

## La herencia emocional. Un viaje por las emociones y su poder para transformar el mundo [Riera, R., 2019]

### Emotional inheritance. A journey through emotions and their power to transform the world [Riera, R., 2019]

Lucía Blanco Rejas

Sociedad Forum de Psicoterapia Psicoanalítica  
Sección Española de la Asociación Internacional para la Psicoterapia y el Psicoanálisis Relacional  
(IARPP-E)

Reseña del libro de Riera, R. (2019). *La herencia emocional. Un viaje por las emociones y su poder para transformar el mundo*. Barcelona, España: Planeta.

El libro *La herencia emocional, un viaje por las emociones y su poder para transformar el mundo*, escrito por Ramón Riera, es una historia novelada de la evolución humana, de la creación de valores y su relación con el mundo emocional.

El libro bebe principalmente de dos fuentes aparecidas a finales del siglo XX. Son pues, relativamente recientes:

1. Una de esas fuentes son informaciones recogidas en el estudio empírico llevado a cabo por científicos sociales, que constituyó La Encuesta Mundial de Valores (EMV). Se trata de cuestionarios de preguntas que “exploran de forma sistemática y continua los valores que tiene la gente en la mayoría de los países del mundo” (p. 93). Con ellos se puede conocer qué es lo más importante para las personas, qué es lo que menos les interesa, cuál es el estado emocional más usual de la gente y su relación con el nivel económico, y cómo todo ello se va transmitiendo a las siguientes generaciones. La EMV tiene como referencia que los valores en los que estamos inmersos significan nuestro modelo de vida, denotan cómo influimos y somos influidos.
2. Otra fuente procede de los estudios empíricos que se hicieron a finales del siglo XX sobre el desarrollo psicológico del niño, desde el nacimiento hasta llegar a la edad adulta, y de cómo el desarrollo emocional va promoviendo los valores. En estos estudios se pudo observar cómo se pasó de una perspectiva tradicional (en la que se educaba al niño para que tuviera el control de sus instintos y fuera obediente a las normas de la cultura del entorno en el que nacía), a la perspectiva de entender qué condiciones son las más adecuadas para que el niño obtenga un modelo de base

segura, al decir de Bowlby, y llegue a la edad adulta habiendo conseguido capacidades de relación, de seguridad, de compartir, de aprender a sentir y regular sus emociones, de explorar el mundo con ganas de vivir e ilusionarse.

Dedica el autor mucho interés al tema de las emociones y los amplios desarrollos en el conocimiento de la conexión emocional. Afirma que no siempre las emociones aparecen como visibles a nuestros ojos. Solo cuando dejan de ser invisibles es cuando las podemos conocer y/o modificar. La adquisición de los valores y creencias nos pasa desapercibida, es como algo invisible para nosotros. Vivimos de tal forma sumergidos en ellos que, cuanto más arraigadas estén nuestras convicciones, es probable que tengamos menos conocimiento de su influencia en nuestro comportamiento. Pero no tener conciencia de las emociones produce efectos devastadores. Por ejemplo, sentimos la pérdida de una persona, eso significa que echamos de menos el contagio emocional de su mundo de valores, de su protección, de su reconocimiento, de la seguridad, de la defensa de intereses comunes.

Riera escribe sobre el conocimiento que tenemos, por los estudios actuales de la neurociencia, de que el cerebro recibe y graba de forma más profunda y duradera la información que le llega si está más conectada con la vivencia de emociones. De hecho, se explicita en el libro cómo la experiencia de los grupos fue la que determinó que era preferible transmitir valores mediante el contagio emocional, porque era más eficaz su consolidación por este medio que a través del lenguaje oral. Y es que, efectivamente, es el contagio emocional el que influye en la transmisión de los valores a las siguientes generaciones. Es lo que el autor denomina la herencia emocional. “El contagio emocional es la mejor forma de transmitir la manera de reaccionar” (p. 13). Afirma que “Aceptar la vulnerabilidad humana significa aceptar que las convicciones emocionales de nuestro entorno, junto con los modelos de conducta que nos rodean, pueden determinar nuestras reacciones sin que nos demos cuenta” (p. 75). Sin embargo, añade,

la aceptación de la vulnerabilidad y el hecho de presentarla como deseable y saludable, es un valor muy reciente que, paradójicamente, no ha podido emerger hasta que la seguridad de la sociedad del bienestar nos ha hecho sentir menos vulnerables. (p. 156)

Plantea que “El estilo de vida de las sociedades avanzadas potencia la capacidad biológica de los humanos para conectar emocionalmente con la propia vulnerabilidad y la de los demás” (p. 226).

Durante la lectura del libro hay ejemplificaciones del contenido del tema que el autor trata, y lo hace representándolo mediante personajes históricos: la evolución humana, los *sapiens* y cómo lograron supervivir de entre todos los *homos*; Adán y Eva y las consecuencias de la trasgresión; el rey Hammurabi y su primer código de valores; la aparición de la imprenta; Cervantes y el Quijote; Madame Bovary, la mujer que pudo aprender a sentir gracias a las lecturas; Sigmund Freud y el descubrimiento de los estados emocionales invisibles; Franco el héroe sin miedo; Bowlby y la subjetividad; Winnicott y el falso self; Stolorow y la intersubjetividad, etc.

He encuadrado lo que este libro aporta en 7 capítulos, cuyos títulos no coinciden con los que aparecen en el libro. Se trata de un resumen de los temas tratados por el autor y que me han parecido de mucho interés.

### La evolución de los seres humanos y sus valores

Cuando los *sapiens* se hacen nómadas y se expanden, crean valores esenciales en torno a dos ejes centrales: la obediencia y el respeto a la autoridad. Es muy interesante leer en el libro cuáles y cómo se fueron desarrollando estos valores. Como ejemplo de algunos de ellos: la mujer es inferior al hombre por eso ha de obedecerle; los niños nacen salvajes y hay que domesticarles a base de castigos y escarmientos; aparecen las diferencias entre ricos y pobres, con graves exigencias a estos últimos; la libertad es mala porque lleva al desorden; y un largo etc. (p. 41)

Se describe cómo coexistieron varias especies humanas, pero de todas ellas solo el *Homo sapiens* sobrevivió. Sobre por qué esta especie sobrevivió, el autor da varias razones:

- La transmisión de las emociones fue hecha de padres a hijos. Eso marcó una forma de estar en el mundo.
- La capacidad de formar grupos colaboradores y organizarse para conseguir objetivos comunes. En esto hay consenso en la comunidad científica de que “los *sapiens* existimos gracias a los valores que regulan nuestras relaciones.” (p. 28)
- Las habilidades conseguidas gracias a la cohesión grupal.
- El hecho de tener un cerebro más grande, lo que dio lugar a tener capacidad de simbolización. Eso supuso hechos como poder imaginar, saber anticipar el futuro, prevenir acontecimientos y, sobre todo, considerar la existencia de la muerte. Para superar este hecho buscaron valores enraizados que diesen sentido a la vida.
- La formación de tribus con intereses y convicciones emocionales conjuntos. Y organizaron fiestas y danzas en las cuevas donde habitaban, las pintaron, y los padres llevaban allí a los hijos donde se contaban historias y se invocaba a los dioses protectores. Eso fue nuevo, no se había dado nunca entre animales. Todo eso llevó al contagio emocional del grupo y a que se diera la herencia emocional en la transmisión de valores y sentimientos de padres a hijos, sobre todo que la vida tenía sentido. Y los hijos aprendieron a sentir lo mismo que los padres, creando entre todos una fuerte cohesión y unidad de grupo.
- Los adultos actuales también organizamos fiestas e incluimos a nuestros hijos para que los valores que tenemos pasen a formar parte de nuestra cultura, igual que hacían los hombres de las cuevas que organizaban fiestas y llevaban a los niños para que las presenciaran.
- Pero esos valores creados dieron lugar a que los intereses del grupo predominaran frente a los intereses personales, estando por encima la cohesión del grupo a la identidad individual, al criterio de la propia subjetividad. Todo ello serviría como protección frente a las amenazas de otras tribus y, lo más importante, para la supervivencia y expansión del grupo.

- Aprendieron a tener conciencia del valor del amor y poderlo transmitir a las siguientes generaciones. Y se crearon valores de satisfacción y orgullo de uno mismo, de seguridad y vitalidad, de cómo para ser amado era necesario ser colaborador porque de lo contrario, ser insolidario supondría el rechazo y la exclusión del grupo.
- También aparecieron valores como la vergüenza, la culpabilidad, la desprotección frente a peligros exteriores. Estos valores de colaboración grupal no existían entre los chimpancés. Por ejemplo, ellos no recolectaban juntos y no tenían sentimientos de vergüenza ni de rechazo por eso. Sabemos que los niños necesitan a los adultos para poder obtener un desarrollo. No les pasa eso a los bebés de los chimpancés, ya que la madre ha de cuidarlos para que los padres no pueden agredirles e incluso comérselos.
- Las religiones tuvieron y siguen teniendo un poder importante a la hora de la unidad grupal: dioses comunes, rituales comunes.

Es claro, por todo ello, que los *sapiens* tuvieron un sentimiento práctico de la supervivencia, aprendiendo nuevas formas de alimentación a base de carne de animales y recolección de vegetales y cómo, dependiendo de la abundancia o escasez de éstos, se disponían a cambiar de sitio. Merced a eso se extendieron por todo el mundo aumentando demográficamente de forma considerable.

Cuando aprendieron nuevas formas de cultivo y regadío, se hicieron agricultores sedentarios y construyeron formas de almacenamiento, el momento de la instauración de la revolución agrícola. Todo ello requirió la creación de nuevos valores autoritarios en torno a la jerarquización, así unos obedecían a unos pocos para mantenerse organizados. A cambio de la sumisión, recibían protección, era lo normal para ellos, imposible plantearse lo contrario. También cuando desobedecían aparecieron nuevos valores, uno de ellos el castigo a la desobediencia ya que los dioses la castigaban. Y por ende, el valor de la consideración emocional del respeto a la autoridad: el padre, el rey, Dios. De ahí que se instauraran dos nuevos valores: la obediencia y el respeto a la autoridad.

Cuando aparecieron los *sapiens* dotados de un cerebro que tenía un diseño especial que podía imaginar y simbolizar cosas aunque no estuvieran a la vista, con el que podían pensar en cosas pasadas y en acciones futuras, y podían disfrutar compartiendo recuerdos y emociones mediante palabras, resultó lo nunca visto. Fue de mucha trascendencia para la evolución de la humanidad.

Efectivamente, el desarrollo del cerebro posibilitó una organización de las relaciones humanas a través de la lectura de la mente de los otros, de la interconexión de las emociones y la confianza o desconfianza en el sistema de colaboración hacia los otros a la hora de formar grupos cohesionados.

### **Las emociones y la creación de valores**

¿Quién crea los valores, el grupo o el individuo? El autor considera que es notorio que los valores que están acompañados de componentes emocionales no los crea una persona sola, es el grupo en función del interés, o la necesidad de cohesión y mutualidad, o de potenciar creencias, el que los instaura.

Los humanos no hemos prestado una atención especial a lo que sentimos, siendo esto lo que desempeña un papel principal en nuestro modo de comportarnos. Es en la actualidad y con las investigaciones de la neurociencia cuando hay una especial atención hacia el mundo de las emociones: se escribe sobre la historia de las emociones, hay revistas especializadas en emociones, centros de investigación sobre emociones, etc. Gracias a ello podemos conectar con nuestras propias experiencias subjetivas y podemos diferenciar entre lo que se espera que sintamos y lo que sentimos realmente.

¿Por qué la humanidad se desconectó de las emociones? Riera plantea algunas hipótesis: la amenaza de morir de hambre; las guerras padecidas a lo largo de la historia de la humanidad; las experiencias extremas de violencia, las grandes catástrofes y la jerarquización de las relaciones con el otro.

Son experiencias profundamente dolorosas que han provocado la desconexión y el bloqueo defensivo de emociones insoportables. Porque sólo siendo héroes sin tener miedo se puede llegar a ser líderes. Un ejemplo de esto, puede ser la escasa consideración que siempre se tuvo hacia el sufrimiento horrible de los soldados. Me permito añadir de mi cosecha el interesante libro de Bessel van der Kolk (2015), acerca de las investigaciones llevadas a cabo sobre el trauma sufrido por los soldados de la guerra de Vietnam.

Sentir emocionalmente el sufrimiento sólo puede aparecer cuando estamos en una situación tal que nos resulte soportable sentirlo. Si no, nuestro cerebro utilizará la desconexión de la experiencia insoportable, lo que llamamos disociación. Pensemos en situaciones de vergüenza, de miedo intenso, de tristeza extrema, de gran vulnerabilidad, en situaciones de sumisión como forma de supervivencia... Cuando esas situaciones son intolerables las desechamos fuera de nuestra mente, quedan secuestradas, o amputadas de la propia subjetividad, nos disociamos, borrando así parte de lo sentido. Sólo se manifestarán cuando nuestro cerebro siente que está en un ambiente de seguridad, de no amenaza, de libertad. Es entonces cuando se puede sentir el miedo, o la vulnerabilidad sin estar en peligro, y por tanto se tiene la capacidad de tolerar la conexión con el hecho traumático. Un factor que contribuya y facilite será el sistema de valores imperante en el entorno determinado.

## **La empatía**

Mención especial tiene para este autor la palabra empatía. Nació en los comienzos de la revolución industrial, a principios del siglo XX, en Estados Unidos, y Titchener (1929/1972) la incluyó en su libro de psicología experimental, pero apenas se usó fuera de círculos intelectuales hasta muy a finales de siglo.

Riera la define como la capacidad de sentir lo que siente el otro y contagiarnos con eso que siente el otro debido a la activación de las llamadas neuronas espejo: “yo siento que tu sientes lo que yo siento”. El autor se plantea por qué la palabra empatía no se popularizó antes, siendo tan importante como se ha demostrado que es, y desarrolla una extensa explicación sobre el significado de la empatía.

Y es que, para que una persona haga suyo un valor, es necesario que ese valor resulte útil en el contexto donde se vive, ¿para que servirá la libertad en una familia jerarquizada? ¿para qué servirá la conexión con uno mismo, sentir dolor, rabia e impotencia, si el valor obediencia es el supremo? Mejor no sentir. ¿Para qué sirve ser

libre si luego no hay donde poder elegir? ¿Para qué les hubiera servido a los pueblos nómadas el valor de adquirir riqueza si tenían que desplazarse con ella?

En ese contexto pudieron ser todos iguales, no hubo pobres ni ricos. Las diferencias sociales aparecieron cuando los pueblos se hicieron sedentarios, ahí empezaron las diferencias entre ricos y pobres. Pero en ese momento esas diferencias fueron naturales, para eso estaba el valor de la autoridad y la obediencia absoluta.

### **La sociedad industrial y el cambio en el sistema de valores**

Con anterioridad a la sociedad industrial, más del 90% de la gente vivía en una situación de pobreza extrema. Fue la llegada de la sociedad industrial lo que supuso un gran cambio en el sistema de valores. Se promovieron valores que el autor denomina emancipadores, sobre todo, el poder conectar la persona consigo misma y que apareciera la expansión de los valores que se basaban en la libertad.

Hubo grandes cambios en el trato a los niños. Anteriormente no hubo conciencia social de cómo un niño podía ser lastimado emocionalmente y a veces de forma irreversible y para siempre. Al contrario, se tenía la idea de que los niños pequeños no se daban cuenta de lo que sentían, ni de lo que pasaba a su alrededor. En la prevalencia de los valores tradicionales, se imponía lo que teníamos o no que sentir, venía obligado por el sistema de transmisión de valores y eso parecía lo natural. En el origen de nuevos valores procedentes de la modernidad, está un cambio sustancial de estos valores instituidos, debido a la influencia de la disminución de la mortalidad infantil, y que ya no pareciera normal que en todas las familias se viviera el drama de la muerte de muchos recién nacidos, con la amenaza que eso había supuesto de amputar emociones para poder soportarlo. Hoy sabemos que las emociones, incluidas las de la primera infancia, quedan archivadas en la memoria, dejan secuelas emocionales e influyen en el comportamiento posterior. Es lo que en el campo de la neurociencia se denomina el sistema de memoria emocional implícita.

La revolución industrial supuso grandes cambios, lo cual como había ocurrido con los primeros cazadores recolectores, no siempre significó que hubiera mejoras para todos. Incluso en la actualidad no podemos valorar totalmente que haya ido mejor a todo el mundo. Por ejemplo, fue el comienzo de la explotación de la clase obrera incluyendo a los niños, y todavía haya grandes bolsas de pobreza en el mundo. Pero también es verdad que con la revolución industrial y la revolución científica, las condiciones de vida mejoraron para mucha gente, hubo avances significativos, entre ellos la transformación de aquellos valores que ponían el acento en el castigo a la desobediencia por otros que se basaban en la libertad y en enfatizar las emociones, es decir, lo que sentimos, cómo nos afectan las cosas y poder elegir lo que queremos, sin tener en cuenta lo que se supone que hemos de sentir y de querer.

Y esta dualidad de coexistir avances y pérdidas, se puede poner en paralelo con la aparición de las nuevas tecnologías actuales ya que han supuesto también grandes cambios en la vida de las personas, pero no ha sido igual para todos, por el contrario, han aparecido desajustes sociales. También se han creado nuevos sistemas de valores como el miedo a los cambios que pueden traer desgracias y desajustes.

Por ejemplo, el autor cuenta la anécdota de cómo el mismo Sócrates criticó que se aprendiera la escritura porque sería a la larga fuente de desmotivación y de escaso ejercicio de la memoria, creando por ello sabios ignorantes. Nos preguntamos si ocurrirá esto mismo con las nuevas generaciones y sus redes de YouTube, Instagram etc., a las que se critica la dedicación a ellas, lo mismo que entonces criticó Sócrates que la escritura producía gente no sabia

Tampoco se puede obviar que fruto de la revolución industrial hubo abundancia de recursos materiales para la población como nunca los había habido. Y apareció el consumismo, el que algunos desearan acumular muchos bienes materiales y que tuvieran afán de ganar dinero para comprar bienes. El autor afirma que, igual que ahora, todo ello se sustenta en la negación de un dolor emocional, de sentirse vulnerables ante el amor y la muerte, y que con el acaparamiento se trata de ocultar la inseguridad sentida.

### Los valores actuales

En la actualidad los valores donde impera la carencia de identidad individual y criterio propio han cambiado notablemente. Para nosotros sería humillante, e intolerable pensar en obediencia y sumisión por encima de todo para adaptarse al grupo. Ahora es el grupo el que tiene que adaptarse al individuo. Por ejemplo, los sistemas de educación, de pensiones, la sanidad.

Pero siempre habrá excepciones. Por ejemplo, ¿qué ocurre en espectáculos de masas como conciertos o partidos de fútbol? ¿dónde queda la individualidad? Parece que seguimos necesitando aquellas vivencias de fusión del grupo que no han desaparecido, y que sigan existiendo los valores que impregnaron la cultura durante miles de años. A pesar de nuestras firmes creencias, nuestras reacciones no siempre las apoyan.

En la Encuesta Mundial de Valores se pregunta a los sujetos encuestados con qué se está más de acuerdo, si con amar y respetar a los padres, sean como sean, o amarlos y respetarlos si se lo han ganado con su actitud y comportamiento. Sobre esto ha habido cambios profundos en los diferentes países, según sean más o menos avanzados tecnológica y culturalmente.

Hoy podemos hablar de que el respeto que proviene de la conciencia de nuestra propia vulnerabilidad y la del otro produce libertad y poder conectarnos con nuestra propia subjetividad, en contraposición al respeto que proviene de la sumisión, que se funda en el sometimiento y en la desconexión de los propios sentimientos. Igualmente se puede decir del cambio actual en el tema de los abusos sexuales y los abusadores, anteriormente eran las víctimas las avergonzadas y las que, al sentirse culpables, tenían la necesidad de ocultarlo, protegiendo de esta manera a los transgresores en vez de reconocerse ellas mismas como las víctimas.

La idea de que las atrocidades de la guerra dejan secuelas emocionales, por extraño que nos parezca, fue impensable hasta finales del siglo XX, ya que se suponía el valor y la carencia de miedo para poder llegar a ser un héroe

Sin embargo, lo mismo que se demonizó la nueva forma de vivir tras la renovación industrial en base a valores que promovían la democracia y la conexión con las propias emociones, cuando se habla de que el mundo no va bien, no se pone la mirada en las

mejoras de vida. Cuando ahora se añora el pasado conviene recordar, señala el autor, las condiciones infrahumanas en las cuales vivía tanta gente, empezando por las dificultades para supervivir físicamente. Esto era una gran amenaza. Y lo era el hambre, la mortalidad infantil, una esperanza de vida muy breve, las guerras, además de los valores que ello conllevaba: la obediencia, la jerarquización y el secuestro de la subjetividad emocional.

Hay una cosa que Riera nos hace considerar, que con la consecución de los nuevos valores actuales, cuando podemos tener una mayor libertad para sentir cómo nos influye el entorno que nos rodea, hemos de decir también que esto mismo nos hace más vulnerables a las heridas producidas emocionalmente por los demás, a cómo nos influye el temor a la muerte, a cómo nos hiere el desamor... Es verdad que también nos hace ser más empáticos y que esos mismos valores actuales nos protegen de la opresión, del maltrato y del abuso permanente de los valores tradicionales en los cuales el de arriba manda sobre el de abajo y éste tiene que resistir aunque se sienta oprimido e impotente. Le va en ello la supervivencia. Esa es una consecuencia que podemos superar gracias a los valores de la modernidad.

En lo que se refiere a la vulnerabilidad de los niños, en la medida en que hemos avanzado en nuestra subjetividad, en nuestra vulnerabilidad, hemos podido conectar con el mundo interno de los niños y les hemos podido proteger frente a abusos, atenderles emocionalmente, preocuparnos por compensar aspectos negativos, como el hecho de que no vivan saludablemente en el campo sino entre cemento. A cambio, les proporcionamos que la escuela y la familia se preocupen de que ellos sean creativos, libres, y sobre todo que no tengan que negar sus emociones. Eso supone que los padres pueden aceptar que sus hijos reaccionen de forma distinta a ellos. Ese es el punto de partida para que aparezcan valores emancipatorios de igualdad, aceptación del divorcio, libertad de expresión, etc.

El autor pregunta ¿qué necesidades son prioritarias, las del grupo o las del individuo? Según los valores sociales que rijan en determinado contexto, contesta. Si estamos en una sociedad con valores tradicionales prevalecerá ceder la propia libertad por el bien del grupo. En las sociedades modernas del bienestar, el sistema de valores pone al grupo al servicio de las personas estableciendo servicios de salud, pensiones para los mayores, etc.

Pero para que se den esos valores de libertad y conexión con las propias motivaciones y necesidades, es necesario primero tener cierta seguridad material para que la supervivencia física no ocupe la idea central de vida, sino que sea una aspiración el acceso a una formación variada en la que prime poder escoger con libertad lo mejor para la propia subjetividad, tecnologías con las cuales tener herramientas para poder intercambiar, comunicarse con otros: red de transportes, teléfono, internet, prensa... esto es lo que Welzel (2013), científico social y vicepresidente de Encuesta Mundial de Valores, denomina conectividad.

Riera considera que en la actualidad daría la impresión de que hay un retorno a valores patriarcales en las sociedades avanzadas: la elección del presidente Trump, el Brexit, el avance de los partidos de ultraderecha, la baja situación laboral y los ingresos salariales de los trabajadores, el flujo de migrantes a otros países y la xenofobia en su contra. Pero los científicos parecen afirmar que no hay vuelta atrás, que el mundo sigue avanzando en la transformación de los valores tradicionales. Y lo afirman teniendo en cuenta el avance de las nuevas tecnologías que generan una nueva forma de vivir, aunque

haya desequilibrios sociales. Recordemos la crítica de Sócrates sobre la escritura como fuente de desmotivación y dificultades para la memoria, ahora lo vemos incomprensible; o la explotación de los obreros en los comienzos de la industrialización, hoy lo hemos superado en gran parte, aunque haya problemas. Pero por otra parte, se disfruta de unas condiciones de vida que serían inimaginables hace años. Hemos pasado de tener que pensar únicamente en no pasar hambre y que los hijos no murieran en la infancia, a tener televisor y lavadora y poder comprar un coche. A pesar de todo eso mucha gente vive el futuro como una amenaza.

Ahora en los países ricos parece que la esperanza de vida empieza a bajar, pero no es por hambre, o por mortalidad infantil como antes, ahora hay nuevas plagas que lo provocan: drogas, trastornos de la alimentación, alcoholismo, obesidad, sedentarismo, suicidio. Son las vivencias emocionales de vacío y aniquilación las que lo provocan. Esto desconcierta y surgen reacciones catastrofistas, como plantear que la riqueza hace infeliz a la gente, que es mejor soportar el sufrimiento... volviendo así a aparecer el sistema de valores que rigió durante miles años.

### **Datos sobre la Encuesta Mundial de Valores**

La EMV afirma que la revolución industrial creó condiciones adecuadas para la expansión de los valores emancipadores, y cómo la vida de la población mundial ha mejorado. Pero esto no es muy conocido.

Proporcionaré muy brevemente en esta reseña algunas de las notas que aparecen en el libro sobre este interesante tema de la EMV, para estimular a los lectores a que lo lean de forma mucho más completa y extensa con las ideas expuestas por Riera en su libro. A modo de resumen:

En todos los países hay una transformación de valores en dos aspectos:

- Los valores sagrados (que promueven la creencia como valor supremo de que la autoridad ya sea religiosa, política, militar, es un valor supremo y por tanto no se mueve), se transforman en seculares.
- Los valores patriarcales (superioridad de los hombres sobre las mujeres, sobre los hijos, sobre sus propios empleados; dar gran valoración a la disciplina, la ley, el orden y la obediencia por encima de todo) se transforman en emancipadores.

Para llegar a eso se necesitan cambios:

- En el tipo de sociedad: de ser agrícola pasa a ser industrial y de ahí a la sociedad del conocimiento.
- En el régimen político: de ser autocrático pasa a ser democrático.

Hay claros e interesantes ejemplos en el libro sobre estos principios y su consecución, sobre cómo se obtienen los datos para obtener la encuesta en los distintos países, y la evolución en las respuestas después de pasados unos años. Por ejemplo, con motivo de la pregunta de si los padres han de ser amados o reconocidos incondicionalmente, o solo si su comportamiento lo ha merecido, hay datos de porcentajes que muestran un cambio, como el que ahora nos planteamos que si las cosas van mal, ¿de

quién es la culpa de los padres o del hijo? Otros ejemplos: ¿qué valores estimulan y favorecen los padres en sus hijos? ¿Es la independencia una cualidad importante para un niño? ¿Resulta el futuro una fuente de oportunidades, o de amenazas? ¿La fe religiosa es una cualidad importante que debe tener un niño?

En el libro se hace un recorrido socio-geográfico y temporal de esas cuestiones, narrando múltiples historias concretas donde puede verse la importancia del contexto donde se vive para poder poner en práctica esos valores. Resulta difícil integrar valores progresistas en un ambiente tradicional. Todas estas aplicaciones son las que resultan francamente interesantes para conocer nuestros propios valores y en qué punto evolutivo estamos respecto a los países más avanzados.

Cuando se está sumergido profundamente en un mundo de valores resulta difícil poder imaginar que existan otros distintos a los vividos por cada uno de los miembros de una comunidad. Quizá racionalmente estemos de acuerdo con que hemos de progresar y aceptar valores de la modernidad, otra cosa es que en una situación concreta visceralmente podamos tolerarlo. Esto es lo que nos viene a decir el autor tras narrarnos múltiples historias de la vida cotidiana. Por ejemplo, describe las causas del avance de la Europa occidental desde el fin de la II Guerra Mundial hasta ahora debido a que hubo ciertos factores que lo propiciaron: aumento de recursos materiales, educativos y de intercomunicación; expansión de valores emancipatorios; garantías democráticas y derechos civiles al haber mayor participación social y seguimiento de los valores actuales; y exigencia y vigilancia de las instituciones.

### **Estudios empíricos de la evolución psicológica de la infancia**

Como explicaba al principio, se destacan dos hechos importantes en el libro. Uno ha sido la aparición del mundo de los valores y sus cambios, expuestos anteriormente y otra los estudios empíricos que aparecieron en esta época.

Un bebé que siente su vida amenazada, y eso se da desde que tiene un año, genera convicciones emocionales que le llevan como lo más prioritario a buscar protección en la madre, y no a dedicar el tiempo a jugar y explorar, que es lo que le correspondería. Es decir, crea unos valores tradicionales, en la terminología de la Encuesta Mundial de Valores, por contraposición a los valores emancipatorios que corresponderían a un niño que tiene un entorno seguro, donde se puede sentir libre y no se tiene que dedicar a buscar protección. De ahí que se pueda decir, opina el autor, que un niño de un año ha construido criterios, valores sobre la seguridad según sea el vínculo con los padres. Eso anteriormente nunca se tuvo en cuenta.

### **La memoria emocional**

Comienza su función almacenándose en nuestros cuerpos y lo hace antes de que aprendamos a hablar y a razonar. Por ello podemos ser gravemente dañados cuando los demás no son empáticos con nosotros sino todo lo contrario, cuando sentimos que el otro no siente lo que nosotros sentimos, lo que en páginas anteriores describió Riera sobre la empatía, que dirige nuestras vidas aun cuando no sea visible para nosotros. De ahí también que negar las vivencias traumáticas, tal como se ha dado durante siglos cuando han imperado los valores tradicionales, no soluciona nada, más bien a la larga perjudica más.

## La mortalidad infantil y su influencia en los valores

No hace tanto tiempo, incluso lo conocieron nuestros padres y abuelos, uno de cada tres niños moría antes de llegar a los 5 años. En la actualidad uno de cada doscientos muere antes de esa edad. De tal manera que existen palabras como viudo/a para referirnos a cuando muere uno de los cónyuges, que exista la palabra huérfano, para designar cuando mueren los padres, pero sin embargo no hay un nombre para designar cuando muere un hijo. Es algo tan terrible que es inenarrable.

¿Cómo paliaban la angustia cuando veían morir a un hijo tras otro? ¿Y cómo se podían relacionar los padres con los niños cuando estos estaban amenazados de muerte? La hipótesis del autor es que los padres se disociarían dejando fuera de la conciencia la inmensa e insufrible angustia sentida, o teniendo una reacción psicológica de distanciamiento emocional. Pone el ejemplo de Montaigne, que tuvo seis hijos de los cuales murieron 5, y él contaba que perdió dos o tres. Y nombra a Philippe Ariès (1992), que afirma que puede ser parecido a lo que viven las madres en la actualidad cuando tienen un aborto, es decir, como si no fueran considerados personas completas. Hoy se sabe que cuando unos padres pierden a un hijo esto les marcará para siempre. Y los hermanos tendrán el sentimiento de que no solo han perdido un hermano, sino también a unos padres, al ocurrirles un hecho tan traumático, con el bloqueo emocional que ello conlleva. El autor narra ejemplos de esto en la infancia de algunos niños, entre ellos el mismo Freud.

Hoy sabemos por los estudios empíricos realizados que, “para construir la imagen que tenemos de nosotros mismos, nuestro cerebro tiene que ir a buscar la información en las personas de nuestro entorno; para crear el sentido de quiénes somos y si somos o no válidos, el cerebro se basa en la imagen que los demás nos devuelven de nosotros mismos” (p. 173). El gran descubrimiento del neurocientífico Rizzolatti de las neuronas espejo nos dio a conocer cómo al observar emociones en una persona se activa en nosotros esa misma emoción, y cuando es compartida esa emoción se potencia y se multiplica. Aplicado este concepto de compartir emociones a los primeros pobladores, es lo que les ayudó a la cohesión grupal.

## La conexión con la naturaleza

Un capítulo está dedicado a la añoranza de poder vivir en la naturaleza como los primeros *sapiens*. Afirma que buscamos y necesitamos la conexión con la naturaleza, sumergirnos en ella, gozar de ella, sin previa reflexión, respirar en ella, escucharla, sentir su efecto muy dentro, de alguna manera al estilo de nuestros predecesores *sapiens*, cuyo conocimiento de las cosas no era reflexivo, ya que como el mismo Riera dice, “pensar es hablar por dentro”, y los antepasados no tenían la capacidad de simbolizar ni hablar, era un “saber sin pensamiento” (p. 167). Se pueden señalar como puntos débiles de la sociedad moderna que nuestra biología no está hecha para la abundancia, para vivir rodeados de cemento, para ser violentos. Sí lo está para vivir en pequeños grupos donde todo el mundo se conoce.

Cuando las necesidades materiales están cubiertas podemos ensanchar la vivencia de nosotros mismos sin ocultar el sentimiento de desamparo. Por el contrario, el individualismo es una falsa creencia de que no necesitamos de los demás. Los necesitamos, dependemos de lo que nos dan, de que nos amen y nos reconozcan y, cómo no, nos afectan sus fallos, es decir, sus carencias hacia nosotros. Cuando alguien puede

aspirar a ser él mismo, no quiere ser lo que los otros esperan de él, eso ya se ha hecho absolutamente actual y popular en el ambiente de la calle.

El progreso material conduce a la transformación de valores jerárquicos en valores emancipadores, los cuales promueven la conexión con la subjetividad y la empatía, aunque en la actualidad vemos en ocasiones que sociedades que eran avanzadas hace pocos años se van encontrando con un aumento de la desigualdad y la desaparición de la clase media.

### **Personajes o hechos expuestos en el libro que representan valores**

#### **La transgresión de Adán y Eva**

“La pérdida original”, como la denomina Malcon Slavin (2015). Es muy curiosa de leer la narración que hace Slavin sobre la interpretación del origen del sufrimiento humano generada en la historia de Adán y Eva, datada hace unos 5000 años. Todo ello visto desde ahora puede parecer estrambótico, pero se narra cómo vivían en esa época, la desobediencia, el castigo y con ello la convicción emocional de las consecuencias: la desaparición y la muerte, la maldición por desobediencia como origen de todos los males. Todo esto se contaba en forma de historias junto al fuego. Parte de ello llegó de forma novelada hasta nosotros. Y es que desde que Adán y Eva fueron expulsados del paraíso, todos sabemos que iremos perdiendo a la gente querida, y no queremos sentirnos avergonzados de nuestras desgracias. Por ello, palabras como “desgraciado” resultan sinónimos de despreciable, pueden ser un insulto. O la palabra “infeliz” la sentimos como sinónimo de desprecio, y lo mismo sobre sentir compasión. “Y es que la descalificación de la vulnerabilidad emocional a lo largo de la historia ha sido implacable” (p. 224), por eso ha sido negada generalmente.

#### **El Código de Hammurabi y la aparición de la escritura**

La escritura cuneiforme fue la primera escritura de la Historia. Tuvo lugar en Mesopotamia, ya que Hammurabi, rey de Babilonia y “Rey del Universo” según él se denominó, formó un gran imperio y promulgó la primera ley escrita, el famoso Código de Hammurabi. Riera sostiene que es el primer tratado sobre valores que fue esculpido en piedra. Por supuesto, se trata de valores siempre en torno al bien y al mal y sus consecuencias. Se elude en él el valor de la conexión con la propia subjetividad en las mujeres y en los niños, y en general en grandes mayorías. De esta forma, sólo tienen derecho a sentir y por ello a decidir, los poderosos. Los demás han de vivir alienados, desconectados de deseos, del sufrimiento, porque han de adaptarse a la figura de autoridad como forma de subsistir.

#### **La invención de la imprenta**

Riera cita la invención de la imprenta como un hecho clave que posibilitó que la gente, al poder leer en el silencio de su soledad, en vez de hacerlo en grupo y escuchando a otro que leía sobre dioses y santos, pudiera ponerse en contacto con su experiencia subjetiva más fácilmente. Eso supuso la creación de nuevos valores que promovían la conexión con las emociones.

Por ejemplo, la existencia de la imprenta logra que la novela del Quijote sea leída por multitud de personas, las cuales pueden identificarse con el protagonista, y validar así

una forma de sentir la propia subjetividad, de experimentar las propias emociones en lo íntimo de la soledad. Se separa con ello lo que se puede sentir de lo que se espera que se sienta. Supone un paso importante en el trascendental campo de los valores.

### **Cervantes y el Quijote**

Hay una interpretación del Quijote como hombre vulnerable, siempre en lucha, en quien la forma de superar fracasos y la vergüenza consiguiente eran los motores que le llevaban a hacer cosas grandiosas y heroicas con los cuales obtener reconocimiento y el amor de su dama Dulcinea, lo cual le llevaba a provocar justo lo que quería evitar. Pero Cervantes lo presenta por primera vez no como un héroe, ni como santo, ni siguiendo los modelos de obediencia y desconexión de las propias emociones, que eran los que existían hasta entonces, sino como un ser humano. Esto tuvo que ver con que el mismo Cervantes fue un hombre capaz de narrar sus propios sufrimientos. Ahora, según el autor, el Quijote encarna unos nuevos valores: lucha contra el opresor -que en ese momento eran la iglesia y la nobleza- conexión con el sufrimiento y anhelos de reconocimiento.

### **Flaubert y Madame Bovary, la influencia de la lectura en el conocimiento de la propia subjetividad emocional**

A principios de la industrialización nos encontramos con dos personajes interesantes: Madame Bovary y Sigmund Freud. Ellos se convierten para nosotros en héroes modernos cuyos valores tienen que ver con “tener el coraje de conectar con sus propios miedos y los de los demás, así como la necesidad de amor y consuelo.” (p. 64)

Madame Bovary pudo identificar sus sentimientos gracias a los personajes de las novelas románticas que leía, a través de las cuales pudo sentir “las vivencias más auténticas y profundas de uno mismo... el reconocimiento de nuestra soledad, de nuestros miedos, de nuestro anhelo de que los demás nos validen o legitimen lo que sentimos, de nuestras vulnerabilidades, en definitiva.” (p. 55).

Las lecturas hicieron que esta mujer, rodeada de costumbres y valores tradicionales en el siglo XIX, pasara a liberarse de esos valores antiguos. Conoció a muchos personajes literarios con los que se identificó, y comenzó a hacer una inmersión en su subjetividad individual, en sus propias emociones, frente a lo que se esperaba que ella sintiera, conforme a los valores de la época sobre lo que se había de hacer y lo que no. Ya no hace falta ser héroe, ahora se puede ser frágil. ¡Cuánto ayudó la imprenta en la nueva creación de valores!

### **Sigmund Freud: el descubrimiento de los estados emocionales invisibles**

Con Freud ya no hará falta el borrado de las vivencias emocionales, sino que se podrá nombrar la conexión con ellas, y cobra importancia de la atención y el interés cuando ha de ayudarse a conseguir la conexión con emociones y recuerdos para superar un trauma. Freud fue un pionero en su tiempo al interesarse por caóticos sentimientos íntimos de mujeres profundamente traumatizadas por antecedentes de abuso sexual y con graves secuelas emocionales. Y se enfrentó al valor supremo que rigió durante tantos años de la sumisión a la autoridad del padre, que no solo no había protegido sino que había abusado de las hijas. Después, ante tales descubrimientos que había obtenido y ante una sociedad cerrada, parece que se asustó y se paralizó. Era entonces y aun hoy sigue siendo demasiado arraigado y profundo el valor del dominio de la autoridad para sostener sus

ideas revolucionarias, tal y como puede verse en la actualidad con el maltrato infantil y las mujeres víctimas de agresiones sexuales que gracias a internet se unen para reforzarse mutuamente de forma pública.

### **Franco**

Fue un héroe pero a la antigua usanza, utilizó el modelo de servirse de valores que estimularan a la obediencia a un líder a cambio de protección, y de pensar que la autoridad tiene más valor que las propias emociones. Él aprendió desde pequeño a desconectarse de sus emociones, a sentir lo que se supone que debía sentir como niño y a ser disciplinado. Había aprendido de niño lo que son las humillaciones de un padre y a cargar con la obligación de sostener psicológicamente a su madre.

Debió su prestigio a no tener miedo, porque eso hubiera sido de cobardes y de falta de compromiso con las órdenes provenientes de la autoridad, a no sentirse vulnerable, a ser protector poderoso y fuerte, a sentir que su vida importaba menos que el servicio a la patria y a luchar contra el enemigo de esta.

### **Edipo y la interpretación psicoanalítica**

En la narración de la historia de Edipo solo se han señalado los temas de incesto y parricidio del final. Desdibujado queda el infanticidio que aparece al principio cuando un niño es abandonado en el campo para que se lo coman los animales. El mismo Freud se fija en los deseos sexuales y destructivos infantiles como conflicto nuclear de las personas. De ahí que en el enfoque del psicoanálisis durante el siglo XX, “los valores patriarcales impedían que pudiera cuestionarse la actitud de los adultos hacia los niños. Por tanto, toda la culpa recaía en los pequeños, en sus dificultades para pasar del principio del placer al principio de realidad y para aceptar las normas que la cultura impone... el trabajo psicoanalítico consistía en averiguar con cada paciente que el origen de su sufrimiento psíquico ... se encuentra en sus deseos incestuosos y parricidas” (p. 150). Esa idea prendió sobremanera en los valores tradicionales de la época, y provocó que se hablara y se siga hablando más de este tema que de lo horrible que es que unos padres maltrataran a su hijo. Todos nacemos malditos y somos producto del pecado original de Adán y Eva.

Tras el desenlace de la historia en donde Edipo, a causa de su culpa por matar accidentalmente y sin saberlo a su padre, se arranca los ojos y se va al exilio, el autor hace una relación con las problemáticas familiares reales, y ve un paralelismo en cómo los niños maltratados por sus padres acaban siendo ellos, los niños, los que se sienten culpables, exculpan a sus padres en lugar de sentirse víctimas de los adultos.

Es en Gran Bretaña, cuando a mediados del siglo pasado apareció un cambio de valores, donde se empieza a ver esto de otra manera. Curiosamente, en el país donde se dio la revolución industrial es donde comienza la transformación de la teoría psicoanalítica y donde empieza el interés por la influencia que deja en la infancia el buen o mal trato de los cuidadores.

### **Fairbairn y el cambio de interpretación del Edipo**

Fairbairn, en cambio, pone el acento en el principio de la narración sobre Edipo, cuando los padres lo llevan al campo para que se lo coman los animales y lo clavan en el

suelo, permaneciendo así hasta que por casualidad alguien que pasa por allí, lo recoge y lo cuida. No es la naturaleza pulsional, pecadora de Edipo la causante, lo importante a tener en cuenta es el sufrimiento de ese niño. Se desplaza la atención de los conflictos instintivos de los niños y se enfoca en los conflictos que les provocan los padres

Fairbairn observa que los niños maltratados se sienten culpables y exculpan a los padres, y destaca lo terrible que es que un niño viva con unos adultos que sabe que no son buenos, pero de quienes él depende absolutamente. De ahí el cambio hacia sentir que él es el malo y se merece ese maltrato, la sumisión puesta al servicio de la protección. Los niños niegan la culpabilidad de los padres y estos niegan el sufrimiento del niño. Así se conservan los valores tradicionales de obediencia y desconexión emocional y se entrena a los niños en fingir y no sentir tristeza, miedo, soledad, etc.

### **Bowlby y la percepción de la subjetividad**

Por su propia experiencia vivida de soledad, Bowlby se dedicó a estudiar cómo viven los niños en situaciones de abandono y creó la teoría del apego. Él vivió en un internado al cuidado de *nannies*, con poca relación afectiva con los padres, según marcaban los valores de la clase alta británica de la época. Su teoría fue revolucionaria, hoy es aceptada universalmente, pero hace 50 años constituyó un terremoto, incluso para los mismos compañeros psicoanalistas, que la rechazaron. Pudo observar cómo las personas, cuando sentimos miedo, poco a poco tendemos a negarlo y a no expresar que sufrimos, para así no aceptarlo ni autoconocerlo. Pero eso no lo hace inexistente.

### **Winnicott**

Fue pediatra y después psicoanalista y validó los estudios de Bowlby respecto a la certeza de las emociones que este y Robertson habían dado a conocer respecto a lo que sentían los niños. Añadió la necesidad del apoyo emocional en la infancia, sin la cual se producirían secuelas psicológicas importantes para el resto de su vida. Winnicott demostró que cuando no había ese apoyo, los niños construían una imagen falsa de sí mismos, lo que denominó “falso *self*”, con vistas a poder sobrevivir ya que dependían de los padres absolutamente. Él mismo había experimentado esa soledad, la cual pudo reconocer muchos años más tarde, y escribió un poema donde lo contaba, y donde se pudo conocer cómo un apego inseguro le generó actuar un rol revertido en el que él cuidaba de su madre, al revés de lo que era lógico, que ella cuidara de él.

### **Stolorow**

Creador de la perspectiva intersubjetivista del psicoanálisis. Sigue las ideas de Bowlby al afirmar que si el niño no siente que los demás empatizan con él, por ejemplo cuando tenga tristeza u otro sentimiento, él tampoco los registrará ni en sí mismo ni en los demás y no sentirá confianza y seguridad básica, incluso las desechará.

Habla de lo que denomina *absolutismos de la vida cotidiana*, frases o ideas que a lo largo de la vida pensamos y vamos convirtiendo en las creencias.

### **Manuel Baixauli**

En la novela *L'home manuscrit* (2010), cuenta que él se escribe a sí mismo para recordarse y recordar a los demás que cuando muramos seremos olvidados, no

existiremos en la cabeza de nadie. Baixauli afirma: “Avanzamos, distraídos, encima de una cinta mecánica que nos lleva hacia el olvido” (p. 184)

### Dalí

Nació tras la muerte de su hermano, ignorando la tragedia que había devastado la familia tras la pérdida de su primer hijo, pues nunca se habló de eso. En el colegio se sintió diferente, más débil, callado y poca cosa ante los otros niños. Su vida a través de la pintura la dedicó a buscar a qué se debía ese sufrimiento emocional. La pintura le hacía sentir esa seguridad que no tenía, y pintó de mil maneras la tragedia de la que no se había hablado en su casa, hasta que descubrió lo que no sabía y que le había inquietado tanto. Pintó muchos cuadros de cuerpos con figuras petrificadas y putrefactas a las que se les va la vida, pareciera como si pintara los cuerpos según como quedaron sus padres tras la muerte del hermano. Y pudo ver que en un cuadro que estaba en su casa y que le había obsesionado angustiosamente toda la vida, *El Ángelus* de Millet, estaba pintada la escena de unos padres enterrando a su hijo recién nacido, donde aparecía la posibilidad de haber estado pintada una caja de muertos. Ahí pudo construir una narrativa de la tragedia que lo había perseguido. Los padres no le habían podido criar en un ambiente seguro, por eso en su vida anduvo siempre buscando cuál era la causa de su vulnerabilidad.

### Comentarios

1. Presenta este libro un gran estudio de la evolución humana, del *Homo sapiens* como superviviente de otros *homos*, situándolo en su contexto geográfico y temporal, describiendo el porqué de las migraciones, los rituales y las formas de conducta, y cómo se lleva a cabo la transmisión de valores sobre todo a través de formas emocionales de contagio, al mostrar que son más eficaces que las palabras. Cómo las normas grupales creadas son ley y por ello indiscutibles. Se señala con gran claridad que, a cambio de ello, la individuación y la diferenciación brillaron por su ausencia, ya que las amenazas se lidiaban mejor de forma grupal que individual. Cómo durante la evolución humana se van transformando valores aun cuando esa misma evolución presente vaivenes de avance y retroceso. Me parece interesante a este respecto, un pensamiento del autor sobre este tema que resume gran parte del contenido de lo que propone el libro: “La posibilidad de éxito de los *sapiens* actuales...pasa por la aceptación de nuestra fragilidad, de la incertidumbre, de la vulnerabilidad que nos hace vivir expuestos a la muerte y el desamor... una utopía que va más allá de ideologías políticas o religiosas, de la normatividad de lo que se tiene que hacer, que se basa en la conexión con las emociones propias y las de los demás” (p. 225).
2. En el libro se desarrolla la idea de que, a lo largo de la historia, todos los cambios evolutivos han llevado consigo mejoras, pero al mismo tiempo grandes pérdidas, entre ellas las complejidades de la vida psicológica. Así lo hemos visto con el paso de la agricultura a la industria, donde apareció la explotación de personas, la introducción de valores de sometimiento y sumisión. Malcon Slavin (2015) sostiene que “cuando los humanos adquirimos la capacidad de pensar sufrimos también una gran pérdida” (p. 170). Viene a decir que por un lado perdimos la tranquilidad inmediata de vivir conforme a lo que marcaba nuestra biología sobre lo que era bueno y lo que era malo, sin preocuparnos por nuestro futuro. A cambio tuvimos que sufrir al conocer que éramos mortales. Puesto que nos teníamos que morir, habíamos de dar a la vida un sentido a base de construir creencias, una de ellas la de ser dependiente de la ayuda

imperfecta de los demás desde que nacemos. Y ahora tenemos que esforzarnos en construir un sentido para la vida y hacerlo además desde pequeños, hacerlo con los otros que nos cuidan, aun sabiendo que somos mortales y que, como somos cambiantes, cualquier desgracia nos puede desestabilizar. Por eso nos ocupamos de ir construyendo con esperanza nuestra vida y recreamos las ganas de vivir continuamente, y arrinconamos incertidumbres y sentimientos de amenaza y peligro que nos aparecen cuando, tras un hecho especial, nos ponemos en contacto con la muerte.

3. El libro es estimulante y provoca curiosidad e interés en seguir abundando en el tema y leyendo la bibliografía que el autor propone sobre el estudio de los valores y su evolución. Citaré a este respecto un libro que por su reciente aparición en España no sale en la bibliografía de Riera, *Un mundo de tres culturas*, (Miguel Basáñez, 2016) a cuyo autor y participante en la confección de la Encuesta Mundial de Valores conocí en las VIII Jornadas de IARPP-E celebradas en Sevilla, donde nos contó de forma muy amena la historia de la aparición de la E.M.V y su evolución temporal y social en los diferentes países.
4. El libro nos lleva a plantearnos algunos interrogantes: ¿Los valores en los que creemos tienen relación con nuestras emociones? ¿Son algo más que creencias? El autor afirma que sí, que hay una relación entre valores y emociones. La dificultad está en que nuestras emociones a veces nos resultan invisibles y apenas las conocemos.
5. La lectura de este libro nos lleva a darnos cuenta y examinar la ambivalencia de mostrar los valores que tenemos como ideas, como creencias en las cuales nos basamos, pero que luego al pasar de las palabras a los hechos, reaccionamos emocionalmente sin coherencia, incluso entrando en contradicción, con esos valores que afirmábamos tener. Es más, afirma Riera que “las emociones determinan de modo sutil y poco manifiesta, el comportamiento de las personas” (p. 13).
6. Considero un valor que Ramón Riera presente su nuevo libro en el idioma original, catalán, y al mismo tiempo la traducción en castellano. Un hecho que se empieza a ver en otros libros, por ejemplo la editorial Eleftheria, con el libro de Bessel van der Kolk (*El cuerpo lleva la cuenta*), También con la aparición del nuevo libro de Kandel *La nueva biología de la mente* (2019). Podemos así leer los libros recientes y con las ideas totalmente actualizadas que tiene el escritor cuando concibe ese trabajo.
7. Tras leer este libro se puede entender mucho más a las personas emigrantes o refugiados que huyen de sus países en busca de otro modo de vida: el cambio profundo de los valores de las sociedades de donde provienen y a donde llegan, teniendo que elegir sin entender y sin saber lo que significan los nuevos modos de vida a los que se tienen que adaptar, a veces a años luz de sus costumbres. Y los hijos que pertenecen a la segunda y tercera generación de emigrados, que resultan inadaptados con respecto a los padres por sus diferencias en cuanto a recursos materiales, niveles de formación y de conectividad, al uso de lo que explica el autor sobre Welzel (2013): idioma, costumbres, religión, tolerancia a estilos de vida diferentes, el respeto a las personas mayores, a homosexuales, feminismo, tener padres con menos formación y distinto sistema de valores, estar sin amistades, a veces sin familia nuclear que apoye, vivir desigualdades económicas... Puede que el miedo a mundos nuevos les haga volverse añorantes de valores de viejos tiempos, de jerarquización, de haber vivido como natural posiciones sometidas y/o dominantes,

de forma que en absoluto pasase por su mente la posibilidad de estar al mismo nivel, de vivir la igualdad entre las personas. Todo esto no lo han conocido. Son muchos cambios rápidos a los que adaptarse y en espacio corto de tiempo. Nos podemos plantear interrogantes acerca de ello como: ¿tienen tiempo y energías para pensar en sí mismos, en sus necesidades?, ¿puede haber en ellos una conexión emocional con su sufrimiento, su desconcierto, para poder sobrevivir emocionalmente? Y el problema de muchos padres, que quieren adaptarse a la modernidad con los hijos y les dejan actuar sin límite alguno, puede tener como consecuencia que esta forma de educación provoque un maltrato hacia los propios padres, responsables de la incapacidad de actuar adecuadamente, y a los maestros. Los profesores y psicólogos sabemos bien de eso, del maltrato, el sufrimiento, el fracaso escolar que padecen. Tan malo es vivir en ese caos como en subsistir en un mundo donde prevalece el reflejo autoritario.

8. Este libro puede hacer cambiar nuestra mentalidad, ya que ayuda a la reflexión sobre la importancia de ponerse en contacto con nuevos valores, sobre todo cuando se oye decir a políticos agoreros y sus seguidores que antes se vivía mejor. Podemos recordarles los puntos significativos que aquí se señalan como consecuencias de vivir en los valores tradicionales: desaparición de la subjetividad individual y la prevalencia de la identidad grupal, desigualdad económica y social, desconexión de los propios sentimientos y por tanto de la empatía hacia los de los demás, desconexión de la libertad para caer en manos de la autoridad, obediencia y sumisión como forma de protección
9. Estudios empíricos llevan a Riera a asegurar que “cuanto más seguro sea el vínculo con los padres, cuanto más empáticos sean los progenitores, cuanto más fiables, coherentes y predecibles, más facilidad tendrán los bebés para construir las primeras convicciones emocionales que promueven explorar el mundo con libertad y entusiasmo” (p. 126). No por sabido resulta menos interesante, aun cuando tengamos que pensar que, siendo la evolución humana tan compleja, hablemos en términos de probabilidades estadísticas y no de certezas. Pero nos sirve para asegurarnos una vez más de algo que cada vez es más notorio y vemos más en nuestras consultas. Y al estar tan acostumbrados a saber que los bebés son muy sensibles a las actitudes de los adultos y les afecta sobremanera, que se dan cuenta absolutamente de todo lo que pasa en su entorno, que pueden captar las limitaciones y los recursos de los padres, nos parece imposible que esto sea algo reciente y revolucionario.
10. Metodológicamente es interesante la forma de fijar las ideas expuestas acompañándolas con múltiples historias.

### Referencias

- Ariès, P. (1992). *El niño y la vida familiar en el antiguo régimen*. Barcelona, España: Taurus
- Baixaullí, M (2010). *L'home manuscrit*. Barcelona, España: Grup 62.
- Basáñez, M. (2016) *Un mundo de tres culturas, honor, éxito, disfrute*. Ciudad de México, México: Siglo XXI.
- Kandel, E. (2019). *La nueva biología de la mente. Qué nos dicen los trastornos cerebrales sobre nosotros mismos*. Barcelona, España: Paidós.

- Riera, R. (2019). *La herencia emocional. Un viaje por las emociones y su poder para transformar el mundo*. Barcelona, España: Planeta
- Slavin, M. (octubre, 2015). “Necesitamos arte para así no morir de la verdad”. Una perspectiva existencial-adaptativa del arte, la música y la psicoterapia. *Clínica e Investigación Relacional*, 9(3). Recuperado de [https://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V9N3\\_2015/Slavin\\_2015\\_Necesitamos%20Arte%20para%20asi%20no%20Morir%20de%20la%20Verdad\\_CEIR-9N3.doc.pdf](https://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V9N3_2015/Slavin_2015_Necesitamos%20Arte%20para%20asi%20no%20Morir%20de%20la%20Verdad_CEIR-9N3.doc.pdf)
- Titchener, E. B. (1972). *Systematic psychology: Prolegomena*. Nueva York, Estados Unidos: Cornell University Press. (Obra original publicada en 1929).
- Van der Kolk, B. (2015). *El cuerpo lleva la cuenta. Cerebro, mente y cuerpo de la superación del trauma*. Barcelona, España: Eleftheria.
- Wezel, C. (2013). *Freedom rising: human empowerment and the quest for emancipation*. Cambridge, Reino Unido: Cambridge University Press.