

EL HOMBRE LIGHT

Enrique Rojas Montes(Granada 1949) es un médico español catedrático de psiquiatría de la Universidad de Extremadura en excedencia. Sus trabajos de investigación se centran en dos temas: las depresiones y la ansiedad. Sus ensayos han abordado la sexualidad, las crisis conyugales y la voluntad.

Rojas es autor de varios libros de autoayuda, ensayo, artículos periodísticos y otros textos.

Una constante en su pensamiento es la búsqueda de la felicidad. Desde su punto de vista, una vida lograda exige afrontar adecuadamente algunos de los siguientes problemas que afectan a la sociedad actual: el hedonismo, la permisividad, el nihilismo, la promiscuidad sexual y el relativismo. Esta lucha se expone de forma clara en sus ensayos como *El hombre light*, *Remedios para el desamor*, *Los lenguajes del deseo* y otros. Entre sus recientes trabajos, *Adiós, depresión*, aborda en un tono divulgativo el tema de los trastornos depresivos.

Detengámonos en el libro que le ha dado más popularidad: *El hombre light: La importancia de una vida con valores*. Fue publicado en 1992.

El hombre light es un producto de nuestro tiempo que aún no ha experimentado la paz interior y la felicidad. Enrique Rojas nos da las claves para conseguirlas.

El autor define al hombre light como un ser sin esencia, que se rige en base a cinco características principales:

1 - Permisividad

Todo está permitido. No existen límites. El hombre light no tiene sus valores definidos, ya que éstos representan fronteras que moderan nuestras acciones. El respeto, la fidelidad o la honestidad, no son otra cosa más que límites que nos imponemos a nosotros mismos.

2 - Relativismo

Para el hombre light no existe ni el bien ni el mal, ya que todo depende del enfoque con que se percibe la realidad. En otras palabras, el hombre light es un ente amoral. Un manojo de instintos y deseos sin un sentido. Al no existir una diferenciación entre lo correcto y lo incorrecto, nos sumergimos en un estado de absoluta indiferencia.

3 - Consumismo

Cultura del exceso. El hombre light es poseído por sus pertenencias. La meta única del hombre es tener más; sin embargo, al ser permisivo y no tener límites ni un objetivo definido claramente, su ambición nunca podrá ser satisfecha, lo que terminará por arrastrarlo a una profunda depresión.

4 - Materialismo

Vivimos en un mundo plástico donde todo es desechable y no existe trascendencia. Los ámbitos espirituales y culturales son ignorados; lo único que tiene un valor, es aquello que tiene un precio. El dinero es el valor más grande de todos.

5 - Hedonismo

El hombre light solo tiene interés por vivir el instante inmediato. Para él, el placer y la comodidad son sinónimos de la felicidad. El mundo gira alrededor del hombre light, y la realidad existe tan solo para satisfacer sus necesidades. El orgasmo es la mayor felicidad de todas.

El conjunto de la enseñanza de Rojas Montes se puede resumir así: “*La felicidad es la máxima aspiración del hombre, hacia la que apuntan todos los vectores de su conducta, pero si queremos conseguirla, debemos buscarla*”.