

# Mis encuentros con Adela Cortina

**No invento nada si propongo que la respuesta ética a esa pregunta debe cumplir dos condiciones: mi propio bienestar y el bienestar de la otra persona**

**DR. JOSÉ LUIS BIMBELA PEDROLA. Sábado, 16 febrero 2019.**

Mis encuentros con Adela Cortina (filósofa ganadora del Premio Internacional de Ensayo Jovellanos y catedrática de Ética de la Universidad de Valencia) me ayudan a pensar y, lo que más me gusta, me llevan a actuar. Reflexión para pasar a la acción. Me encanta ese poder que ejerce Adela. Por eso, y por su gran coherencia y humanidad, la cito con frecuencia (y con admiración) en las conferencias que últimamente estoy impartiendo sobre Ética práctica. Vayamos por partes. En primer lugar, la parte reflexiva; una parte que se construye a partir de la pregunta ética por excelencia: ¿Para qué? Pregunta que deberemos hacernos antes de llevar a cabo cualquier acción: escribir un comentario en redes sociales, hablar con un hijo sobre sus calificaciones escolares, o compartir con la pareja las expectativas sobre la relación ¿Cuál es, honestamente, el objetivo que tenemos al realizar cada una de esas acciones? No invento nada si propongo que la respuesta ética a esa pregunta debe cumplir dos condiciones: mi propio bienestar y el bienestar de la otra persona. Y digo que no invento nada porque ya el famoso estratega Carlo Cipolla escribió hace años que la estrategia más inteligente (la que consigue que los acuerdos y los cambios se mantengan) es aquella que permite que todos los implicados consigan objetivos. También el gran filósofo José Antonio Marina confirmó que la única inteligencia no fracasada es la que logra el bienestar mutuo. En ambos casos, por cierto, estamos ante una actualización, y un recordatorio, de una maravillosa propuesta que ya encontramos en la Biblia: «Amarás al prójimo como a ti mismo» (Mateo 22:39).

Una vez clarificado el objetivo ético y tomada la correspondiente decisión, podemos pasar a la segunda parte, la práctica. No es suficiente con aquellos saberes que no pasan a la acción. Y eso es así hasta en las cuestiones de fe: «La fe, si no tiene obras, es muerta en sí misma» (Santiago 2:14-17). Ya no podemos conformarnos con las buenas intenciones, con los buenos sentimientos. Porque, de igual forma que, si queremos conseguir una buena musculatura abdominal, además de leer el correspondiente manual teórico, tendremos que entrenar de forma habitual; si queremos comportarnos de forma ética, deberemos también practicar diariamente. Al escribir ahora sobre esa secuencia clave en el proceso ético: primero pensar, después decidir, y finalmente actuar; recuerdo con especial emoción el lúcido cortometraje «Bastille» de Isabel Coixet, en el que el protagonista, después de volver a pensar y de decidir comportarse éticamente con su esposa (a la que ya no ama, pero a la que decide dedicarse en cuerpo y alma para acompañarla en sus últimos meses de vida) sufre tal transformación emocional que «de tanto comportarse como un hombre enamorado, volvió a enamorarse» ¡Qué maravilla!

Los seres humanos tenemos el enorme poder y la gran responsabilidad (individual, grupal y comunitaria) de decidir qué emociones y qué conductas queremos contagiar y sembrar en nuestro entorno.

Reflexionemos, por tanto, con sosiego y valentía; y preguntémonos: ¿Es ético contagiar desánimo, pesimismo, y miedo a nuestros hijos? ¿Es ético sembrar insultos, mentiras, y humillaciones en redes y actos sociales? ¿Cuál es, honestamente, nuestro objetivo, cuando lo hacemos? ¿Desahogarnos? ¿Ganar un combate? ¿Burlarnos de otro ser humano? ¿A qué precio? ¿Pueden existir maneras más éticas, más inteligentes, más saludables y más solidarias para gestionar nuestras emociones y para relacionarnos con los demás? Afortunadamente, las neurociencias llegan con buenas noticias. Richard Davidson, neuropsicólogo, afirma contundente: «La base de un cerebro sano es la bondad y la bondad se puede entrenar» ¡Magnífico! Yo decido qué

entrenar, qué emociones transmitir y qué conductas convertir en hábitos. Yo decido.

Para acabar, permítanme una sintética propuesta de conductas éticas para este recién iniciado 2019; para intentar, mediante el entrenamiento que convierte una conducta esporádica en un hábito, que: «De tanto comportarnos como seres humanos éticos (armonizando mi bienestar con tu bienestar), mejoremos física, emocional, social y espiritualmente»: sonreír (probablemente el mejor y más económico tratamiento de belleza disponible); preguntar (mucho más saludable y eficaz que suponer o que culpar); escuchar (uno de los mejores métodos conocidos para aprender cada día y para resolver situaciones difíciles); empatizar (ponerse en el lugar de la otra persona, para poder entender sus objetivos y sus deseos, sus miedos y sus alegrías, sus emociones y sus razones); cooperar (muchísimo más provechoso que competir: comprueben los prodigiosos efectos de practicar con su hijo el juego de las paletas playeras, intentando, en lugar de ver quién gana a quién, sumar juntos la máxima puntuación posible sin que la pelota caiga al suelo); facilitar procesos y cambios (con humildad y sencillez); y finalmente, centrarnos en el sí (para construir cambios y alternativas éticas a partir de lo que sí queremos lograr, lo que sí hacemos bien, lo que sí nos gusta) en sintonía con lo que sabiamente afirmaba Teresa de Calcuta: «No estoy en contra de la guerra, estoy a favor de la paz». Ya no es suficiente con el no, necesitamos construir con el sí.

¿Una recomendación? La lectura (y puesta en práctica) de '¿Para qué sirve realmente la ética?', el excelente y didáctico libro escrito por Adela Cortina, publicado por Paidós, que ha estado en el origen de este artículo.