

TRISTEZA

La tristeza es una de las seis emociones básicas. Es una clase de dolor emocional o estado afectivo provocado por un decaimiento espiritual y expresado a menudo mediante el llanto o el rostro abatido. Nos sentimos tristes cuando nuestras expectativas no se ven cumplidas o cuando las circunstancias de la vida son más dolorosas que alegres. La palabra española tristeza viene del latín, *tristitia*, aunque también era conocida con el helenismo melancolía.

Un estado de ánimo triste y oscuro en tiempos pasados era reflejo de melancolía. Este concepto se conoce desde la mitología griega, llamándose "melasxolia" ("melas" significa negro y "xolias" es humor). Filósofos como Aristóteles hacían una apreciación entre dos tipos de personas: el normal y el melancólico por naturaleza, el cuál era especial y diferente a los demás. Por esta razón, la melancolía comenzaría a ser asociada con famosos artistas que expresaban cómo se sentían.

Es un sentimiento caracterizado por un estado de profunda tristeza, que se manifiesta en los individuos como desánimo, abatimiento y apatía ante las cosas y ante la vida. En este sentido, supone una tendencia hacia los pensamientos tristes y pesimistas, una permanente sensación de minusvalía y una fijación constante en las carencias propias, así como la pérdida del interés por los asuntos afectivos.

La melancolía se ha representado a lo largo de toda la Historia del Arte, pero también ha impulsado su desarrollo. En todas estas décadas, la melancolía invadía a diversos artistas, los cuáles representaban frente a un lienzo en blanco, una hoja de papel o una partitura todos sus pensamientos y sentimientos, desde alegrías a miedos y frustraciones, pero todos orquestados por luz y armonía.

Ahora bien, ¿quién o quiénes han transformado su melancolía en arte en el pasado? Existen especulaciones evidentes sobre si Picasso sufrió depresión durante su famosa etapa azul. Sus cuadros se resuelven con diferentes tonalidades azules, melancólicas, y se centran en personas a las que la sociedad daba la espalda, como los mendigos.

No se sabe a ciencia cierta si Van Gogh padecía trastorno bipolar o trastorno de personalidad límite. La tristeza/melancolía le condujo entre la luz y la oscuridad, entre pintar grandes obras artísticas y desesperarse hasta el punto de cometer actos como la amputación parcial de su oreja izquierda. La tristeza nunca le abandonó y guio su vida y arte.

La melancolía es parte de nuestra historia y, por lo tanto, no podía faltar en la literatura. Se encuentra desde los antiguos textos griegos hasta las obras de Shakespeare. Destacan así personajes literarios como el príncipe Hamlet (1603), que evoluciona de la tristeza y melancolía, o el joven Werther (1774), que es una muestra de este sentimiento de tristeza. Por último, el filósofo francés Albert Camus nos brinda la mejor aproximación de melancolía en su obra *El mito de Sísifo* (1942).

La tristeza y la melancolía van de la mano y han inspirado durante años verdaderas obras maestras.

SADNESS

Sadness is one of the six basic emotions. It is a kind of emotional pain or affective state caused by spiritual decay and often expressed by weeping or a downcast face. We often feel sad when our expectations are not met or when life circumstances are more painful than joyful. The Spanish word "tristeza" comes from the Latin, *tristitia*, although it was also known by the Hellenistic melancholy.

A sad and dark mood in the past was a reflection of melancholy, a concept known from the Greek mythology, where it was called "melasxolia" ("melas" means black and "xolias" is humour). Philosophers such as Aristotle made an assessment between two types of people: the normal, and the melancholic by nature, which was special and different from the others. For that reason, melancholy was associated with famous artists who expressed how they felt.

It is a feeling characterized by a state of deep sadness, which manifests itself in individuals as discouragement, despondency and apathy towards things and life. In this sense, it involves a tendency towards sad and pessimistic thoughts, a permanent feeling of worthlessness and a constant fixation on one's own shortcomings, as well as a loss of interest in affective matters.

There is a clear representation of melancholy throughout the History of Art. After the Ancient Ages, the state of the soul has been depicted and reflected in paintings and sculptures. In all these decades, melancholy invaded various artists, who represented in front of a blank canvas, a sheet of paper or a score, all their thoughts, feelings, from joys to fears and frustrations, but all orchestrated by light and harmony.

Now, who in the past transformed their melancholy into art? There is obvious speculation that Picasso suffered from depression during his famous blue period. His paintings in different shades of blue, melancholic and of people society turned its back on, such as beggars. Van Gogh, who little is known about whether he suffered from bipolar disorder or borderline personality, went on two journeys between light and darkness, between painting great works of art and cutting off part of his left ear. This sadness never left him and guided his life and art.

Melancholy is part of our history and therefore could not be absent from literature. It can be found from the ancient Greek texts, with those oppressed characters to the outlandish works of Shakespeare. Thus, we can highlight literary characters such as Prince Hamlet (1603) who evolves from sadness and melancholy; or the young Werther who is the personification of his own sadness (1774). Finally, the French philosopher Albert Camus gives us the best approximation of melancholy in his work *The Myth of Sisyphus* (1942).

Sadness and melancholy go hand in hand, and have for years reflected true works of art.