

## **Alegría y gratitud**

Luis Armando Aguilar Sahagún

No sorprende que la palabra “alegría” tenga una fuerza de atracción única. Sinónimo de gozo o regocijo, quien la haya experimentado no la confundirá con el placer. La alegría es el sentimiento que más querríamos retener. “La tristeza dice: pasa”, pero la alegría quiere eternidad, profunda eternidad” (F. Nietzsche).

### **Una mirada a través del tiempo**

La alegría ha sido estudiada bajo distintos ángulos. En la antigüedad se le consideró una pasión, un movimiento del alma opuesto a la tristeza. En la Edad Media la alegría (*laetitia*) entraba dentro del amplio catálogo de otras pasiones. Dentro de una antropología que supone al hombre compuesto como unión de alma y cuerpo, se hablaba de “alegría espiritual”, por tener más cercanía con el alma, para enfatizar su diferencia del placer, que se veía más unido al cuerpo y al sexo (placer sensible y placer sexual).

Es larga la lista de filósofos que la estudiaron dentro del campo de las “afecciones” y de los sentimientos. Destacan, entre los griegos, Platón, Aristóteles, Epicuro; Séneca y los estoicos romanos entre los latinos; San Agustín y San Clemente de Alejandría entre los Padres de la Iglesia antigua; todos fundamentándose en el Evangelio de Jesús, quien anunció la buena noticia, la noticia de la alegría a los hombres, y quien la encarna y dona por siempre para quienes creen en su filiación divina y su Resurrección.

Una larga lista de autores medievales continúa la reflexión. Entre los modernos destaca el aporte del filósofo judío Baruch Spinoza, así como las agudas observaciones de algunos filósofos ingleses. La indagación sobre la alegría comenzó a ser, asimismo, objeto de la psicología clínica. Es conocida la teoría freudiana acerca de lo que él consideraba los principios rectores de la acción humana (placer/realidad). No se pueden pasar por alto los aportes de Henri Bergson, para quien la alegría es la señal del triunfo de la vida sobre las tendencias que acechan con impedirla.

También entre los pensadores llamados post-modernos la alegría aparece como un tema ligado tanto a la nostalgia como a los “pequeños placeres” en medio de un mundo en el que las dinámicas del mundo moderno – con sus procesos de industrialización, urbanización, invasión del mercado a todos los ámbitos de la vida-, hacen que el gozo se convierta en una realidad evanescente, precaria, o bien en una mercancía más, objeto de consumo que rápidamente se pierde...

### **¿Qué es la alegría?**

El hombre trata de someter la realidad a sus necesidades, por eso la ve y la piensa bajo el punto de vista de sus insatisfacciones. Esa es también, parece, la razón por la que la frustración de expectativas ha sido un estímulo permanente para buscar modos de satisfacción. La mayoría de nuestros sentimientos y vivencias sirven para algún fin. La

alegría, en cambio, parece tener como único objetivo el reconocimiento del valor de vivir. El ser humano es el único ser vivo con conciencia de la muerte. Quizá, la alegría ha sido y es la primera y paradójica respuesta a la advertencia frente a ella. La alegría puede acompañar diferentes vivencias humanas, pero en su forma más pura está vinculada con la afirmación de vivir. Sobreviene cuando nadie la espera, sin propósito deliberado. Ignora su causa y su sentido.

Para el filósofo Mijael Malishev (*Invitación a la antropología filosófica*, 2000) la alegría provoca perplejidad porque parece contentarse con la realidad tal y como se nos ofrece, excitante y cruda, sin echar nada de menos. La alegría tiene como efecto el llevar a afirmar la realidad como realidad. A decir un gran “sí” a la vida y al mundo, a amarlos. Por eso, puede parecer vano esperar de ellos más de lo que nos dan. Pero justamente su poder consiste, según Malishev, en que nos hace capaces de otorgarle a la realidad más de lo que nos puede ofrecer y de lo que podríamos razonablemente esperar de ella. Es un sentimiento que parece poder prescindir de complementos o compensaciones de lo que nos parecen carencias, mal hechuras o contrahechuras. “No siempre proporciona el esperado tributo del esfuerzo por cambiarla ni la gratificación por los logros que tienen su origen en el cumplimiento del deber o en el ejercicio de la virtud. La alegría marca el comienzo de un camino, que o bien puede acompañar al ejercicio de la virtud o bien puede crearla como uno de sus modos de perpetuación. Siempre existen pretextos y estímulos para la alegría, pero no existen causas suficientes para que se arraigue de una vez y para siempre en lo hondo de nuestras vidas”. La alegría es experimentada como corroboración del hecho de vivir, de poder seguir participando en el mundo en la aceptación de nuestra condición lábil y precaria, y nos da la fuerza creadora que, como por gracia, confirma el hecho de nuestra existencia.

Para Fernando Savater (*Diccionario filosófico*, 1996) la alegría se hace presente con suavidad y ligereza, y no es incompatible con la gravedad de la vida. No supera lo trágico, pero puede llevarnos a desear enmendar algunos aspectos contrahechos del mundo que, como tal, puede parecer no tener enmienda alguna.

### **Alegría y gratitud**

Podemos decir que la alegría se presenta como atisbo de lo definitivo y promesa de una vida lograda. En este sentido tiene carácter de una experiencia fundante, como vivencia de una alegría radical, dada en el descentramiento o éxtasis del “sí mismo” que desborda toda expectativa, ya sea por la donación al otro o a los otros, ya sea por la recepción del cuidado, la atención, el gesto y la benevolencia de los demás. Es por eso que la más profunda alegría es inseparable de la gratitud.

La vida buena es aquella en la que es posible vivir con sencillez desde la experiencia de una alegría profunda que se convierte en impulso para vivir y lograr las relaciones que nos hacen ser, conocer y obrar en el seno de una sociedad que tiende a anular el gozo de la sorpresa de lo otro.

La sociedad se presenta como un espacio de relaciones en conflicto, como equilibrios siempre precarios a punto de romperse, de decepciones y penas. Es un bosque plagado de signos de

tristeza, de angustia y de muerte. La alegría se anuncia como regalo en medio de ambientes en donde el gozo es lo que más une a las personas. Su aparición como atisbo y noticia es promesa, es el abrevadero de lo que buscamos, al que intentamos volver una y otra vez a través de diversas mediaciones, de caminos erráticos, de bienes queridos y buscados.

La alegría nos salva. Por eso, la alegría tiene que ser alguien. Cuando se descubre que su fuente es el otro, los otros en la vinculación que es salida de sí, la alegría se convierte en modo de ser y de estar, en talante y actitud, y así, en objeto de opción.

Reflexionar sobre la alegría es querer volver a ella, permanecer en ella, ser contagiado y contagio. Es anhelo de retorno, implica conversión a su fuente... La alegría hace posible atisbar la posibilidad y las formas de una vida lograda. Se presenta como el señalamiento radical de lo absolutamente deseable.

La alegría encierra algo de un hondo misterio. Quizá porque es muy simple, o muy sencilla. "Dios es simple.

Es don puro. Por eso todo Él es "alegría" -afirmaba el Papa Pablo VI-. Tiene la alegría algo de desbordamiento, de exceso, de paso al límite. Está en el punto en el que parece que se llega al borde de una plenitud, quizá, de la plenitud. Aparece, se queda o se va. Se queda, si es acogida en el amor al que se le obsequia, como aroma o fruto. Se va, si el amor no es consistente, o se centra donde no pertenece, donde no es, ahí donde se busca apresarla como algo que "se tiene", en lugar de agradecer y, al agradecer, irradiar algo de su don.

### **Alegría evangélica**

En la última cena de Jesús con sus amigos, la alegría pudo ser el tono dominante de su ánimo, más que la tristeza. No obstante, la tristeza y angustia de muerte que, según los testimonios del Evangelio, lo embargaron, no pudo ser la alegría ajena a un corazón que tuvo como nota "amar hasta el extremo".

No cabe mayor desbordamiento ni mayor descentramiento, podemos decir, ni en lo humano ni en lo divino. No hay más exceso de ser, ni cosa que le iguale en gestos o en fuerza creadora, al punto de acompañar a la fundación de un nuevo pacto entre Dios y los hombres; una Alianza nueva y eterna.