

Alegría de vivir

Posted on 13 de noviembre de 2017 by Rafael Núñez Florencio

Mucho me temo que algunos de los lectores de esta sección habrán fruncido el entrecejo –por decirlo al modo clásico y contenido? al ver el epígrafe que encabeza en esta ocasión los párrafos que siguen. «¿He leído bien?», me imagino que habrán pensado. O, en términos más desinhibidos: «¿Está de coña?» En el fondo, la cuestión subyacente es: ¿va con segundas intenciones, es un guiño sarcástico? Porque, indudablemente, lo menos normal sea acaso tomarse el titular en serio. ¡Con la que está cayendo! ¿De verdad este tío quiere hablar de «alegría de vivir»? Más bien habría que preguntarse en qué mundo vive este sujeto.

Hace unos años publiqué en *Revista de libros* una reseña sobre el libro de Barbara Ehrenreich [*Una historia de la alegría*](#). En el párrafo inicial me sentí obligado a pergeñar algunas justificaciones en el sentido de que, frente a lo establecido por el conocimiento ortodoxo, académico o convencional, tiene fundamento e interés ocuparse de los sentimientos en general y del sentimiento festivo en particular. Lo primero –el estudio de las emociones, los afectos y las pasiones? es algo que va admitiéndose y abriéndose paso paulatinamente en todos los ámbitos establecidos. Yo citaba en la mencionada reseña un estudio que bien puede considerarse ya clásico sobre la dimensión social de los sentimientos, el libro *El llanto. Historia cultural de las lágrimas* (trad. de Eunice Cortés, Madrid, Taurus, 2001), de Tom Lutz. En mi biblioteca tengo otro libro que hojeo a menudo y que puede considerarse al mismo nivel: el volumen de Stuart Walton que se titula *Humanidad. Una historia de las emociones* (trad. de Amado Diéguez, Madrid, Taurus, 2004).

Para no citar sólo a autores extranjeros, debo decir también que en el medio hispano hay desde hace algún tiempo buenos especialistas en estas materias. Tanto es así que la revista *Ayer*, editada por la Asociación de Historia Contemporánea y la editorial Marcial Pons, dedicaba no hace mucho un dossier a [«Emociones e historia»](#) con aportaciones de varios investigadores. Con respecto a los siglos anteriores, me gusta mucho otro volumen, la obra que coordinaron María Tausiet y James S. Amelang: *Accidentes del alma. Las emociones en la Edad Moderna* (Madrid, Abada, 2009), en la que colaboran autores de diversos países, pero básicamente españoles. Aunque, sin duda alguna, la obra más conocida del público sobre esta materia ?bien es verdad que, en este caso, con un enfoque más psicológico que histórico? es la que en 1999 publicaron José Antonio Marina y Marisa López Penas con el título de *Diccionario de los sentimientos* (Barcelona, Anagrama, varias ediciones). Tuvo un merecido éxito, porque es una encomiable obra a nivel introductorio.

Eso por lo que respecta a los sentimientos en general. Pero, como esbozaba antes, una cosa son las emociones y otra un poco distinta la alegría de vivir, que desempeña en este caso algo así como el papel de la hermana pobre. Me explico. Quiero decir que, en el conjunto de la bibliografía –por lo menos de la bibliografía de la que yo tengo conocimiento?, los sentimientos llamémosles negativos, penosos o incluso trágicos ganan por goleada a los de signo contrario. En mi propia biblioteca, sin ir más lejos, dispongo de una excelente *Historia cultural del dolor* (Madrid, Taurus, 2011), de Javier Moscoso, y no sé cuántos volúmenes que tienen como tema central el miedo, como, por ejemplo, la interesante obra colectiva *El miedo en la Historia*, editada en 2013 por la Universidad de Valladolid. Podría pensarse, desde luego, que esta tendencia a lo oscuro es sólo el resultado de mis propias inclinaciones.

Bueno, no tengo más remedio que confesar, llegados a este punto, que siempre me ha interesado más el pesimismo que las actitudes opuestas, como puede comprobar cualquiera que eche un vistazo a la lista de mis publicaciones. De este modo soy, indudablemente, el primero que debe entonar el *mea culpa*, porque yo participo –o, por lo menos, he participado como el que más? en esa tendencia dominante de prestigiar el pesimismo y dar carrete al pesimista. Todos sabemos, aunque nada más sea que por nuestra propia experiencia, que la diagnosis negativa concita más interés, tiene más prestancia y adquiere finalmente más eco que el dictamen contrapuesto. Yo he dicho en múltiples ocasiones que el optimista está siempre al filo de que lo tomen por simple o bobalicón. No es una percepción sesgada. Tengo anotada una frase del anteriormente citado libro de Barbara Ehrenreich que me llamó la atención por su contundencia desde la primera vez que la leí: «En los últimos treinta años se han publicado cuarenta y cinco mil artículos sobre la depresión, pero sólo cuatrocientos sobre la alegría» (p. 24). Es decir, la proporción, *grosso modo*, es de cien a uno.

Lo que sostiene este libro de Ehrenreich es que los hombres y mujeres occidentales han sido educados, desde hace varios siglos a esta parte, en una racionalidad rigurosa y excluyente, con un criterio estrechamente productivista, una sumisión a la jerarquía, una disciplina mecanicista, una moral severa y una seriedad acartonada. Dicho en otras palabras, que la mentalidad occidental se ha sustraído al impulso primitivo, al «contagioso ritmo de los tambores» y al «seductor salvajismo del mundo». ¡Hombre!, la verdad es que, dicho así, expresado en esos términos, el diagnóstico dista mucho de convencerme. En su planteamiento maniqueo de hombre occidental *versus* buen salvaje, me recuerda mucho al Rousseau más primario y, en el mejor de los casos, en la susodicha vindicación salvaje y frenética de la vida, a un Nietzsche de guardarropía. Eso por no decir algo peor: que este es el sustrato típico del progre estadounidense –sobre todo el de las universidades californianas?, por un lado tan políticamente correcto como, por otra parte, tan orgulloso heredero del jipismo de la vieja guardia, ese impulso que ¿como los viejos roqueros? nunca

muere. Poca cosa, en verdad. Poco serio, si se me permite la broma fácil.

Ahora bien, una vez dicho eso, es innegable que hay una parte de razón en el aserto. En su conjunto, es indudable que la sociedad moderna y desarrollada ha perdido frescura, espontaneidad, entusiasmo, vitalidad. Cuando queremos salir de los patrones rígidamente establecidos que operan entre nosotros, no se nos ocurre otra cosa que codificar la alegría y/o convertirla en objeto de consumo. La fiesta está cada vez más reglamentada. Hay períodos concretos o días *ex profeso* para divertirse. La semana se divide en dos períodos claramente diferenciados, la fase laboral y el *weekend*. A menudo, cuando *toca fiesta*, hay que hacer un hueco en la agenda, entre obligaciones familiares y laborales. A veces, hasta se dictan horas concretas para la expansión y el regocijo. Vamos a divertirnos esta noche, durante cinco o seis horas. Y en los lugares regulados al efecto. Con frecuencia, se nos obliga a una diversión un tanto impostada, una diversión controlada y sin excesos, con unas pautas que desempeñan una función parecida a la de esas risas enlatadas que en las series pretendidamente cómicas indican al telespectador cuando toca reírse. No voy a hacer ahora de Ehrenreich, poniendo el grito en el cielo y añorando una supuesta alegría primitiva. Es posible que las cosas sean así porque difícilmente puedan ser de otra manera. Al fin y al cabo, sobre esto ya se pronunció Freud en términos inequívocos: la represión de los instintos y el malestar de la cultura. Eso es lo que hay, ¿no?

Pero retomemos el hilo del principio: ¿por qué nos atrae tanto el mal y nos aburre tanto la bondad? ¿Por qué nos fascinan el dolor, el sufrimiento y la muerte y, en cambio, hablo, obviamente, en términos globales?, sentimos tanta tibieza hacia la abnegación, la cordialidad y la alegría? Siempre podemos tirar del tópico de Tolstói, tantas veces repetido, y decir que la felicidad unifica y uniformiza, mientras que la desgracia es distinta para cada persona o se vive de manera diferente en cada caso. La verdad es que no estoy nada seguro de que sea así. O, si me apuran, y tengo que conceder buena parte de verdad al aserto, diría que es cierto simplemente como resultado de que nos afanamos en ese sentido. Estoy hablando de la profecía que se autorrealiza o del pesimista recalcitrante que acaba por conseguir que su vida sea tan negra como sistemáticamente pronostica. Sea como fuere, lo cierto es que nuestra cultura justifica y hasta dignifica este negativismo, en tanto que obvia las actitudes contrapuestas. Toda nuestra atención, nuestro sentido de la realidad y hasta nuestras ficciones se basan en esos presupuestos.

Lo curioso del caso es que, pese a ese descrédito intelectual, la alegría impregna a los demás *de facto* más que la pesadumbre. Mientras que el melancólico tiende a la interiorización y el repliegue en sí mismo, quien goza siente necesidad de expandirse, comunicarse y hacer partícipe a los demás de su estado. Excitar la alegría, se dice a veces con propiedad. Como todo el mundo sabe, la risa es contagiosa. Si sentimos empatía hacia alguien, es difícil verle

reír y aguantar la carcajada. Y, por si fuera poco, la risa nos reconforta. Pero –aquí puede estar la clave? también nos hace un poco como niños. Es verdad, la risa en cierto modo infantiliza, dicho sea ahora sin el menor ánimo peyorativo. Por eso la pose intelectual sólo se permite la risa irónica, la broma con retranca, la carcajada sarcástica, el humor con mala leche. Me río, sí, pero me río de ti, contra ti. Es mi manera de agredirte y, al paso, despreciarte. No me río contigo. En cambio, la risa franca siempre tiene un componente comunal: queremos que los demás participen de nuestro jolgorio. Cuantos más, mejor: aquí no hay límites ni cortapisas. Integramos a todos porque ninguno es nuestro enemigo. Mientras que el triste calla o el taciturno hace del silencio su bandera, el risueño habla, grita, canta, salta, corre, baila. Por eso, frente a la aflicción, que es individual, la alegría tiene un fuerte componente comunitario. La pena se vive a solas, pero el júbilo se manifiesta en la propia celebración.

Todo esto son las grandes líneas que admiten, naturalmente, múltiples matizaciones o, incluso, excepciones. La tristeza, la pérdida o el dolor pueden ser vividos o compartidos en forma comunitaria, claro está. Hay manifestaciones colectivas de duelo. En último término, se habla a veces incluso de depresiones colectivas. Y también, por otro lado, hay una alegría de vivir ¿que a mí me interesa mucho?, que no tiene por qué manifestarse en forma de celebraciones colectivas, gritos, entusiasmos desbordantes, oropeles y fanfarrias. Me refiero a la lúcida e íntima satisfacción de sentirse vivo, de saber aprovechar los pequeños-grandes placeres de la vida. En este caso, son ociosas las palabras infladas, inútiles los conceptos pomposos, porque nos referimos a un placer sencillo, elemental, cotidiano. Desde esta perspectiva, la vida, en el fondo, vendría a ser esto y nada más que esto: la capacidad para sentir, aprovechar y gozar las diversas situaciones y momentos de la existencia. Recuerdo que hace muchos años me impresionó la parte final de un libro de entrevistas con Marguerite Yourcenar (*Con los ojos abiertos. Conversaciones con Matthieu Galey*, trad. de Elena Berni, Gedisa/Emecé, Buenos Aires, 1982). La gran escritora en lengua francesa bosquejaba cómo le gustaría morir, plenamente consciente: «con los ojos abiertos», como dice el título. Y esa consciencia llevaba integrada un sentido último de la vida, no un significado trascendente, sino todo lo contrario. La vida, venía a decir en términos sugestivos (mucho mejor de lo que yo puedo aquí reproducir), no consistía más que en una selección de momentos vividos intensamente. Ahí estaba todo el secreto: en una íntima, profunda y sabia alegría de vivir, de sentirse vivo, que daba plenitud y valor al trance de haber hollado este mundo.

A todo esto, a estas alturas, y cuando ya estoy llegando al final, me doy cuenta de que me he dejado ganar por las divagaciones y he omitido la razón primera por la que empecé a redactar estas disquisiciones. Acabo de terminar un breve –no llega a las doscientas páginas? pero enjundioso libro del profesor Emilio Mitre Fernández, un reputado especialista en la

cultura del Medievo. Se titula [*Desprecio del mundo y alegría de vivir en la Edad Media*](#). Si han llegado hasta aquí, les diré que su lectura es la responsable de los párrafos anteriores, no porque él diga en el libro lo que yo torpemente he escrito, sino porque ha desencadenado mi reflexión en el sentido que antecede. Les diré también que, como todos, el profesor Mitre empieza por instalarse en la orilla opuesta a la alegría para deshacer tópicos, en este caso los referidos a la Edad Media como período siniestro y lúgubre. Concretamente, la primera frase reconoce que «sobre la Edad Media ha caído el estigma de época oscura y triste, reino de la ignorancia y el fanatismo». Bueno, pues ya se pueden imaginar que contra esa extendida imagen se urde todo el libro.

Picoteo de sus páginas algunas apreciaciones que me han parecido sugerentes. Por ejemplo, la valoración de lo festivo en la producción goliárdica. Los temas abordados por los goliardos exaltaban tres formas de placer: el amor carnal, el juego y la taberna. Flota, por encima de todo, la exuberancia de la primavera, el buen tiempo que vence al frío invernal y permite gozar de la vida en una onda muy semejante a la que antes bosquejábamos. Seguro que con estas alusiones se habrán acordado de *Carmina Burana*. Frente al desenfreno orgiástico hay también, como sucede hoy, un reducto para la alegría contenida y moderada: la risa a nivel de sonrisa. Mucho más extraña y sorprendente para nuestra mentalidad es la consideración de la guerra como actividad lúdica: la batalla como competición o juego caballeresco. Aquí indudablemente hemos cambiado para bien, con nuestras competiciones deportivas como alternativa a los combates sangrientos: ¡benditos *hooligans*!, un millón de veces preferibles a las violaciones, pillajes, saqueos y ajusticiamientos.

En última instancia, desde luego, no puede negarse que la alegría de vivir en el Medievo estaba muy mediatizada por el papel cenital que desempeñaba la religión: en este aspecto, los placeres corporales en sentido convencional quedaban en gran modo subordinados a la felicidad como sublimación. Había que prepararse para un «más allá» en el que a todos los seres humanos iban a pedírseles cuentas estrictas. En definitiva, Mitre tiene la virtud de refutar un Medievo sombrío sin recalar en el extremo opuesto, esto es, sin llegar a pintar una Edad Media en la que reinara la alegría desenfundada. Como en casi todas las épocas, aunque por distintos motivos, la alegría de vivir resulta, en suma, una aspiración universal, tan irrenunciable como problemática.