

# Tristeza... o alegría

Aurora Guerra

Déjame que te hable,  
en esta hora de dolor, con  
alegres palabras

Claudio Rodríguez (1939-1999)

Los “genéticamente alegres” buscamos la felicidad de forma activa. Es algo así como una vocación, como un sacerdocio que nos obliga indefectiblemente al razonamiento final de que las cosas siempre pueden mejorar y de que la vida, pese a todo lo que intente ensombrecerla, es hermosísima.

Eso no quiere decir que en nuestro devenir cotidiano, como en el de todos los humanos, no basculen las estrellas y los tsunamis, las caricias y las bofetadas con el mismo ritmo cadencioso de las mareas. La diferencia estriba en que al final de cada episodio aparece una sonrisa. Y eso no les pasa a todos.

Pero este año, la indolencia del verano me ha llenado inesperadamente de melancolía. Y no me ha disgustado del todo. Entonces he recordado a Gustave Flaubert -“*para ser crónicamente feliz, uno deber ser también absolutamente idiota*” - y me ha dado por reflexionar si realmente, estar triste, tiene alguna ventaja.

La tristeza, la alegría, la ira, el miedo, el asco, y el amor son las seis emociones universales que construyen la arquitectura de cada mente. Suelen clasificarse en positivas y negativas en función de los efectos que producen. Sin embargo, otra ciencia más favorable afirma que la única emoción dañina

es la que no se expresa, repercutiendo esa inhibición de forma deletérea en algún órgano. Desde esta óptica puede ser que mi tristeza de hoy me lleve, por ejemplo, a una introspección insospechadamente curativa.

Pero también es cierto que esta languidez del alma me llena a cada instante de un turbulento desasosiego. Es muy posible que si se estudiase mi cerebro mediante una tomografía por emisión de positrones (*Positron Emission Tomography*, PET), la activación de mis estructuras paralímbicas anteriores, tal como enuncia la moderna investigación neuroanatómica, sería llamativa. ¿Sufrió esa activación Pablo Neruda mientras desgranaba palabras de ausencia y desamor? ¿Y Franz Schubert mientras enlazaba las nostálgicas notas de su cuarteto “La muerte y la doncella”? ¿O Francisco de Goya al llevar de su mano los desconsolados pinceles usados en la Quinta del Sordo? Y finalmente, ¿podría yo, desde esta activación crear algo tan profundamente triste, tan tremendamente sublime?

No es probable. Seguramente mi astenia estacional no es lo bastante intensa, ni lo suficientemente afligida, ni lo necesariamente dolorosa. Ni yo, una gran artista.

Así pues, como he llegado a la conclusión de que la tristeza tiene sus ventajas -pero no todas-, y como sé que en mi caso esta pesadumbre será una visitante pasajera, la voy a recibir... ¡con alegría!

Indudablemente, no tengo remedio.  
¿No creen?  
Pues eso. ■

