

## SOBRE LA ALEGRÍA\*

Estimado amigo:

Hace tiempo que llevo preguntándome sobre la alegría. Entre muchas cosas, me interesa elucidar su cualidad afectiva, su estructura ontológica, su dinámica psicológica. Pero, al igual que tú, me interesa sobremanera determinar los objetos que la suscitan, las cosas que la provocan, pues difícilmente podemos admitir que la alegría surge en nuestro interior sin una razón aparente. La alegría nos conduce a mirar hacia dentro de nosotros, pero también nos invita a considerar el mundo donde nos encontramos. Sobre todo, nos llama a atender la relación que hay entre ambos extremos: el mundo exterior y el ámbito interior.

Tal vez no he avanzado mucho en el camino de mis propias reflexiones, pero te comparto de buena gana algunas cosas que hasta ahora he descubierto en el trayecto. Espero que en algún punto se nos haga evidente algún aspecto de su belleza, algún elemento de su importancia antropológica.

### I

La alegría es una vivencia afectiva que tiene una estructura “intencional”,<sup>1</sup> es decir, está siempre referida a una objetividad: uno no se alegra “de nada” ni tampoco “por nada”; nuestra alegría siempre es “en virtud de algo”. Este algo es la “fuente” de nuestra alegría y, sin él, ésta carecería de sentido.

---

\* Un viejo amigo se preguntaba hace tiempo sobre las “fuentes” de las que brota la alegría, en la red social donde suele compartir sus pensamientos. Asimismo, le interesaba saber la diferencia entre la alegría y la diversión, con la cual tiene cierto parecido. Esta carta es mi contribución al debate de ideas que se suscitó inmediatamente después entre varias personas.

<sup>1</sup> Uso la palabra “intencional” en el sentido en que la emplea Dietrich von Hildebrand en sus escritos, esto es, como una relación consciente y significativa que establece una persona con algún objeto del mundo. Por ejemplo, en el capítulo 17 de *Ethik* (Habbel, Regensburg, 1973, p. 201) y el capítulo 2 de *Über das Herz. Zur menschlichen und gottmenschlichen Affektivität* (Habbel, Regensburg, 1967, p. 57).

Este “algo”, sin embargo, no es propiamente una cosa, sino un “estado de cosas”;<sup>2</sup> lo expresamos claramente en el lenguaje con la fórmulas “de que” o “porque”: nos alegramos *porque* un amigo nos visita, *porque* hallamos un objeto perdido, *porque* hemos superado un examen, *porque* hemos encontrado trabajo, *porque* ya no estamos enfermos; asimismo, nos alegramos *de que* ha salido el sol (en un día de frío), *de que* la cuesta de enero haya bajado, *de que* en las elecciones haya ganado el mejor candidato, *de que* el bebé haya nacido sin problemas, *de que* viaje haya terminado sin contratiempos.

## II

Estos estados de cosas pueden ser de cualquier índole, como lo muestran los ejemplos aducidos: muy nobles y elevados o muy sencillos y discretos. Pero todos ellos poseen una “importancia”; todos ellos son “significativos”. Estados de cosas “irrelevantes” o estados de cosas “neutros” no motivarían en nosotros alegría; más bien, nos dejarían indiferentes (por ejemplo, que una mascota camine por la calle o una persona estornude en un restaurant, que los servicios del Ayuntamiento recojan la basura o que el despertador suene a las siete en punto de la mañana).

Sólo habría que elucidar si esa importancia o significatividad de los estados de cosas es “objetiva” o tiene un carácter “subjetivo”, es decir, si se debe a los estados de cosas mismos (a su naturaleza) o está ligado en cierto sentido a una pretensión nuestra (un deseo o un anhelo). Esto es importante, porque de ello dependerá el carácter moral de nuestra alegría; pues, en efecto, alegrarse de que a un vecino lo hayan asaltado en el transporte público o de que al equipo contrario al nuestro le hayan marcado un penalti injustamente es, en sentido estricto, inmoral. Incluso, podríamos decir que “no deberíamos” alegrarnos de eso o, si hemos empezado a estarlo, “tendríamos” que refrenar en nosotros este afecto.

Otro rasgo de los estados de cosas que motivan nuestra alegría es que todos son “positivos”; de alguna manera implican “algo bueno”. El lenguaje lo revela también en los

---

<sup>2</sup> Sobre la diferencia entre “cosas” y “estados de cosas” pueden verse también los escritos de Dietrich von Hildebrand; por ejemplo, el capítulo 17 de *Ethik* (Habbel, Regensburg, 1973, pp. 208-216, 216-218) y el capítulo 1 de *Was ist Philosophie?* (Habbel, Regensburg 1976, pp. 22-26).

ejemplos mencionados: es *bueno* que un amigo nos visite, que encontremos un objeto perdido, que hayamos superado un examen, que ya no estemos enfermos, que hayamos encontrado trabajo. Este carácter de “bondad” es lo que distingue la alegría de la tristeza, que se lamenta de estados de cosas hasta cierto punto “malos” (o al menos “negativos”).

### III

Una cosa que no logro ver con claridad es si nos alegramos por estados de cosas pasados o futuros, pues me parece que la alegría está centrada en estados de cosas presentes, esto es, que aquí y ahora han ocurrido. Es posible que supere el examen de final del curso o salga pronto de la enfermedad que me postra ahora; pero mientras ello no ocurra —pues podría no ocurrir, al menos pronto— no me alegro; más bien, aguardo el momento uno con confianza y el otro con esperanza.

En cambio, de estados de cosas pasados puedo alegrarme, pero esta alegría es muy curiosa: puedo alegrarme nuevamente de que haya sucedido lo que sucedió (encontrar trabajo, hallar el objeto perdido), pero también de que finalmente haya sucedido en lugar de no haber sucedido (pues la posibilidad de fracaso siempre estuvo presente). Esta alegría, dicho sea de paso, es “otra” alegría, es una “nueva” alegría, que se distingue, pues, de la alegría del momento en que sucedió el estado de cosas que sucedió. Así pues, un mismo estado de cosas puede concitar dos vivencias de alegría dentro de nosotros, pero no exactamente por el mismo motivo: en el primer caso, nos alegra como tal el estado de cosas (hallar a un hijo perdido en un centro comercial); en el segundo caso, nos alegra que la historia haya terminado bien, en lugar de mal.

### IV

Para comprender mejor la naturaleza de la alegría hay que distinguirla de otras cosas que de alguna manera se le parecen. La alegría se distingue de la “diversión”, como bien afirmas; pero también se diferencia del simple “estar de buenas”. Este último es un mero

estado de ánimo; aquel otro, en cambio, es resultado de un momento de distensión anímica. Asimismo, la alegría no es lo mismo que la “risa”, pues mientras la primera surge porque ha sucedido un estado de cosas bueno y positivo —como ya he mencionado— la risa brota ante estados de cosas “cómicos” o “ridículos”, sin atender propiamente a su importancia bondadosa o significación positiva.

Ahora bien, que todas estas cosas se distingan no significa que entre todas ellas no haya algunas formas de relación. Por ejemplo, como hoy amanecí “de buenas”, decidí ir a los juegos mecánicos de la feria para “divertirme”; me “alegra” que me hayan acompañado ciertos amigos y me he “reído” de algunas cosas chuscas que allí nos sucedieron. Sin embargo, es interesante saber si todas estas cosas se relacionan de manera significativa o se encadenan entre sí de manera puramente causal o simplemente confluyen en los mismos hechos.

## V

Quizá la cuestión más interesante que deberíamos plantearnos es la relación (y la diferencia) de la alegría con la felicidad. Aunque solemos tomarlas por idénticas, podemos darnos cuenta que una vivencia no es igual a la otra.

Aunque pueda durar un cierto tiempo, la alegría está centrada más en el aquí y en el ahora; la felicidad, en cambio, rebasa esta temporalidad tan puntual, trasciende la eventualidad del tiempo. Por otro lado, la felicidad es mucho más profunda, penetra en estratos más hondos de nuestro ser; la alegría, por su parte, puede ser incluso intensa, vibrante, pero casi siempre es epidérmica, está “a flor de piel”. La alegría, además, “colorea” vivamente nuestra vida anímica, la “ilumina” hasta cierto punto, pero la felicidad le confiere cierta “plenitud” existencial, le aporta un carácter de “certeza”. La alegría hace “vibrar” nuestra alma entera; pero la felicidad “toca” propiamente el punto neurálgico de nuestro ser: el yo.

Finalmente, desde otro punto de vista, podemos estar alegres dentro de una infelicidad de fondo, lo cual funciona, hasta cierto punto, como un bálsamo sobre una herida muy íntima, pues una infelicidad constante puede destruirnos humanamente, pero instantes de alegría

pueden arrancarnos de ese peligroso ensimismamiento. Y, en sentido inverso, cuando de alguna manera somos muy felices nos damos cuenta, las más de las veces, cuán fugaces son las alegrías, qué efímeros son sus motivos, aunque éstos sean buenos; si bien agradecemos estos momentos positivos de la vida, no por eso nos apegamos a las alegrías, no por eso las buscamos a toda costa.

Te saludo con afecto

José R.