

## Emociones estéticas

Psic. Victoria Molina

Hemos hablado en otras ocasiones del tema de las emociones, tanto en términos generales, como de algunas en lo particular. En esta oportunidad tocamos un poco **las emociones estéticas**, de las que falta aún bastante por estudiar y desarrollar, que tienen tanto sus defensores como sus detractores; sin embargo, merecen una breve mención.

La emoción estética, como señalara Schönberg, es algo que supera lo tangible, contingente y relativo; que va más allá de lo estable y conocido y **se adentra en los estados de lo secreto, del misterio y del absoluto**. La provocación de lo bello puede llegar a ser en sí misma una sugestión hacia lo superior y lo infinito. Supone el adentrarse en el terreno de lo desconocido, porque la insinuación de lo estético es demasiado sugerente como para no dejarse sugestionar. En ello, las cosas, los sonidos, la naturaleza, el mundo se abren a una dimensión nueva y más profunda y, según la predisposición personal, su incidencia llega incluso a la realidad suprema: el encuentro con lo absoluto y trascendental.

La contemplación pictórica, por ejemplo, o la audición musical pueden producir **sensaciones de bienestar que trascienden** y se introducen en la mente con sello de autenticidad. Lo bello, por tanto, no es una determinación exclusiva de la razón, sino que es una intersección de la emotividad y lo racional. Varios estudios científicos, como el de Locher y Leder, se han elaborado para explicar que la experiencia estética **afecta los estados cognitivos y afectivos simultáneamente**.

Rafael Bisquerra es uno de los grandes estudiosos del tema de las emociones y habla de las estéticas como **las que se experimentan ante las obras de arte o la belleza**. Sabemos que el arte tiene por objetivo suscitar emociones: expresarlas, comunicarlas, activarlas, experimentarlas, compartirlas, etc. Ante cualquier obra de arte podemos experimentar emociones estéticas: al leer una obra literaria, al asistir a una obra de teatro; al contemplar una pintura, una escultura, una obra arquitectónica; al escuchar una sinfonía, una canción o una ópera; en una representación de ballet clásico, un musical o bailando; al ver una película, etc. Pero también podemos maravillarnos ante una salida o puesta de sol, o al gozar de un paisaje hermoso. Múltiples estímulos relacionados con la belleza y el arte pueden causarnos un determinado tipo de emociones a las que se denominan emociones estéticas.

Desde un punto de vista psicológico, la reacción que se puede experimentar ante ciertos acontecimientos, como un descubrimiento científico, una victoria deportiva, un trabajo bien hecho o una experiencia religiosa, puede tener las mismas características que las emociones estéticas. El misterio está en **comprender cómo y en qué condiciones se puede despertar una emoción a través de manifestaciones artísticas, científicas o profesionales**. Pero, independientemente de la situación que las suscite, experimentar este tipo de emociones nos produce bienestar.

Es una experiencia emocional ante la belleza aquello que nace de la sensibilidad, fruto de la conexión con lo que se está observando, escuchando o sintiendo y que produce **una sensación muy placentera**,

**muchas veces indescriptible.** Pero, como decía Krishnamurti, “la sensibilidad a los sentidos no implica complacerse en ellos, no significa ceder a los impulsos ni resistirlos, sino sólo observarlos (identificarlos, aceptarlos, integrarlos) de modo que la mente esté siempre alerta; de ese modo, todo el organismo se ajusta, se vuelve activo, sensible, inteligente, equilibrado”.

La belleza es tan inmensa que resulta imposible no rendirse a ella en algún momento, sin embargo, no es fácil describir el concepto de belleza. Numerosos pensadores y filósofos lo han intentado con más o menos fortuna. El psicoterapeuta y filósofo italiano Piero Ferrucci, nos propone un mejor entendimiento de **lo que es la belleza** desde la reflexión sobre la fealdad y los efectos que tiene sobre nosotros: la violencia contra los animales, el maltrato infantil, las guerras, las catástrofes y el daño a la naturaleza. A menudo es necesario toparnos con la fealdad destructiva para entender qué es la belleza y que deje de ser entendida como algo superficial, sentimental o ambiguo. Sea lo que sea, **la belleza parece poseer un extraordinario poder sanador** del alma.

Cabe mencionar, también, que las emociones estéticas no abarcan solamente la vertiente del placer, lo agradable y lo positivo; **las sensaciones desagradables y negativas** también las conforman.

En el arte, por ejemplo, **cuando se experimenta miedo, tristeza o ira, no es de la misma naturaleza que el miedo, tristeza o ira reales.** Las emociones estéticas no motivan los comportamientos prácticos de la manera en que lo hacen otras emociones (como el miedo motivando conductas de huida). La capacidad de las obras de arte para despertar emociones como el miedo es un tema de investigación filosófica y psicológica. Plantea problemas como la paradoja de la ficción en la que uno responde con emociones a veces bastante intensas, incluso sabiendo que el escenario es ficticio. Algunas formas de obras de arte parecen estar dedicadas a la activación de emociones particulares, como las películas de terror buscan despertar sentimientos de miedo o disgusto; las comedias buscan despertar la diversión o la alegría; las tragedias buscan despertar simpatía o tristeza, y los melodramas intentan despertar compasión y empatía. De hecho, las emociones que se sienten durante la actividad estética o apreciación (emociones estéticas), pueden ser las mismas que se suscitan en cualquier otro contexto (miedo, ira, tristeza, alegría, asombro, simpatía, tranquilidad, etc.), pero la reacción o la conducta que resulta de dicha emoción será muy diferente. Las manifestaciones artísticas nos permiten **experimentar una catarsis, una descarga emocional**, y es esa sensación la que nos aporta satisfacción y bienestar. Cuando nos identificamos con los personajes, vivimos las experiencias como propias y eso nos aporta conocimiento personal. En el arte trágico podemos reconocer una profundización moral de la condición humana.

Sea del tipo que sea, **en el arte hay belleza, la cual activa emociones estéticas**, que en último término van a proporcionar bienestar.

Lo importante es la magia resultante a partir de la conexión con la belleza; la experiencia personal del impacto emocional. Y **todo dependerá de nuestra mirada y del significado que le demos**, según nuestra historia personal.

Existen muchas ocasiones en las que alguien encuentra la belleza donde otra persona no puede. Eso es básicamente la inteligencia estética: percibir la hermosura donde otros no la ven. La inteligencia estética diferencia tres componentes principales que definen el grado de percepción estética: **el rango de estética** (quienes poseen una gama estética más amplia pueden experimentar la belleza en más situaciones); **la profundidad de la experiencia** (cuando la experiencia vivida es superficial o tan profunda que puede mover por dentro algo muy intenso) y **la capacidad de integrar la belleza**

CENTRO SAN CAMILO  
VIDA Y SALUD  
NO. 103 (2020)

(cuando no sólo toca, sino que puede llegar a cambiar, alterar el pensamiento). Estas tres variables se dan, de diferente manera y grado, en todos nosotros.

En fin; podemos concluir diciendo que la meta al contemplar **la belleza**, en cualquiera de sus formas, debería ser aprender a disfrutarla, a sentirla en el momento, con atención plena, **como forma de crecimiento personal**, haciéndonos conscientes del bienestar que nos proporciona.