

La alegría y la tristeza

Por ENRIQUE GUARNER

EN su novela «Humo», publicada en 1860, Ivan Turgueniev describe una escena de alegría rusa de la siguiente manera: «La conversación se prolongó hasta pasada la medianoche y se distinguió por la abundancia y variedad de los temas. La señora Sujantchikov habló de Garibaldi; de cierto Carlos Ivanovitch azotado por sus gentes; de Napoleón III; del trabajo de las mujeres, del mercader Pleskichev que según todos sabían hizo morir de hambre a doce obreros, y fue condecorado, con una medalla en la que se leía «por haber sido útil»; el proletariado; del príncipe georgiano Tchinkseulidzev que disparó un cañón contra su mujer y del porvenir de Rusia.

«Pitchalkin habló de la venta del aguardiente, del significado de las nacionalidades y de su horror a la vulgaridad».

«De pronto Verochilov no pudo soportar aquello y sin tomar aliento a riesgo de asfixiarse nombró a Drepper, Firchov, Chelguenov, Biachav, Star, Stur, Juan Muller el fisiólogo; Juan Muller el historiador a los que evidentemente confundía».

«¿Quiénes son todos estos pájaros? —murmuró Bambaev asombrado.

«Son los predecesores de Shakespeare y están unidos a él como los Alpes al Monte Blanco —respondió Vorochilov con voz de trueno y en seguida también pasó a disertar sobre el porvenir de Rusia.

«Bambaev creyó imprescindible tocar el mismo tema y pintó ese porvenir con los colores del arcoiris. La música rusa excitaba especialmente su entusiasmo, veía en ella algo grandioso y para probarlo entonó una romanza que según decía era de Varlamov; pero fue inmediatamente interrumpido por la observación general de que lo que estaba cantando abominablemente era el «Miserere» de El Trovador».

«A favor del barullo un oficial dijo algo contra la literatura rusa, otro declamó unos versos y Bondarov fue aún más franco declarando que había que partirles los dientes a los granujas sin especificar quiénes eran tales. Todos los contertulios estaban abrumados, roncós, tenían los ojos hinchados y se enjugaban el sudor del rostro. Trajeron botellas de vino que fueron vaciadas en un momento. ¿Qué decía yo? preguntaba uno. ¿Can quién estaba yo discutiendo? decía otro añadiendo ¿de qué hablabamos?».

Con esa facilidad y domicilio estilístico que poseía Turgueniev es capaz de retratar la alegría forzada o manía de un grupo de rusos en París. Estos ataques de alborozo consisten en un sentimiento de exaltación, de euforia y de excesiva animación. La persona que siente feliz y cualquier experiencia adquiere colorido, porque es sobrestimada. La imaginación se magnifica, en tanto que el dolor vital desaparece completamente.

En este estado de algarabía los temas se cambian en forma constante porque no hay adherencia a ninguno. En ocasiones se pierde la claridad de la conciencia. Y se confunden las ideas como cuando se canta una melodía por otra. El pensamiento resulta siempre incompleto y cambiante provocando un conflicto en quien trate de seguirlo dado que ningún concepto se hilta con el anterior. La razón de esta circunstancia reside en la extrema distractibilidad del individuo que sufre el ataque de manía.

El desorden del pensamiento puede ser prominente y es revelado por las producciones verbales en las que la persona habla rápidamente y sin concentrarse en tema alguno por más de unos segundos. Cualquier idea marginal es tomada en consideración y se diserta sobre ella. El que cualquier estímulo sea capaz de provocar la conversación, ha dado lugar a que los psiquiatras lo califiquen como «fuga de ideas».

El contenido de los pensamientos nos indican que el sujeto posee una opinión exaltada de sí mismo. Esta omnipotencia puede desarrollarse en el campo de tener mayores conocimientos que los demás, ser superior sexualmente o una capacidad más alta para hacer negocios.

La actividad motora se incrementa y se habla, se canta o se baila, o se destruyen los objetos que le rodean. A pesar de estos movimientos continuos, la persona no se cansa y prácticamente ser vuelve infatigable.

He descrito aquí lo que es la alegría ficticia o patológica, porque la que podríamos denominar normal, se deriva de aquello que nos proporciona un éxito y siempre resulta una emoción transitoria y de carácter pasajero. En ella predomina el buen humor y existe el deseo de hacer cosas. Nuestra habilidad verbal se incrementa levemente, sin que nunca se pierda el juicio y los pensamientos permanezcan coherentes. La capacidad sexual debe aumentar pero siempre será controlada y las fantasías se mantendrán dentro de los límites posibles, sin desbordarse en la búsqueda de la omnipotencia, ni la megalomanía. Podría concluirse que la alegría nunca durará sino que será breve y seguida por periodos de equilibrio o de tristeza transitoria.

La Tristeza

Magistralmente como siempre, Benito Pérez Galdós en su retablo «Miau», publicado en 1888, nos describe un caso grave de melancolía. Este es el relato de las penas y fatigas de Ramón Villamil, cesado por Hacienda y quien pone un término a sus desilusiones pagándose un tiro en la sien. Antes del funesto desenlace el escritor canario nos dice:

«El odio a su familia, ya en los últimos días iniciado en su alma, y que tomaba a ratos los vuelos de frenesí demente o rabia feroz estalló formidable, haciéndole crisar los dedos, apretar reciamente la mandíbula, acelerar el paso con el sombrero echado atrás, la capa caída, en la actitud más estafalaria y siniestra. Era ya noche obscura y resueltamente se dirigió al Conde-Duque, pasó por delante del cuartel y el aproximarse a la plaza de las Comendadoras andaba con el paso cauteloso, evitando el ser visto, buscando la sombra y mudando de dirección a cada instante. Agazapado en una esquina solitaria y silenciosa miró hacia su casa. Era como si al amparo de la esquina fuera un ladrón o asesino que acechara al caminante».

Pérez Galdós nos muestra dos síntomas cardinales de la depresión, que son: 1) Un sentimiento de profunda melancolía, 2) la presencia de un desorden del pensamiento que se retarda y se vuelve pesimista con ideas de culpa; 3) una dificultad en la actividad motora la cual suele ser lenta, aunque en algunos casos se transforma en gran agitación.

El inicio de la depresión puede surgir en forma dramática, pero no resulta infrecuente el que sea una situación insidiosa. Siempre habrá ocurrido una pérdida de objeto de carácter ambivalente que justifica la tristeza, pero cuando ésta se prolonga debemos pensar que se ha establecido de melancolía.

Numerosas personas recurren a síntomas físicos para encubrir la depresión y se quejan de dolores vagos en el pecho, o articulaciones, representando distorsiones de su imagen corporal, asegurando que sufren de cáncer. Sin embargo, es la vida la que se ha vuelto un insostenible tormento. Todas sus ideas mórbidas constituyen pensamientos de que ya no podrán trabajar, perderán su dinero o algo va a pasarle a su familia. Percerá como que el individuo deprimido solamente reflexiona acerca de su culpa por pecados imaginarios por los que busca castigo. Estas acusaciones carecen de realidad, pero el melancólico habla únicamente de su irresponsabilidad o de sus fallas en la vida.

Junto con lo anterior existe retardo en los procesos mentales. La persona asegura que ya no se puede concentrar o enfocar la atención hacia algo. Tampoco puede escribir o leer y mucho menos retener alguna lectura, componer una carta. Aquellos que iban a la escuela dejan de estudiar y se refugian en su aislamiento.

En relación a los movimientos, éstos pueden retardarse al extremo, pero también sucede como en el caso de Villamil que deambula sin dirección alguna. El arreglo personal pierde cualquier razón de ser y en el caso de las mujeres deprimidas vemos que dejan de peinarse, arreglarse las uñas o rechazan los cosméticos y la joyería. Esto se produce porque cualquier acción que se emprenda representa un tormento.

A estos síntomas debemos agregar las horas de insomnio y la reducción del dormir. Asimismo des aparece el apetito y se baja de peso. El deseo sexual se eclipsa por completo y muchas mujeres sufren amenorrea.

Lógicamente he descrito un caso de depresión severa, pero el sentimiento de tristeza es simplemente una reacción natural en la vida que no significa más que un desvanecimiento transitorio de la felicidad. En el mundo, la fortuna se porta desigualmente con todos, pero aún en el caso de que la suerte nos sonría, tendrán que surgir momentos en que sintamos nostalgia por el pasado. Generalmente todo reconocemos la dicha de manera retrospectiva, de tal modo que ilumina el frecuente descontento por las circunstancias que siempre van a decepcionarnos. Cuando meditamos acerca de ellas surge la tristeza. Esta es un ingrediente en la vida humana y dará lugar a que ante situaciones favorables recuperemos eso que es tan indefinible y a lo que llamamos la felicidad.