

El hombre light

Autor Celeste
martes, 26 de febrero de 2008

el_hombre_ligth 258.17 Kb

En los últimos años ha surgido un nuevo tipo humano en la sociedad occidental del bienestar: el hombre light. Se trata de un ser hedonista y materialista cuya única meta en la vida consiste en alcanzar el éxito; un ser al que sólo le interesa el dinero y el consumo. En definitiva, un hombre infeliz e inseguro, vulnerable e indiferente por saturación, que ha hecho de la permisividad su nuevo código ético y que va desde la tolerancia ilimitada al la revolución sin finalidad. El doctor Enrique Rojas, con el rigor que siempre lo ha caracterizado, nos descubre en este apasionante libro las claves psicológicas del hombre light y nos ayuda a conocer cuáles son las vías de salida para superar el gran vacío existencial que produce la falta de valores e ideales

[Lee este resumen analitico online>>](#)

RESUMEN ANALÍTICO DEL LIBRO

EL HOMBRE LIGHT.

Perfil psicológico.

Es un hombre bien informado pero con escasa educación y muy entregado al pragmatismo y a los tópicos. Todo le interesa pero a nivel superficial.

Es un sujeto trivial, ligero, frívolo, lo acepta todo, pero carece de criterios sólidos. Todo para él es etéreo, leve, volátil, banal, es permisivo.

Utiliza frases como " Qué más da" , "Todo vale" o "las cosas han cambiado", que demuestran el vacío que se encuentra en él, un vacío moral.

"Sufre" cambios muy rápidos que le desconciertan. Entonces se dan en la realidad unos aspectos característicos:

a. Materialismo: cierto reconocimiento social por ganar mucho dinero.

b. Hedonismo: pasarlo bien a costa de lo que sea, muerte de los ideales, el vacío de sentido y la búsqueda de una serie de sensaciones cada vez más nuevas y excitantes.

c. Permisividad: arrasa los mejores propósitos e ideales.

d. Revolución sin finalidad y sin programa: la ética permisiva sustituye a la moral.

e. Relativismo: cae en la absolutización de lo relativo, brotan así unas reglas presididas por la subjetividad .

f. Consumismo: formula postmoderna de la libertad.

Surgen entonces en la sociedad las " nuevas enfermedades", que se admiten como algo inevitable.

• Rupturas conyugales.

• Drogas.

• Paro.

Este ser posee un pensamiento débil de convicciones sin firmeza, asepsia en sus compromisos, indiferencia, se guía por lo que se lleva, lo que está de moda.

El ideal aséptico.

El hombre Light no corre riesgos, va con la seguridad por delante, no cree en casi nada y sus pensamientos cambian rápidamente, es vulnerable, se siente indefenso, no hace las cosas con pasión.

Lo que desea es poder, fama, un buen nivel de vida. Es un hombre sin vínculos, descomprometido. Para que esto cambiase se necesitaría un sufrimiento muy grande que le sugiriese hacer un balance personal e iniciar una andadura más digna. Debe llegar a dos conclusiones:

• GENERALES: ayudan a interpretar mejor la realidad actual, en su complejidad.

• PERSONALES: que surja un ser humano más consistente, vuelto hacia los valores y comprometido con ellos.

HEDONISMO Y PERMISIVIDAD.

El final de una civilización.

Se ha demostrado que la promesa a la humanidad de libertad no ha sido más que una tupida red de engaño a la sociedad. Se han desarrollado todas las ciencias a pasos agigantados y por ello el hombre light ha llegado a un eclecticismo evidente en el que cualquier dirección es válida. Las aspiraciones son más materiales, la ley máxima de comportamiento es el placer a toda costa. No hay un camino fijo "todo vale".

Revolución sin finalidad y sin proyecto.

Los medios de comunicación conllevan a un consumismo desmesurado y a una debilidad. Nada ni nadie puede escandalizar al hombre light, esto produce vidas vacías, sin dramas, sin angustias, etc... "todo vale", todo es relativo.

El hombre light es un hombre frío, no le interesa la justicia , ni los problemas sociales. Vive manipulado por la masa, dirigido por ella como una marioneta, posee todo lo que quiera pero nada le hace feliz.

Este relativismo es fruto de la permisividad, no hay un auténtico progreso si no se desarrolla en clave moral.

¿QUÉ ES EL HOMBRE?

El hombre buscador de la libertad.

La verdad del hombre light es una libertad relativa, cada uno se fabrica la suya propia, subjetiva particular, escogiendo

lo que le gusta y rechazando lo que no le apetece, sin que le implique ningún compromiso.

La libertad significa aspirar a lo mejor, aspirar hacia el bien, para buscar todo lo grande, noble y hermoso.

Si no existe interés por la verdad, la libertad perderá peso y servirá para moverse con soltura, pero sin importar demasiado su contenido.

Así vamos del hombre grande, egregio, ejemplar, al hombre light que llama libertad a la prisión, al sexo lo llama amor, y al bienestar lo compara con la felicidad.

Una causa podría ser que los finales de siglo suelen ser confusos, hay desconcierto, desorden, grandes errores sobre temas primordiales, inversión de los valores, equívocos que traerán grandes consecuencias. Errores que afectan a lo esencial, básico, fundamental, propio y peculiar de la condición humana.

¿Para qué sirve la verdad?

La posesión de la verdad se traduce en una posesión se traduce en una peculiar sensación luminosa tanto personal como de la realidad y de seguridad. Primero se realiza un análisis conceptual del término para conocer la realidad personal periférica.

Versiones de la verdad:

1. La verdad de uno mismo. Se unen pasado y presente para preparar el futuro.
2. La verdad de las cosas con las que nos encontramos, lo externo.
3. La verdad de las circunstancias, es el conocimiento de la complejidad de la situación y al perímetro en que ese individuo o esa realidad se encuentran inmersos.
4. La verdad como coherencia , muestra una existencia con el menor número posible de contradicciones , la vida como armonía, como equilibrio entre teoría y la practica.

La búsqueda de la verdad es una pasión por la libertad y sus consecuencias, ir a lo mejor de nosotros mismos y de lo que nos rodea.

Verdad y libertad.

En este apartado se habla de la facilidad del hombre light de acomodar la verdad a sus intereses. La verdad hay que buscarla en la información, pero en este punto llegamos a la consideración de si en realidad la información que ofrecen los medio es lo suficientemente adecuada para este fin, es decir los medios de comunicación manipulan falsifican y deforman sus contenidos, (farsa de la información), cuyos mayores responsables serian los grupos de poder que desprecian e ignoran a los que no piensan como ellos. La información no es constructiva, ni formativa, ni busca el bien del hombre ni lo conduce a comprenderse mejor a sí mismo y estar más cerca de los demás.

La información se vuelve insensible, sensacionalista, no educa, ni deja nada duradero.

El hombre sólido hace una síntesis de las noticias buscando un sentido, un ejercicio de inteligencia, el hombre light no.

El hombre: animal descontento.

El hombre light no tiene nunca cerca la felicidad ni la alegría, lo que tiene es el bienestar y el placer. Confunde el placer con la alegría, placer momentáneo generalmente supeditado al sexo, la satisfacción rápida y sin problemas.

El hombre se mueve solo alrededor de sí mismo, todo lo interpreta en relación a la conveniencia del momento no es solidario. Se envuelve en un cinismo práctico, (tesis maquiavélica).

EL CAMINO DEL NIHILISMO.

Sobre la palabra libertad.

Se han considerado tres tipos de libertad:

1. Libertad natural; Relacionada con la naturaleza y sus acontecimientos.
2. Libertad política o social: Relacionada con el medio exterior en el cual se desarrolla el hombre.
3. Libertad personal: autonomía , independencia, hacer lo que uno quiera dentro de un orden y dirigir sus pasos.

La libertad tiene que perseguir el bien y la felicidad.

Hay que diferenciar la libertad de liberal, y a su vez, diferenciar las consecuencias de ser liberal :

1. LA POLITICA: Estado liberal es aquel que se estructura sin jerarquías ni privilegios. El pueblo regula y exige sus representantes.
2. LA MORAL: No considerar ninguna norma de conducta como sustancial; todo es absolutamente individual y subjetivo.

¿ Qué significa permisividad?.

Permisividad significa que uno ya no tiene prohibiciones, ni territorios vedados, ni impedimentos que lo frenen , salvo las coordenadas externas de las leyes cívicas.

La permisividad da como consecuencia el nihilismo, ya que el hombre light está vacío, no es capaz de decidir que es exactamente lo que quiere. A su vez se relaciona con el subjetivismo con el que el hombre light busca el beneficio inmediato, con esto llega a la conclusión de que la verdad es lo útil, lo práctico por lo tanto nada es absoluto ni definitivo, todo es relativo, (relativismo).Con estas ideas llegamos de nuevo al subjetivismo, todo es relativo, dependiendo del objetivo y todo está bien dependiendo del ojo con el que se mire.

Relativismo y escepticismo.

El relativismo desemboca en el escepticismo, para el relativismo, la verdad es algo cambiante, según el escepticismo la verdad es algo inalcanzable para el hombre. Esto junto al nihilismo da lugar a un hombre pesimista, que piensa que lo que diga la mayoría es la verdad.

LA SOCIEDAD DIVERTIDA.

La moda como eje de la conducta.

El hombre light se suele dar en niveles socioeconómicos altos, medios y medio bajos en consecuencia del influjo resonante. Las revistas del corazón son el principal transmisor.

El hombre light es frívolo, tiene poco interés por la cultura, ya que, sólo le interesa aquello que tenga relación con su vida profesional.

La enfermedad de la abundancia.

La abundancia da al hombre light libertades que, aunque no estén relacionadas con el dinero directamente , se siente con poder para ello.

Recorren su existencia consumiendo, entretenidos en cualquier asuntillo y pasándolo bien, sin más pretensiones. " Tener todo lo material reducir al mínimo lo espiritual."

SEXUALIDAD LIGHT.

Definición del amor humano.

El hombre light no sabe realmente qué es el amor, lo confunde con pasión y debido a sus características no puede saber lo que es amar ya que no tiene capacidad para mantener una relación estable, todo es superficial.

AMOR: Es el sentimiento de aprobación y afirmación del otro, un sentido de búsqueda y deseo de estar con otra persona.

AMAR: Es desearle lo mejor a una persona, mirar por ella, tratarla de forma excepcional, darle lo mejor de nosotros.

La felicidad no es posible sin amor.

La relación sexual sin amor.

El objetivo del amor es el bien que puede ser de tres tipos:

1. Bien útil, desde un punto de vista práctico.
2. Bien agradable, nos brinda placer que percibimos por medio de la satisfacción que nos produce.
3. Bien moral , tiene la bondad en sí mismo, apunta a la mejor evolución del ser humano.

El hombre light tiende a la relación sexual sin amor, no tiene otro objeto que el placer, esto supone la utilización del otro, sacar provecho de ella, algo material, sin compromiso.

Sexualidad vacía y sin rumbo.

La abundancia del sexo rodea al hombre y pretende engañarle convenciéndole de que sexo y amor significa lo mismo, le da un punto de vista material y deshumanizado.

Se pierde un valor importante como es el amor y deja en su lugar un vacío que solo pretende la satisfacción de los deseos más primarios , más animales.

Las tres caras del acto sexual.

En el acto sexual con amor de verdad consta de tres ingredientes esenciales: físico, psicológico, y espiritual, ambos dan y reciben amor, es una conjunción de reciprocidad.

Pero en el hombre light solo es un estallido de placer fugaz.

Las ataduras y esclavitudes del mundo libre.

El hombre light procede de una zona de indefinición, de un camino sin meta, un hombre para el que es más importante la velocidad en alcanzar lo deseado que la meta en si. Esto tiene más consecuencias :

• Adicción al sexo. Pornografía.

• Adicción a la droga.

• Adicción al juego.

• Adicción a los sedantes.

• Adicción a el zapping.

• Adicción al trabajo.

• Adicción al psicoterapeuta.

• Anorexia – bulimia.

Estos actúan como ansiolíticos la evasión personal, no grata y con un gran vacío existencial.

EL SINDROME DEL MANDO A DISTANCIA (ZAPPING).

La televisión como alimento intelectual.

La televisión se ha expandido enormemente, ha creado adicción. Para el hombre es todo su alimento intelectual. Provoca un hombre escasamente culto, pasivo, entregado a lo más fácil.

A esto se une un nuevo fenómeno, la posibilidad de entretenerse cambiando de canal sucesivamente, interesado en todo y en nada. Esto supone:

1. Una nueva forma de consumo.
2. Un interés por todo y por nada, imagen de la insatisfacción, intentar poseer todo al mismo tiempo.
3. Una bulimia de novedades.
4. Un efecto sedante.
5. La ley del mínimo esfuerzo. No hay acto de voluntad .

Psicología del zapping.

Es más frecuente en el hombre que en la mujer, llega a ser crónico y con esto llega la televisión " BASURA". Este ser se ha endurecido y ya no le impáctan los anuncios, por lo que surge el lenguaje subliminal.

Cultura del aburrimiento.

Es consecuencia del exceso de información que no aporta nada a la persona. En los últimos años ha empezado a triunfar el "consumo psicológico", impulsado a cultivar cada vez más , los horóscopos , la quiromancia, la opinión del psiquiatra. El hombre utiliza esto para su propia satisfacción personal.

Debido a la función de la televisión de divertir y hacerse olvidar los problemas, la gente se "pega" al televisor, es un ser carente de cultura que se mueve por la indiferencia producida por la saturación de antagonismos.

Relativismo visual.

El consumidor de zapping comulga con todo y no se identifica con nada. Quiere verlo todo pero que no existan detenciones. Se deja llevar por la corriente. Pero debe sacar sus ideas personales.

LA VIDA LIGHT.

La palabra light.

Todo es ligero, suave, descafeinado, liviano, aéreo, débil, y todo tiene un bajo contenido "calórico". Todo carece de interés y la esencia de las cosas ya no importa, sólo lo superficial es cálido.

Indiferencia por saturación.

La causa es que hay de todo en exceso, la saturación causa, los valores se devalúan, lo importante es pasarlo bien sin decir nada, sin aportar nada. Las características:

- • La apabullante frivolidad. Especie de socialización de la trivialidad y de lo mediocre.
- • El ascenso del egoísmo humano, insolidaridad, ausencia de grandes ideales y caída de valores.

Esto provoca el suicidio buscando una salida rápida a este cúmulo de hechos.

Una sociedad de espaldas a la muerte.

El hombre se vuelve demasiado vulnerable, cansado por vivir, entonces surge la indiferencia, la muerte es un tabú pues se evita el tema, aunque aumenten los suicidios.

Para evitar esto hay que recuperar el amor a la verdad y la pasión por la libertad auténtica. Luchar duro porque merece la pena.

Una sociedad indiferente.

El hombre light posee una soledad pero carente de dimensiones profundas, es una soledad indiferente, ya que en la sociedad se da una comunicación interior que en el hombre light no se da.

La ética del hombre light está contemplada desde:

• Narcisismo: Centrado en sí mismo, desprovisto de valores morales y sociales.

• El subjetivismo: Vivir sin ideales y sin objetivos.

Literatura light.

La literatura que lee el hombre light son aquellas que son rápidas y fáciles, lecturas populares, sobre todo aquellas que sirven para conocerse mejor a uno mismo, (de bolsillo). Lecturas para combatir el aburrimiento. Leer lo que lee la mayoría para poder hablar sobre el.

El lector busca lo suave, lo ligero porque no tiene tiempo e inquietud por lo contrario , se pierde la educación intelectual que en España ha sido muy notorio.

Un nuevo ideal: la comodidad.

El hombre light busca la máxima comodidad con el mínimo esfuerzo, lo que está de moda es sorprender a los demás con una vida refinada y descomprometida, su máximo disfrute personal con seguridad, proporcionada esta por la abundancia de seguros que tiende ha hacerse.

El hombre light se dirige a una debilidad personal y esta es una explicación para las rupturas conyugales, la pérdida de valores y fines, una tendencia a la masificación en sus diversas formas:

- a. Acumulación de individuos donde sólo los singulares son capaces de ser personas.
- b. Despersonalización alienante por los medios de comunicación.
- c. Igualitarismo en decadencia.
- d. Carencia de un proyecto de vida: lo que importa es tener.

El hombre light quiere aparentar, es lo que le importa, tener para aparentar, parecerse a la pseudocultura rosa, que fomentan relaciones en las que el plano racional y los criterios lógico-racionales quedan al margen. Todo es estético, todo es político, todo sexual. Nace el anti-arte.

REVISTAS DEL CORAZON.

Interesa la vida ajena rota.

El hombre tiene dos segmentos esenciales en su vida: el público y el privado, y es este último aspecto el que interesa al hombre light de los demás, para compararla con la suya propia.

Normalmente es la vida privada la que deforman los medios de comunicación para hacerse con "clientes". La gente se identifica con ellos, aprueba una conducta y repudia otra para acabar estableciendo un sistema de preferencias en esta o aquella historia.

Revistas del corazón: evasión y pasar el rato.

El hombre light los utiliza como entretenimiento y esto es debido al vacío de intereses. A veces simplemente es el morbo de la desgracia ajena sobre todo la de famosos para así sentir que se codea con esos personajes.

Para las personas con una vida muy intensa dirían que esas revistas son para pasar el rato, y esto significa:- Que no se tienen grandes inquietudes.

• Que no se tienen grandes ideales.

Romanticismo Light.

Se supone según estas revistas que es una vuelta al romanticismo. Interesa todo lo afectivo y sentimental pero desde el punto de vista de la moda, ya que la mayor parte de contenido son fotos .

El corazón sigue moviendo los hilos de la vida, pero desde otro punto de vista, utiliza estas revistas como un mecanismo de compensación, se consuelan viendo las desgracias que le suceden a otros con un ingrediente sensacionalista que provoca un sentimiento de frivolidad.

EL CANSANCIO DE LA VIDA.

El cansancio psicológico.

Fenómeno de nuestro tiempo.

El cansancio es una sensación de agotamiento posterior a un esfuerzo y las causas pueden ser varias.

Pero existe otro tipo de cansancio, el estar cansado de la vida, no se refiere a nada en concreto, es a la vida como totalidad, se debe realizar un análisis:

- 1.- Buscar su porqué.(Etiología)
- 2.- Descubrir lo que el sujeto experimenta interiormente.(Vivencia).
- 3.- Diseñar una formula para salir de ella (Terapéutica).

Primero hay que analizar que es la vida, pero más concretamente "mi vida" como lo más primordial que tengo que hacer, es lo que soy, lo que hago, la situación en la que me encuentro y el perímetro humano y cultural que me rodea.

La vida tiene dos vectores esenciales: personalidad y proyecto, cuya base es biológica, la realidad corporal.

La unidad interna de la vida.

A lo largo de la vida voy formando mi personalidad y realizando un proyecto concreto, "hago mi vida".

Cuando estamos cansados de la vida es por motivos de dificultades que nos encontramos en la vida, por lo tanto cuando estas son muy grandes lo más fácil es derrumbarse. Este personaje tiene en su interior sentimientos displacenteros, sensación de hacer todo con exceso de esfuerzo, por lo tanto

se dan la pereza, el desaliento, el desánimo, la melancolía y el sentimiento de impotencia con respecto a la vida, un sentimiento interno de desilusión.

Esto es una crisis psicológica que conduce a la pérdida de ilusión por los anhelos personales, por las dificultades, por tener un tipo de vida con una tensión excesiva y constante, que requiere un esfuerzo superior a las propias fuerzas y que roza el agotamiento.

No se sabe que hacer con la vida y nos sentimos desfallecidos.

Podemos construir una terapia contra esto:

- 1.- Replantearse la vida, ver la vida propia desde el patio de butacas.
- 2.- Poner orden, aprender a decir "no":
 - a. Renovar ilusiones perdidas
 - b. Aprender a disfrutar de la vida.
- 3.- Aplicar una voluntad firme, determinación férrea, decisión esforzada y empeño inquebrantable.

LA ANSIEDAD DEL HOMBRE DE HOY.

Luces y sombras de la sociedad posmoderna.

Lo positivo de nuestros días son los grandes avances conseguidos en los últimos años en la ciencia, la tecnificación, la revolución informática, de las comunicaciones, los derechos humanos, la democracia, la preocupación por la justicia social, altos niveles de confort y bienestar, igualdad de oportunidades, cultura más accesible, conciencia ecológica.

Lo negativo es lo ya comentado: Materialismo, consumismo, hedonismo y permisividad, evolución sin finalidad.

Consumismo, permisividad, vacío.

La información que recibimos no es formativa, sino que va gestando un individuo frío, desconcertado, abrumado, se produce una masificación, una socialización de la inmadurez que se define por: - Desorientación.

• Inversión de valores.

• Vacío espiritual.

Ya casi nadie cree en el futuro, no hay heroísmos, ni entusiasmos en los que se arriesgue la vida. Se crea entonces una visión pesimista de futuro, esto da lugar a una incapacidad para el amor auténtico, una indeferencia pura.

Algunas soluciones serían:

• Volver al humanismo coherente comprometido con los valores, esto hara que se recupere el sentido de la vida.

• No dejarse invadir por la información deformante.

• Edificar una cultura digna.

PSICOLOGÍA DEL FRACASO.

¿Qué se siente en el fracaso?

El fracaso es necesario para la maduración, forma parte del juego de aprendizajes, es aquella experiencia interior de derrota, consecuencia de haber comprobado que algo en lo que habíamos puesto nuestro esfuerzo e ilusión no ha salido como esperábamos. Da como resultado tristeza y desazón.

- 1.- La nota inmediata es una cierta reacción de hundimiento, una mezcla de melancolía, frustración y malestar.
- 2.- Respuesta cognitiva, especie de análisis subterráneo que pretende desmenuzar el porqué de ese resultado.
- 3.- Cierta paralización, aunque si el asunto es importante suele estar acompañado por personas que ayudan.

4.- Dependiendo del fracaso si es afectivo, profesional o económico, el termómetro de intensidades será más afectado o no.

La patria del hombre son sus ilusiones.

Es importante que el hombre derrotado supere su fracaso, así conseguirá hacerse más fuerte y con esto un hombre más completo, con dos orillas:

• Una hebra a base de orden y constancia.

• La otra a base de voluntad.

Madurez y fracaso.

La madurez implica vivir instalado en el presente, teniendo digerido el pasado y estando abierto hacia el porvenir. Lo importante para superar el fracaso es hacer una lectura positiva del pasado, seguir un hilo conductor y tener ilusiones, afán de superación.

PSICOLOGÍA DE LA DROGA.

El principal problema se encuentra en los jóvenes, los motivos son:

- 1.- Los jóvenes empiezan a drogarse por curiosidad (para qué, en qué consiste, experimentaciones).
- 2.- Se drogan porque está de moda y se lleva. No hay que dejarse llevar.
- 3.- Satisfacer su sed fantástica de aventuras, necesidades de nuevas experiencias: "Quiero vivir intensamente, experimentar cosas nuevas e intensas, escapar de uno mismo, abandonarse a la pasividad".
- 4.- La droga es siempre evasión, reacción contra los adultos y la sociedad que ellos han creado, buscando una nueva libertad.
- 5.- Es una reacción al vacío espiritual de nuestro tiempo. Es una pseudomística en un mundo materialista, hedonista y de consumo.
- 6.- Permite alejar el dolor y el sufrimiento, desterrar los sentimientos de fracaso y frustración.
- 7.- Medio para incrementar las vivencias de libertad e independencia. Es una trampa.
- 8.- Cambiar las motivaciones, combatir el aburrimiento y la falta de un proyecto de vida coherente y realista. Esto da lugar a la dependencia y tolerancia.
- 9.- Inexorable subordinación, que deteriora y aprisiona.

La drogodependencia es la expresión permanente del mito de la ambrosía: sustancia que hacía inmortales a los Dioses sin esfuerzo.

LA VIDA NO SE IMPROVISA.

La vida como problema.

La vida humana es como un problema que hay que ir resolviendo de dos formas: Teóricas y prácticas.

Para las soluciones la clave es tener la vida bien planteada, cubiertas sus necesidades básicas.

Para llegar a uno mismo hay que partir de posiciones realistas, pero envueltas en optimismo y afán de superación, conociendo nuestras aptitudes y limitaciones.

Que la información sea formativa.

Como ya se ha introducido antes en otros temas la información que recibimos no es formativa, sino que por el contrario crea más dudas que desconciertan a la humanidad.

Para evitar esto hay que adelantarse a la vida para organizarla.

Nos hospedamos en el presente pero viajamos hacia el futuro.

Como ya hemos dicho antes el futuro va a depender del pasado, nos apoyamos en él.

Para programar la vida hacen falta dos componentes: Ilusión y entusiasmo y verla desde dos puntos de vista: desde dentro y desde fuera. Hay que distinguir lo accesorio de lo fundamental, viajando por el interior de uno mismo.

Una vida hay que estudiarla desde cuatro dimensiones biológica, psicológica, social y cultural.

Claro que si nos a analizar nuestra vida propia, seguramente encontraremos lagunas y cosas pendientes.

LA FELICIDAD COMO PROYECTO.

La felicidad: la aspiración más completa del hombre.

Como ya he comentado la felicidad es lo más importante para el hombre, su objetivo es la realización personal, que se ramifica en dos segmentos:

1. Haberse encontrado a si mismo.
2. Tener un proyecto de vida personal. Aquí hay que distinguir entre:
 - a. Desear. Lo sentimental, emocional.
 - b. Querer. Empeño, lucha.

Esto responde a unas aspiraciones particulares y con un sentido a la trayectoria que tiene tres connotaciones:

1. Contenido o tejido sustancial del programa.
2. Dirección que es aspecto vectorial de la travesía personal.
3. Unidad o estructura compacta donde quedaran integrados armónicamente una serie de elementos.

Hay que tener claro donde vamos y esto requiere: saber que aptitudes y limitaciones personales nos definen y combatir dos peligros:

1. La dispersión .
2. El compromiso.

Para efectuar este proyecto debemos seguir unas condiciones:

- a. El orden; Que es jerarquía.
- b. La constancia; obstinencia.
- c. La voluntad; ser algo anticipando consecuencias.

Tetralogía de la felicidad.

La tetralogía de la felicidad es:

• Encontrarse a sí mismo, con un examen personal sobre la vida propia, tristezas, alegrías, abandonos etc.

• Vivir de amor; el ser humano no puede vivir sin amor, sentirse querido, protegido y te ayuda para tu vida profesional y personal.

Trabajar y poseer cultura como apoyo nos van a hacer saborear la felicidad y en cuanto a la cultura, su gran aspiración es la libertad, que le ayuda a la persona a que su vida sea mucho más humana. Pero nunca podemos hablar de una felicidad completa.

El hombre feliz tiene paz consigo mismo.

El hombre busca la felicidad y la libertad. Se han dado dos tipos de felicidad:

1. El hombre abdicado: orden y equilibrio.
2. Felicidad dionisiaca : busca sensaciones nuevas.

La felicidad es un resultado y la vida es un medio para conseguir exteriorizar lo más humano que llevamos dentro, por lo que la felicidad es la experiencia subjetiva de encontrarse bien con uno mismo.

El camino de la felicidad: conjunto de pequeñas ilusiones.

Es una forma de viajar más que un estado definitivo, ya que la felicidad absoluta no existe. Debemos saber cuales son nuestros objetivos y hacia donde queremos dirigirlo.

Hay que combatir dos peligros :

1. Externo.
2. Interno.

La felicidad consiste en una mezcla de alegría y tristezas, de luces y sombras pero dotadas de amor.

Para que la felicidad esté bien ajustada, la vida afectiva tiene que estarlo también.

Pero el hombre light tiene dos motores en su vida afectiva: el placer y la no presencia de prohibicionismo. A la vez que en el hombre el subjetivismo y el individualismo le niegan estas libertad.

Sin un norte moral la lucha por la libertad cae en el vacío.

El hombre light no tiene unos objetivos morales, solamente de urbanidad, inspirada en un pensamiento ético, que lleva a un conformismo que denominamos ética.

El progreso material nunca puede colmar las aspiraciones.

Se cambian los valores y los esquemas, el mismo diseña su religión, le preocupa su apariencia humanística. Pero esto no genera libertad, la libertad se genera a través de la verdad y el amor. No hay que basarse en ídolos de barro que al cabo de un tiempo no han nutrido su alma, sino que aquellos que perduran y que aportan la felicidad verdadera.

SOLUCIONES AL HOMBRE LIGHT.

Recuperar el humanismo.

El hombre light ha de volver a sus raíces:

1. El mundo griego.
2. El mundo romano.

3. El mundo judeocristiano.

4. Las raíces más remotas, Creta, Mesopotamia, Fenicia, y el mundo jónico.

El hombre light empezará a dejar de serlo cuando cultive en su interior la sabiduría clásica, el significado del mundo romano, el amor por las tradiciones y la vuelta al pensamiento cristiano.

El espíritu Europeo.

Antiguamente era la religión lo que aglutinaba a Europa.

En el Renacimiento hubo una vuelta al modelo Antiguo basado en tres pilares:

- a. La valoración del mundo.
- b. Realzar la figura del hombre.
- c. Respecto a lo político, la desvinculación del poder temporal y del espiritual.

Después llega la Europa racionalista con tres notas esenciales:

- a. La creación de un Estado absoluto centrado en la economía nacional.
- b. La contrarreforma.
- c. La llegada del empirismo.

En esta etapa el signo clave es la tolerancia, aunque los Estados se vigilaban.

En el S.XIX. surge la caída de Europa. Elementos:

1. Las revoluciones políticas y técnicas.
2. Los movimientos románticos nacionalistas.
3. La formación de bloques de alianzas en una escala imperialista por ampliar los territorios coloniales.

BREVE RESUMEN GENERAL DEL LIBRO.

Enrique Rojas en este libro expone una problemática que se da en el tipo de ser humano que habita en nuestra sociedad y las características de este ser. A la vez, intenta dar una serie de soluciones a este ser para que analice su situación, e intente cambiar para llegar a un mayor desarrollo de sí mismo, cambiando todo aquello que le está empobreciendo como ser humano.

El hombre Light surge en la sociedad occidental y tiene una tetralogía nihilista basada en el hedonismo, consumismo, permisividad, relatividad. Todas ellas unidas por el consumismo, el afán del poder, el dinero,...

Este ser es como su nombre indica un ser bajo en esencia, como las comidas propias del momento, aquellas bajas en calorías, en nicotina, sin azúcar, sin glucosa,..., es decir bajas en todo. No tiene valores, ni verdades, ni idealismo, solo se motiva por el éxito, el dinero, el consumo, el poder, pero todo ello sin demasiado entusiasmo ya que en el fondo no es feliz, por que le falta lo esencial de la vida, el amor, la cultura, la felicidad verdadera y no la momentánea.

A pesar de que en el tiempo en que vivimos la información es masiva, podemos acceder a ella sin complicación, y podemos encontrar todo aquello que nos propongamos, podríamos decir, que esto aturde tanto al hombre light que le provoca un desinterés por todo, solo le interesa aquello que realmente le ocupa, su vida profesional, sin tener una visión más abierta e intentar una formación más amplia.

Todo le da igual, se conforma con todo, lo importante es lo que opine la mayoría.

Para mejorar su estado Enrique Rojas propone:

• Recuperar el humanismo, volver a las raíces para recuperar su esencia.

• Llegar a sentir un Espíritu Europeo, volver a las raíces religiosas, volver poseer valores que lo hagan más noble.

• Desechar valores materiales y darle importancia a los espirituales y humanos.

• Iniciar un cambio de vida , cambiar la tetralogía del hedonismo, consumismo, relatividad, permisividad, por una trilogía que le llevará a la felicidad basada en el amor, trabajo y cultura.

Esta forma de vida debe ser evitada ya que es un ejemplo para otras sociedades, y esto derivaría en un final triste y pesimista, un hombre que no se entrega a la cultura de la vida fácil. Un desarrollo con un fondo moral.