



ENTREVISTA

“Una de las condiciones de la felicidad es vivir obsesiones sucesivas”

Eduardo Punset ha sido ministro y conseller de la Generalitat de Catalunya, pero ya cuando ejercía como político se adivinaba que duraría lo que tardase en aburrirse. En realidad, la vida de Punset es una sucesión de aventuras apasionantes de las que ha extraído las lecciones que ahora cuenta en “El viaje a la felicidad”, un ensayo que va camino de convertirse en best seller

Texto de **José Martí Gómez**Fotos de **Carlos González Armesto**



Eduardo Punset, con un libro de Charles Darwin, un autor que aportó ideas fundamentales al conocimiento



ENTREVISTA EDUARDO PUNSET

El personaje me fascinó cuando llegó a la Conselleria d'Economia con el gobierno Tarradellas: lucía una pelambarrera que por estos pagos era insólita; de su cuello colgaba siempre, hiciese frío o calor, una larga bufanda de color granate; tenía un aire a lo Guillermo Brown, esto es, entre tímido y travieso. Y sobre todo, utilizaba un lenguaje a un tiempo divertido, descarado, europeo.

La bufanda, me explicó paseando una tarde por el Palau de la Generalitat, al que definió "tal vez como el palacio civil más bello de Europa", empezó a usarla como toque de coquetería. Luego descubrió que le iba muy bien porque por el cuello es por donde circula más sangre, y a él, propenso a resfriados por tener un gen bronquítico, la bufanda le preserva de catarros. Lo del lenguaje desinhibido, lo del porte travieso, le venía de sus muchos años en el extranjero, una larga década de ellos en el Londres de los Beatles, Carnaby Street, la minifalda, el free cinema y la generación airada.

Hablando con él se intuía que duraría poco en política. Duró el tiempo que tardó en aburrirse. De la Generalitat pasó a Madrid como ministro de Relaciones con la Comunidad Económica Europea. Fue en ese nuevo estadio de su vida cuando le volvió a ver una mañana de octubre de 1980.

Un millar de dirigentes empresariales le esperaban en el salón Catalunya del hotel Princesa Sofía. El IESE celebraba su vigésima asamblea. "Hola, chico, aquí me tienes en el papel de zombi por la vida", me saludó al entrar entre empujones de agentes de seguridad y empresarios que le ofrecían su tarjeta de visita o le estrechaban la mano mientras decían "a tus órdenes, ministro", frase que a Punset debía de parecerle obscena por lo que tenía de reminiscencia de la época que acababa de fenecer.

—¿De qué tengo que hablar? —le preguntó a José Antonio Linati, que llevaba la batuta del acto.

—Tú no tienes que hablar de nada —le respondió Linati.

—¿Y entonces a qué he venido y qué hace aquí toda esa gente?

—Esperan que respondas a sus preguntas en el coloquio.

—Ah.

Llegó el coloquio, y Punset no me defraudó. Era ministro actuando en el salón de un hotel de lujo, pero mentalmente seguía siendo el Guillermo del cobertizo. Les dijo a los empresarios:

—No tengo prisa y estaré el tiempo necesario contestando evasivamente las preguntas que quieran hacerme.

Veinticinco años después, nos hemos reencontrado.

Cumplió su palabra. No les respondió a nada de lo que le preguntaron.

¿Ah, no?

No. Lo curioso es que los empresarios salieron contentos, felicitándose del ministro que teníamos.

Qué bien, ¿no? La felicidad es un bien que muchas veces sale barato.

Dejó la política, se abrió a la divulgación de la ciencia a través del programa televisivo "Redes", que ya cumple diez años en antena, y ahora publica en Destino un libro que va por los cien mil ejemplares: "El viaje a la felicidad".

Es un ensayo que se está vendiendo como una novela.

Ha sonado un móvil. Un lector le ha dejado un mensaje: "Un poco de ciencia nos aparta de Dios y mucha ciencia nos acerca".

¿Y usted qué cree?

Que es una cuestión que tiene menos importancia de la que la gente le atribuye. Prefiero ahondar en el origen de la vida, pero también me parece evidente que la idea de Dios, que nace en un momento determinado de la evolución, y las religiones que le siguieron cumplieron un papel reconfortante en el sentido de que el homínido, absolutamente desamparado, podía contar con una explicación.

En su libro plantea la paradoja de que los

"Prefiero ahondar en el origen de la vida, pero me parece evidente que la idea de Dios cumplió un papel reconfortante para el homínido desamparado"

avances de la ciencia dan al ser humano más bienestar que nunca, al tiempo que la propia ciencia avanza en investigaciones que son un riesgo para la vida planetaria.

Los avances tecnológicos lo que están haciendo es ampliar el ámbito de la ciencia. Cada vez hay más cosas que se pueden medir. Las emociones, por ejemplo. Hace años no había ni ecografías ni resonancias magnéticas. En el tema de las emociones, la ciencia no entraba. El problema específico es que el pensamiento y también las religiones descartaban las emociones y la felicidad como objeto de estudio y como punto de referencia en los comportamientos. En un país como España, donde ha habido tantas insolencias, empezando por la ausencia de una verdadera Ilustración y una revolución científica, me parece exagerado fijarse más en los peligros potenciales del desarrollo científico, que los hay, que en los vacíos, los problemas enormes que crea el no haber ayudado a la comprensión pública de la ciencia. Sigo creyendo que el gran peligro es el predominio del pensamiento ideológico, dogmático, frente al método científico. La vigencia increíble del pensamiento prepotente que no acepta fácilmente someter a la experimentación, a la prueba, a la medición, las hipótesis ofrecidas.

¿Qué sabemos hoy de las emociones?

→



ENTREVISTA EDUARDO PUNSET

“Darwin tenía razón: el espíritu de supervivencia ha sido el motor de la vida. No creo que, dándose las condiciones adecuadas, nadie se canse de vivir”

→ Cuando llegamos al mundo, el único conocimiento con el que conectamos es el genético, el heredado, el miedo a las serpientes y a las arañas y...

¿Por qué serpientes y arañas?

Porque nuestros antepasados tuvieron que aprender, para poder sobrevivir, que las serpientes y las arañas eran peligrosas y debían evitarlas. Esa lucha por la supervivencia dotó a la especie humana de conocimiento genético. Parte de ese conocimiento es el emocional, la media docena de emociones darwinianas: el miedo, la ira, la repugnancia... La paradoja es haber intentado excluirlas, constantemente, del aprendizaje. Todavía me hago cruces de que en las escuelas no se enseñe cómo se pueden gestionar las emociones algo mejor que hace sesenta mil años. Han sido los departamentos de recursos humanos empresariales, antes que la política y la propia sociedad, los que se dieron cuenta de que en este aspecto había un vacío enorme y que a lo mejor les podía servir en el mundo laboral una mejor gestión de las emociones. Ante el error, para mí inexplicable, del olvido del aprendizaje de las emociones, sólo encuentro una explicación: la vida era muy corta, y con una esperanza de vida de cuarenta, cincuenta años, se trataba de sobrevivir, y todo lo que va parejo con los temas de la felicidad, de las políticas de mantenimiento, de colmar estos déficit, sólo se plantea cuando la esperanza de vida se triplica, cosa que ocurre en los últimos años.

Usted se hace eco de las palabras del pintor Antonio López definiendo el siglo XX como falto de esplendor...

Es la visión de un espectador deprimido, alicaído, que no disfruta porque todavía está ponderando si tenemos derecho a ser felices cuando los científicos están descubriendo algo curioso: todos los pájaros cantan para delimitar territorio o aparearse, pero algunos pájaros cantan mucho mejor y de manera más sofisticada de lo que sería necesario por razones puramente evolutivas. ¿Por qué? Porque disfrutaban cantando.

Usted cuestiona en el libro la capacidad de los gobiernos para hacer frente al cambio que representa la prolongación de los años de vida. Un coste social para el que las sociedades no parecen estar preparadas.

Es uno de los grandes temas del futuro. Por eso me gusta el Londres de hoy, tan parecido al de los años sesenta, cuando yo vivía allí. Un Londres con un nivel exacerbado de autocritica que cuestiona los grandes temas, que está inmerso en la búsqueda de intentar descifrar lo que serán grandes problemas del futuro y cómo afrontarlos. Y el coste social de esa prolongación de la vida es uno de los temas de futuro. De pronto, hemos descubierto que no estamos programados para morir. Que no existe un gen encargado de decir “a partir de hoy se acabó lo que se daba”. Hoy sabemos que la muerte es simplemente un compromiso entre las agresiones que sufren diariamente las células y la capacidad reparadora que tienen las mismas células. Poco importa si la esperanza de vida se prolongará ciento veinte, doscientos, cuatrocientos años... Lo importante es que sabemos que se puede incidir sobre ese compromiso y que por lo tanto el problema se va a plantear mucho antes de que los gobiernos adopten soluciones para poder adaptar la vida social y política a una situación en la que la gente tendrá cincuenta, o cien, o doscientos años de vida redundante, en términos evolutivos.

¿No será aburrido vivir tantos años?

Cuando miras la evolución de las especies ves que en todas hay dos grandes instintos

que son casi abacadabrantes: el instinto reproductor, el de la perpetuación de la especie, y el instinto de sobrevivir más tiempo del que te ha tocado en suerte. Darwin tenía razón: el espíritu de supervivencia ha sido el motor de la vida. No creo que, dándose las condiciones adecuadas, nadie se canse de vivir.

¿Sabemos ser felices, nos educan para ello?
No.**¿Caemos en el error de creer que somos felices si podemos consumir?**

Sí. Es un error no darse cuenta de que una cosa es el consumo de productos, legítimo porque crea puestos de trabajo y niveles de renta más elevados, y otra cosa totalmente distinta es la felicidad individual. Sólo cuando la gente vive en la miseria el dinero, los productos de consumo, son equivalentes a la felicidad. Pero una vez garantizado un promedio de bienestar, que hoy la tecnología debería poder garantizar a todo el mundo, el tema de la felicidad es otra cosa.

¿Qué se necesita para ser feliz?

Proponérselo.

Hombre... Si fuera así de sencillo, ¿habría gente infeliz? Hay veces que el entorno nos impide ser felices, ¿no?

Usted y yo llevamos toda la mañana fumando. Yo, mis cigarrillos; usted, su puro. Somos felices conversando y fumando pese a que no paran de advertirnos de que fumar es un riesgo para nuestra salud porque está probado que el tabaco es uno de los factores de agresión a nuestras células. Ocurre que, contra lo que se cree comúnmente, más salud no incide en mayor felicidad. Sí inciden las relaciones, y el hecho de fumar mientras conversamos nos hace felices no tanto por el impacto de la nicotina en nuestros organismos como por la ausencia de miedo.

La ausencia de miedo ¿es un factor que incide en la felicidad?

Sí.

¿Y usted cree que en este país hay miedo? →



ENTREVISTA EDUARDO PUNSET

→ Veo una contradicción alarmante entre los espectaculares índices al alza del crecimiento económico en el mundo occidental en los últimos cincuenta años y un estancamiento relativo de los índices de felicidad. ¿Por qué? Porque la felicidad tiene que ver con comportamientos genéticos y sociales. Hoy sabemos que las relaciones personales inciden de manera significativa en los niveles de felicidad. Prácticamente es el único factor externo. Si creo que en este país hay miedo, me pregunta usted... Nadie habla de los factores biológicos y emocionales en las conductas. A niveles individuales hay más miedo y muchos más trastornos mentales de lo necesario. En Estados Unidos el coste de las enfermedades psíquicas representa en torno al 3,5% del producto nacional, cifra similar al sacrificio que Occidente debió encajar al inicio de los años setenta con la primera gran crisis energética. En el listado de amenazas potenciales los desequilibrios mentales están por encima de la amenaza del cáncer.

De eso no se habla...

No. En la vida de la pareja, que debiera ser un cauce para aumentar los niveles de felicidad, siguen dándose demasiados casos de fuente de sufrimiento, y parte de ese sufrimiento se podría evitar si estudiáramos y dedicáramos recursos a descubrir el porqué, porque eso no tiene que ocurrir necesariamente. Se calcula que el 10% de la población sufre depresiones, inestabilidades psíquicas importantes, depresiones que afectan a su comportamiento y a sus relaciones con los demás. Cuando hablas con psiquiatras, con psicólogos, descubres que ha existido un descuido atroz con esa parte enferma de la población. Pero es que en el otro 90% que se cree psíquicamente normal la ciencia moderna está descubriendo que simplemente imaginando amenazas pones en marcha unos procesos biológicos de descarga hormonal que podrían llevar a la gente hacia ese 10% de que hablábamos. Y sobre esto no se hace nada pese a que hoy sabemos por qué se dan muchas conductas agresivas. Hay pis-

“En el listado de amenazas potenciales, los desequilibrios mentales están por encima del cáncer”

tas más que suficientes para tomar decisiones antes de que un adolescente apuñale a otro.

A los políticos les da un buen repaso en su libro... Gestores de la ignorancia, les llama.
Lo digo sin ánimo de recriminación.

Si llega a tenerlo... Dice que se requeriría que fuesen más sensibles, ejemplarizantes, solidarios y democráticos.





ENTREVISTA EDUARDO PUNSET

→ Lo que quiero decir es que no debemos creer que políticos, empresarios, medios de comunicación gestionan el conocimiento, porque no es así. La comunidad científica también aporta unas pistas importantes en este sentido. Por ejemplo: saques las consecuencias que saques del viejo debate sobre naturaleza y entorno, lo que está comprobadísimo es que una persona metida en un entorno mafioso, opaco e insolidario no se comportará de manera decente. Para comportarse de forma solidaria, y eso vale para la credibilidad política, el individuo ha de tener confianza para poder preguntar qué pasa y ha de saber que no le mentarán en la respuesta. Sólo de darse esa actitud el individuo invierte en la comunidad más que en sí mismo.

¿Qué quiero decir con esto? Que si no puedes fiarte del político, no te fiarás del vecino, y si no te fías de ninguno de los dos, no se generará un entorno que facilite al individuo mayores índices de felicidad.

¿La felicidad es una emoción transitoria?

Claro. Es un estado efímero de bienestar.

¿Hemos de invertir en felicidad?

Por supuesto. Hoy sabemos que incluso cuando una persona toma una decisión lógica, racional, es una decisión contaminada por una emoción. Hace poco que se acepta que sin emociones no hay proyectos. En el inicio de cualquier actividad hay una emoción. Sabemos también que al final del trayecto ocurre lo mismo: reaparece la emoción para poder decidir en un sentido u otro. Miremos de quién hemos heredado el sistema límbico, porque uno de los aspectos más fascinantes de la especie humana es su cerebro tripartito heredado de los reptiles con todo el complejo de gestión de las emociones. Tenemos un cerebro integrado en el que la comunicación de lo emocional a lo racional es una autopista señalizada, mientras que las comunicaciones de la razón con las emociones —no fumes, no te drogues, no...— son caminos vecinales.

¿Qué podemos aprovechar del pasado para

“Si no puedes fiarte del político, no te fiarás del vecino, y si no te fías de ninguno de los dos, no se generará un entorno que facilite al individuo mayores índices de felicidad”

gestionar las emociones algo mejor que hace sesenta mil años?

El proceso de búsqueda, más que la consecución del producto, es algo que ha divertido a los animales, les ha dado vida, les ha hecho felices a su manera. No vayamos con la filosofía del aquí te pilló, aquí te mato. Disfrutemos del proceso de búsqueda, de la importancia de los detalles.

Cuando hablé con usted la primera vez me pareció un extraterrestre.

Sigo siéndolo.

Se aburrió pronto de la política...

Ocurre que creo que estamos en un mundo interdisciplinar y que una de las condiciones de la felicidad es vivir obsesiones sucesivas. No siempre la misma emoción. Para mí, esa es una de las condiciones de la felicidad. Los cambios culturales son los más complejos, lentos. Diría que son casi morosamente genéticos en su forma de producirse. En política, que es cultura, se dan pocas veces ráfagas en las que un extraterrestre disfruta sin estar sometido a las jerarquías necesarias, a la complejidad de la maquinaria.

Y se fue...

Como también me fui de la economía.

Desde que hemos empezado a hablar no ha

parado de trazar rayas sobre el bloc. Rayas de todo tipo...

Tengo poca confianza en el lenguaje. No es cierto que la gente se entienda hablando. Hablando, la gente se confunde. El lenguaje ha sido un instrumento constante de manipulación.

¿Y las rayas sobre el papel mientras habla...?

Los matemáticos saben de la trascendencia de una raya. Una raya expresa un hecho que define nuestra existencia: hay fenómenos irreversibles que sólo van en una dirección. El primero de ellos es el tiempo, que no tiene vuelta atrás.

Ha vuelto a fijar su mirada en la hoja de papel en la que iba trazando rectas y curvas. Ha dicho, mientras daba forma a un triángulo isósceles: “Sin imperfección no hay belleza”. Antes, al tiempo de trazar un círculo, comenta que un científico extranjero le ha dicho que en el futuro la ciencia se recluirá en centros que tendrán mucho de monasterios. Una larga pausa. Lentamente, Punset traza sobre la hoja de papel una semicircunferencia atravesada por una línea recta. Da una calada al cigarrillo. Observa el trazo. Levanta la vista.

—No... Hay gente que sólo se fía del lenguaje, y creo que se equivoca.

Acepto todo lo que me dice sobre invertir en felicidad, en los muchos años que viviremos sin cansarnos de vivir, etcétera. Pero ¿cómo conseguir vivir en plenitud sin que nos castiguen la enfermedad mental, el deterioro de la vejez...?

Se trata de no perder nunca la curiosidad.

¿Y si la perdemos?

Entonces nos pasará por encima la apisonadora.

Espero volver a vernos dentro de cien años.

Eso espero.

Mientras fumamos podremos planificar qué hacer en los cincuenta años siguientes.

Como mínimo.