el mismo momento de su concepción adquieren dos derechos: a trascender y a ser amados. Y una obligación: la de respetar esos mismos derechos en los demás.

La diferencia entre el amor y la empatía no está en los resultados, que pudieran parecer iguales, está en el emisor. La empatía es la capacidad de sentir lo que crees que siente el otro. Y el amor, el privilegio de velar por la dignidad del otro, como hermano que comparte camino, a veces con peor suerte.

Ya no se trata solo de identificarse con sentimientos y emociones, se trata de compartir destino donde el fin de su existencia se funde con nuestro propio fin.

No tiene sentido el caminar solo, debemos de caminar juntos y velar por los que se queden atrás por enfermedad, por marginación, por exclusión, por pobreza o por no tener acceso a la educación.

Paul Bloom, profesor de psicología de la Universidad de Yale, responde a los que piensan que se necesita más empatía y denigran al amor por su connotación religiosa:

«Nuestra mayor esperanza de futuro no es conseguir que la gente considere que toda la humanidad es su familia; eso es imposible. Estriba, más bien, en una apreciación del hecho de que, aunque no empaticemos con desconocidos de lejanas tierras, sus vidas valen tanto como las nuestras y las de nuestros seres queridos».

El amor es pues, el reconocimiento del «valor del otro». No es identificarse solo con su sufrimiento sino con su destino, con su derecho a trascender desde su condición a otra en un plano superior. El amor nos iguala en un plano muy superior al material.

¿Cómo ayudar más y mejor? No se preocupe por el tipo de altruismo que practica, lo importante es seguir estos consejos:

Muchas oenegés, conocedoras de lo que les acabo de exponer van «directas al corazón» con imágenes de niños muy desnutridos o enfermos buscando conmovedores y que aporten un dinero que muchas veces no se sabe dónde irá (Cosas que nunca diría de una ONG, de Gonzalo Schar).

Como son muchísimas las oenegés que se reparten el negocio de la pobreza (más de un millón solo en USA) a ustedes les bombardean a todas horas, especialmente a las horas de comer y de cenar, y al final acaban mandando unos euros a distintas organizaciones de las que no saben nada ni de quién dependen. Tengan en cuenta que algunas multinacionales que arruinan países desforestándolos, contaminando y agotando sus recursos naturales, también crean oenegés que les laven la conciencia y la cara.

Dar muchos pocos creyendo que es mejor (glow givers, donantes de relumbrón según los psicólogos), hace que se sienta bien al margen del impacto real que haga su donación. Muchas veces son cantidades tan pequeñas que apenas llegan para pagar los gastos financieros y el coste de tramitación supera al beneficio que ésta pueda aportar a la oenegé.

El consejo general es: elija una oenegé de su ciudad o región, de larga y probada eficacia y que sus fines sean realmente prioritarios dentro de una lista jerarquizada de necesidades locales. Por ejemplo, está muy bien dar dinero para un museo si no hay personas o familias enteras durmiendo en la calle.

Ayude a la oenegé local con toda su capacidad, y solo económica. Involúcrese. Seguro que puede ayudar de muchas otras formas que no sean dinero.

Conozca los verdaderos problemas que sufre su pueblo, ciudad o región. Lo que lee en los periódicos es información general tratada con sutileza para evitar involucrarse en los juegos políticos. Pero en la parroquia, en las asociaciones de barrio, en los comedores y albergues sociales, le dirán cuánta gente necesita de sus servicios, cuántos sintecho duermen a la intemperie.

Esta información no solo le servirá para ayudar más y mejor y no tirar su dinero guiados por sentimentalismos, sino para ser mejor ciudadano, conocer los problemas reales de su comunidad y a sus políticos. Se debe de votar a quien más problemas sociales resuelva y de eso solo se enterará en las oenegés locales que son las que dan de comer y cobijo a miles de bocas al año, como es el caso del Albergue Covadonga de Gijón, la Cocina Económica y muchas más, para Gloria de Gijón y de Asturias.

Y no se olviden de las parroquias, mal comprendidas y peor tratadas a pesar de su imponente labor de caridad. Cáritas y otras organizaciones alrededor de la Iglesia están donde muy pocos quisieran estarlo. En el Tsunami de India en 2004, estuve yo con mi fundación, como también estuvimos en el terremoto de Nepal en 2015. Y allí también estaba Cáritas y otras oenegés de la Iglesia India que movilizaron recursos y personas para ayudar a aquellas pobres gentes arruinadas y heridas.

Que no se lo cuenten, que no se lo vendan. Si desea prestar una ayuda eficaz acuda aquí y ahora a las ONG de Asturias y encuentre su sitio. Y lea libros como los que menciono en este artículo, y los ojos se les saldrán del sitio cuando lean a Gonzalo Schar, doctor en antropología y economía y profesor de la universidad autónoma de Madrid, quien dirigió varias oenegés relatando su aventura en el libro: Cosas que nunca diría de una ONG.

La fundación DAF que presido, está muy comprometida con Gijón colaborando con el Albergue Covadonga y otras instituciones benéficas, pero nos parece muy poco aún.

Se necesita combatir la pobreza y denunciar sus causas. Y ahí es donde el ciudadano en una democracia puede demostrar todo su potencial.

El altruismo eficaz nos hace mejores personas, mejores ciudadanos y más felices.