



ARTÍCULO ORIGINAL

ORIGINAL ARTICLE

Recibido: 021/01/2024. Aceptado: 22/03/2024

PRESCRIPCIÓN SOCIAL DE ARTE: L'ALEGRIA QUE PASSA DE SANTIAGO RUSIÑOL Y EL MIEDO AL CAMBIO

SOCIAL PRESCRIPTION OF ART: L'ALEGRIA QUE PASSA BY SANTIAGO RUSIÑOL AND THE FEAR OF CHANGE

Teresa Guilera MD PhD

Médico especialista en psiquiatría. Servicio de Psiquiatría. Hospital Universitario Santa María. Gestió de Serveis Sanitaris (GSS), Lleida.
Investigador del Grupo de Investigación: Fundamentos biológicos de los trastornos mentales. Instituto de Investigación Biomédica de Lleida Fundación Dr. Pífarre (IRBLleida), Lleida.

Correspondencia: Teresa Guilera Lladós. Servicio de Psiquiatría. Hospital Universitario de Santa María. Avenida Rovira Roure, 44, 25198 Lleida, Spain. Tel: 636417206, Email: tguilera37@gmail.com



RESUMEN

Introducción. Las artes son un bien cultural al alcance de la población general, transmiten emociones, favorecen la reflexión y el desarrollo de la imaginación. Las iniciativas de prescripción social de arte mejoran el bienestar emocional y la salud mental.

Este estudio pretende, mediante la identificación de las emociones en la obra *L'alegría que passa* de Santiago Rusiñol, poner de manifiesto el poder terapéutico del arte.

Métodos. Análisis descriptivo de las cuatro emociones básicas (alegría, tristeza, miedo y rabia) identificadas en los 19 temas del libreto de la adaptación de Dagoll Dagom de *L'alegría que passa*. La obra muestra el conflicto entre la prosa (pueblo gris, aburrido) y la poesía (el grupo de artistas).

Resultados. Se observa una estructura cíclica. La obra finaliza con la misma emoción (tristeza) con la que empieza. De las 23 emociones identificadas, la tristeza 8 (34.8%) y el miedo 6 (26.1%) son las más prevalentes. La alegría 4 (17.4%) es efímera y ante un intento frustrado de cambio surge la rabia 5 (21.7%). El miedo al cambio (34.8%) y la frustración (26.1%) están muy presentes a lo largo de la obra.

Discusión. La alegoría de emociones y mensajes sutiles de esta obra resuenan en el espectador en función de su estado emocional basal, entreteniéndolo, removiendo miedos o alentando ilusiones perdidas. La prescripción social de arte puede ayudar a la población general a reflexionar, relativizar sus problemas y quizás, a no tener miedo al cambio para tomar decisiones y mejorar la calidad de vida.

Palabras clave: Arte, emociones, miedo al cambio, prescripción social, Rusiñol, teatro.

ABSTRACT

Introduction. The arts are a cultural good available to the general, transmitting emotions, favoring reflection and the development of imagination. Social art prescription initiatives improve emotional well-being and mental health.

This study aims, by identifying the emotions in the play *L'alegría que passa* by Santiago Rusiñol, to highlight the therapeutic power of art.

Methods. Descriptive analysis of the four basic emotions (happiness, sadness, fear and rage) identified in the 19 themes of the libretto of Dagoll Dagom's adaptation of *L'alegría que passa*. The play shows the conflict between prose (gray, boring town) and poetry (the group of artists).

Results. A cyclical structure is observed. The play ends with the same emotion (sadness) with which it begins. Of the 23 identified emotions, sadness 8 (34.8%) and fear 6 (26.1%) are the most prevalent. Happiness 4 (17.4%) is ephemeral and before a frustrated attempt at change anger 5 (21.7%) arises. Fear of change (34.8%) and frustration (26.1%) are very present throughout the play.

Discussion. The allegory of emotions and subtle messages of this play resonate in the spectator depending on their basal emotional state, entertaining, removing fears or encouraging lost illusions. The social prescription of art can help the general population to reflect, relativize their problems and perhaps not be afraid of change to make decisions and improve the quality of life.

Keywords: Art, emotions, fear of change, social prescription, Rusiñol, theater.

INTRODUCCIÓN

La cultura y el arte se consideran un bien esencial, al contribuir no sólo en el wellbeing sino como herramienta terapéutica en la salud mental (Molina et al., 2023). En los últimos años Reino Unido está elaborando un ambicioso proyecto de *Social prescribing* o prescripción social que tiene como objetivo resaltar los beneficios del tratamiento terapéutico basado en el arte para mejorar la salud mental y física de las personas. En 2021 las autoridades sanitarias catalanas implementaron en Atención Primaria el *Programa de Prescripció Social i Salut*, que sistematiza la prescripción social de activos comunitarios para el bienestar emocional. Más allá

del Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013-2030, la OMS en un comunicado de junio de 2022, subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos.

Sin embargo, las propuestas basadas en el arte y cultura dirigidas a la promoción y prevención en la población general, a menudo son cuestionadas por la falta de rigor científico. El método científico y el auge del STEM (Science, Technology, Engineering, Mathematics) de los últimos años han comportado un declive de las Humanidades. Teniendo en cuenta la necesidad de pensadores e ideas nuevas que la sociedad actual requiere, la comunidad científica en los últimos años propone cambiar a STEAM (Science, Technology, Enginee-



Prescripción social de arte: L'alegría que passa de Santiago Rusiñol y el miedo al cambio.

T. Guilera

ring, Arts, Mathematics) (Yakman, 2006). STEAM es un nuevo paradigma en el que la ciencia y la tecnología es interpretada a través de las artes "A". STEAM mantiene el rigor científico, pero basado en un proceso creativo y crítico que solo las Artes, o las Humanidades, pueden aportar.

En el ámbito de la Salud Mental también es importante aplicar el rigor científico a las propuestas innovadoras y creativas en el abordaje terapéutico del malestar emocional en la población general.

La revisión de Guardiola & Baños en 2020 destaca el papel de las artes en la promoción de la salud y en la prevención de enfermedades. La participación en actividades artísticas reduciría el riesgo de desarrollar enfermedades mentales, al tiempo que aumentaría la autoestima y podría proteger contra el deterioro cognitivo.

Un estudio en población adolescente analizó las emociones a través de la serie de ficción televisiva *Élite*, realizando un análisis cualitativo de las distintas emociones que presentaban los personajes. (Forteza-Martínez, 2019).

Un estudio reciente analizó las cuatro emociones básicas (alegría, tristeza, miedo y rabia) expresadas e identificadas a través de dibujos de pacientes ingresados en una Unidad de Crisis de Psiquiatría. El arte les permitió expresar el malestar emocional sin necesidad de palabras. Los resultados mostraron diferencias de género, las mujeres identificaron más la tristeza y el miedo, y los hombres más la rabia y la alegría. (Guilera & Barrios, 2022)

El bienestar emocional y la salud mental son las prioridades del Plan de Salud de Cataluña 2021-2025. La iniciativa del teatro intergeneracional, se ha presentado recientemente en los medios como un ejemplo de prescripción social que puede evitar que un malestar emocional acabe en un trastorno mental.

El proyecto *Arte divergente* aborda a través de la cerámica y el dibujo, el bienestar mental, emocional, físico y social. Los autores se plantean también incorporar otras disciplinas de artes plásticas y escénicas (Molina et al., 2023).

Proyectos como *Mupsique* y *La voz del paciente* pretenden mejorar la salud a través de las emociones que provoca la música y se basa en los efectos saludables demostrados de cantar. Los autores defienden que el canto coral debería ser recetado por los médicos (Molina et al., 2023).

Arts in Health International Foundation plantea diferentes iniciativas internacionales con finalidad curativa y terapéutica. En la red de museos de Catalunya, que lidera el Museo

Nacional de Arte de Catalunya se han planteado experiencias que abarcan todo el territorio (Molina et al., 2023).

Según algunos autores contemplar arte y, sobre todo, practicar actividades artísticas tiene una influencia positiva, ayuda a mejorar o a tolerar los síntomas, amplía el proyecto de vida y proporciona también momentos de disfrute. El objetivo del arte no es curar, pero sí ayudar a humanizar los procesos de curación y los entornos en los que estos se desarrollan. En 2019 la OMS publicó un informe sobre la evidencia del impacto potencial en la salud de diferentes formas de actividad artística, tras analizar la evidencia científica en más de 3.500 estudios. La OMS insta a los Gobiernos a introducir las prácticas artísticas en las políticas sanitarias. (The Lancet, 2019).

El uso terapéutico del arte suele ir asociado sobretodo a las artes plásticas como forma de expresión, pero otras disciplinas artísticas como la literatura, la música, la danza o el teatro tienen la capacidad de aflorar y sanar emociones. A través de sus obras, el artista expresa sus propias emociones, pero también busca generar emociones en las personas que disfrutan de sus creaciones. Las emociones que genera el arte son percibidas de manera intensa porque cuando se está frente a una representación artística esta se concibe como algo real, y se vive en primera persona.

La poesía es también un medio idóneo para abordar la educación emocional (Agrelo-Costas & Piñeiro, 2021). El lenguaje figurado de la literatura ayuda a comprender las emociones y sentimientos de una manera más efectiva que las explicaciones lógicas. Los cuentos, las fábulas, la poesía ponen al lector en contacto con su experiencia emocional. Según algunos autores, la poesía remueve lo más profundo de nosotros mismos y permite sumergirnos en nuestro mundo interior, actúa de puente para entender sus imágenes y disfrutar de su musicalidad. La palabra poética propicia la identificación de las emociones, la comunicación interpersonal y la empatía, además de mejorar el rendimiento académico (Alabart & Martínez, 2016).

El teatro es una de las artes más antiguas que combina la música, escenografía o la gestualidad. Según Aristóteles, el teatro tenía que seguir unos parámetros para poder captar los sentimientos del público y conseguir la principal función del arte, purificar y erradicar las emociones perjudiciales. En el teatro el actor expresa, mediante metáforas, gestos y tonos de voz, las emociones del personaje. Las emociones que percibe el espectador dependen del sujeto y de su estado



emocional. El teatro musical aúna dos disciplinas el teatro y la música. Según Cologgi, la música como lenguaje universal que es, permite ir más allá del lenguaje verbal, que se comunica a través de las vibraciones, la combinación de sonidos, ritmos y tiempos. La interpretación de un actor añade emoción a una historia y la música añade emoción a un texto.

Sin embargo, no todas las propuestas artísticas culturales que pretenden favorecer el bienestar emocional influyen de la misma manera en el sujeto que la observa. Por tanto, la prescripción social de arte no debe ser indiscriminada.

El objetivo de este estudio es identificar las cuatro emociones básicas (alegría, tristeza, miedo y rabia) que transmiten las letras de la obra de teatro musical *L'alegría que passa*, así como identificar los posibles síntomas asociados a cada uno de los temas.

MÉTODO

Se trata de un estudio descriptivo en el que se identifican las cuatro emociones básicas: alegría, tristeza, miedo y rabia (Jack et al., 2015) del libreto de la obra de teatro musical *L'alegría que passa* adaptada por la compañía Dagoll Dagom.

L'alegría que passa de Santiago Rusiñol es un cuento de raíces clásicas, pero de huella contemporánea. La obra escrita en 1898 pertenece al movimiento modernista, con una mirada al futuro para transformar la sociedad y reflejarse en la modernidad europea. Dentro del modernismo los esteticistas defendían el arte por el arte. Rusiñol, artista polifacético, definía el arte como un bálsamo y un refugio útil para la evasión de una realidad incambiable, para *abrigar a los que sentían frío en el corazón*. Wagner creó el concepto de arte total que integra el arte musical, teatral y visual, características que se aprecian en la creación de *L'alegría que passa* con un diálogo entre prosa y poesía.

El texto original de Rusiñol es en catalán, y constan traducciones al castellano, francés e italiano. En 2023 Dagoll Dagom, compañía catalana de teatro especializada en adaptaciones de obras clásicas, estrena la obra en catalán. La trama se desarrolla en un pueblo gris, vulgar y aburrido, que recibe la visita de una compañía de artistas, contratada por el alcalde. El hijo del alcalde, que está a punto de casarse con su prometida, se enamora de la estrella de la compañía y quiere huir con ella lejos del pueblo gris. Ella en cambio, agotada de su vida nómada, desearía permanecer en el pueblo y llevar una vida tranquila. El agresivo manager la maltrata creyéndola de su propiedad y le exige que continúe. El autoritario

y falso demócrata alcalde obliga a su hijo a desistir de sus sueños. La obra muestra el conflicto entre la prosa (pueblo gris) y la poesía (el grupo de artistas).

Según Marc Rosich, uno de los autores de las letras, adaptar un texto de Rusiñol a la época actual fue un reto "coger el aroma de la prenda original y llevarlo a hoy en día para el público de hoy, con música moderna y con lenguaje de hoy". "Esta adaptación es un homenaje a la vida de Rusiñol y a su visión del arte basculando entre contrarios".

En este estudio se analiza el contenido de los 19 temas del libreto de la adaptación del musical de *L'alegría que passa* disponible online en <https://www.dagolldagom.com/ca/alegriaquepassa-lletra>

Para este estudio se han traducido las letras al castellano (Tabla 1), a pesar que la traducción pueda perder la calidad poética del original.

En primer lugar y tras varias lecturas, se seleccionan de cada uno de los 19 temas, las frases más representativas.

En segundo lugar, el investigador identifica cada una de las cuatro emociones básicas que sugiere cada tema. Siguiendo la metodología utilizada en estudios previos, se identifican las cuatro emociones básicas de la alegría, tristeza, miedo y rabia. (Guilera et al., 2020) (Paül-Agustí et al., 2022)

En tercer lugar, se identifica a partir de las emociones predominantes, los posibles síntomas clínicos asociados a cada tema.

Para mantener la esencia original en el anexo se encuentran también las frases más representativas de cada tema en catalán (anexo 1).

RESULTADOS

De cada uno de los 19 temas se han seleccionado las frases más representativas que han permitido identificar las 4 emociones básicas y los posibles síntomas asociados (Tabla 1).

Algunos temas representan emociones de forma evidente, mientras que otras de forma más sutil. Los 5 temas más significativos y con una emoción básica asociada son el Tema 1. Pueblo gris (tristeza); Tema 6. ¿Qué te dio miedo? (Miedo); Tema 8. La alegría (Alegría); Tema 11. Pájaros de barro, pájaros de paso (Tristeza, miedo); 19. Pájaros de barro (Tristeza).

En el análisis descriptivo se identifican un total de 23 emociones (Gráfico 1). La mayoría de temas tienen una sola emoción predominante, pero en otros se identifican dos emo-



Tabla 1. Frases más representativas de cada tema de L'alegría que passa, traducción en castellano			
Traducción en castellano	Frases representativas de cada tema	Emoción asociada	Posibles síntomas
Tema 1. Pueblo gris	Atrapados entre cuatro carreteras llevan una vida sin lustro ni rastro. ¿Y quién nos despertará? La rueda de la rutina nos atrapa en esa espiral. Busco cómo romper la rueda, cómo salir de la cadena, cómo huir de un pueblo que te atrapa y no te deja marchar. La vida pasa por delante de ti, pero al igual que pasa, ya se escapa.	Tristeza	Tristeza, frustración
Tema 2. ¿Dónde están Juan, tus ilusiones? / La alegría se acerca.	¿Dónde están tus ilusiones? Después de haber probado qué es tener alas, después de haber probado lo que es despegar. Hay otra vida que he probado, pero no he hecho más que probarla y tengo los pies clavados en el barro, pero los brazos quieren ser alas.	Tristeza, miedo	Miedo al cambio
Tema 3. Detiene estas manos.	Sólo quieres cerrar los ojos, detenerlo todo. Y abres los ojos y el mundo todavía se mueve. Y siempre caras nuevas maquilladas de alegría. Pero tú sólo tienes una vida, una vida que late, que se agita por ser libre, que por sorpresa explota y al explotar, todo lo fulmina. Tengo una llama, un fuego que puede quemarte, que todo lo arrasará.	Tristeza, rabia	Víctima de abusos, impulsividad
Tema 4. La semilla perdida.	Nunca piensa en el futuro y vive sólo por su presente. Cuando habla, muerde, cuando canta, entonces sí muerde en serio. Al igual que un grano de trigo perdido que ni los gorriones han querido, cae una lágrima encima y la vida se crea de rebote	Rabia	Impulsividad
Tema 5. Tú puedes ser una estrella.	Puedes aprovechar la oportunidad. Si ella ha dejado de brillar, tú puedes quedarte su estrella. Te haremos brillar. Te haremos triunfar	Alegría	Ilusión, falsas esperanzas
Tema 6. ¿Qué te dio miedo?	Desperdiçaste la oportunidad, renunciaste a volar lejos. Te encontraste en la ciudad que te hizo descubrir tu lado más oscuro. Y te dio tanto miedo que te alejó de todo y te dejó perdido. Y ahora tienes que volver a un lugar seguro en el que realmente no sabes quién eres tú. ¿Pero qué te dio miedo a avanzar en la oscuridad, si había una luz al final? Y vuelve a encenderse esa luz, gracias a los ojos que te recuerdan todos los caminos que todavía viven en ti. Caminos que despiertan de un sueño muy profundo, caminos que ahora vuelven y ya no tienes miedo. Ya no te da miedo la libertad, volar muy lejos, ya no te asustan las ilusiones. Ya no te da miedo avanzar en la oscuridad, sólo quieres volar hacia donde brilla la luz. Al final hay una luz, ves brillar esa luz. Y ella es la luz. ¿Por qué esperar a hacer mañana lo que podrías hacer hoy? Porqué si esperas a mañana puede que ya sea demasiado tarde para ti.	Miedo	Miedo al cambio, esperanza
Tema 7. No es tan bonito como parece.	Vosotros nos veis pasar volando con un grupo de pájaros coloreados de mil colores. No es tan bonito como parece. Visión fugaz, de plumas resplandecientes, de mil colores. Dando vueltas y más vueltas, sin poder aterrizar, ni detenerte ni un segundo acabas por perder el norte. No he podido detenerme ni un momento. Nunca he sabido que es tener un nido. Esto sí que no es vida. Yo quiero otra vida. Tú no puedes entender lo que es vivir de ilusiones que se te escapan. Aquí no hay nada que me encienda de verdad. Quiero volar, volar, no mirar atrás.	Tristeza	Tristeza, miedo al cambio
Tema 8. La alegría.	La alegría te posee por un instante, dura sólo un segundo y se va de ti. La alegría viene como un relámpago fugaz, y te abandona en el momento más inoportuno. No hace falta que busques en lugares perdidos, la tienes en ti. Revive la euforia de ese momento, hasta que todo esto vuelva a estar presente. La alegría entra en el cuerpo, despierta cosas dormidas. La alegría es un recuerdo que vive contigo toda su vida. La alegría es un fuerte golpe no sabes por qué, pero nunca se olvida. La alegría es como un trueno, resuena en ti toda la vida. La alegría pone luz en los días grises, una luz que queda en la memoria. La vida pasa por delante pero igual que pasa, se te escapa. Quizá deberías darte cuenta de que lo que hay que hacer es atraparla. ¡Y a vivir que la vida es breve!"	Alegría	Ilusión



Prescripción social de arte: L'alegría que passa de Santiago Rusiñol y el miedo al cambio.

T. Guilera

Traducción en castellano	Frases representativas de cada tema	Emoción asociada	Posibles síntomas
Tema 9. ¿Por qué no despertamos?	Nace una esperanza, la posibilidad de un cambio imparabile, de cómo romper la rueda, de que el gris del pueblo gris deje la grisura y todo se vuelva color, de forma irreparable. El corazón quiere emprender el vuelo, quiere prosperar hacia una vida mejor muy lejos de esa cárcel. ¿Cuál es el hechizo que nos han hecho, que estamos todos dormidos? ¿Cuál es el misterio que nos ha hecho que aguantamos oprimidos? ¿Y quién nos despertará? Nos tiene demasiado agotados para pensar en ello, cómo drogados. Nos faltan las fuerzas por cambiar. ¿Por qué no despertamos rebeldes, insumisos, contra los días grises?	Miedo, rabia	Miedo al cambio
Tema 10. ¿Dónde crees que vives?	¿Dónde crees que vives? ¿En un cuento de hadas? ¿En un cuento para niños donde las brujas son castigadas? ¿Dónde los débiles siempre ganan? Este cuento no es para niños, aquí las brujas siempre nos salvamos. Olvidate de tu libertad. ¿Quizás estoy despertando rebelde, insumiso, contra los días grises? Harías bien teniéndome miedo, cuando uno despierta, todo empieza, se puede salir de la oscuridad, hay que abrir los ojos y coger empuje.	Rabia	Frustración
Tema 11. Pájaros de barro, pájaros de paso.	Algunos viven atrapados, tienen las alas sin plumas y sueñan con despegar, pero están hechos de barro. Su peso es un estorbo, una carga que los tiene encarcelados, que les impide volar, el espíritu se les escapa, volarían sin mapa, pero están hechos de barro. Huirían, pero no pueden, la tierra les impide volar bien alto. Pájaros de barro para siempre atrapados, pájaros de barro no saben volar. Algunos amamos de paso, tenemos alas que laten, incansables, que no nos dejan quedarnos donde estamos. Y vemos el paisaje. No podemos hacer ninguna parada en ninguna parte y no podemos quedarnos con nada: ni un beso, abrazo, mirada. Y después un adiós y vemos el amor como pasa. La tierra no nos deja quedar y echar raíces. Pájaros de paso, para siempre volar. Pájaros de paso, no se pueden quedar. El espíritu nunca se cansa de querer más, de querer volar hasta el sol, con el peligro de que se nos quemem las alas. Nuestros sueños mejor que sean sueños. La vida es corta o larga según lo que sueñas. Perseguir ilusiones significa tenerlas. Si no esperas nada. ¿Qué sentido tiene la vida? Pájaros de barro, queremos escapar. Pájaros de paso, queremos aterrizar. Sólo queremos volar, volar para aterrizar, sólo las ilusiones nos salvarán. Sólo quieres cerrar los ojos, empezar de nuevo. Ya no me da miedo la oscuridad. Dejar los sueños volar. Todos somos pájaros.	Tristeza, miedo	Frustración, miedo al cambio
Tema 12. Correcta.	Cuando te ahogas de repente y te vas al fondo, cierras los ojos y te falta el aire. Mi mundo se ha roto, ya no sé qué es verdad. Me siento despertar de una vida de mentira en la que nunca seré más correcta.	Rabia	Frustración, miedo al cambio
Tema 13. La otra vida.	Es tan bonito como parece. Atrás dejaremos todo lo que no queremos. Se nos transfigurará el mundo para vivir otra vida lejos de todo.	Alegría	Ilusión, esperanza de cambio
Tema 14. La duda.	Y vuelve el miedo que te hiela, no sientes el corazón porque se ha detenido. De nuevo paralizado, ¿actuarás de nuevo como un cobarde? Te enfrentas sólo a la elección, a ese dilema. ¿Qué camino puede ser el mejor, cuál conlleva menos problemas? Y te preguntas qué te sale más a cuenta, qué opción te deja menos maltrecho: por amor, aguantar la vergüenza o salvarte, sabiendo que eres cobarde.	Miedo	Miedo al cambio
Tema 15. ¿De qué sirve tener talento?	¿De qué sirve hacer grandes proezas si no sabes ser lo suficientemente honesto? ¿De qué sirve hacer grandes promesas si no sabes lo que eres capaz de hacer? ¿De qué sirve tener talento? De qué sirve si al abrir la boca no haces que se detenga el mundo. ¿De qué sirve si cuando mueves el cuerpo no haces que tiemble todo?"	Tristeza	Frustración
Tema 16. ¿Dónde crees que vives?	¿Dónde crees que vives? ¿En un cuento de hadas? A la hora de la verdad todo el mundo se echa atrás y se calla. Sé que puede romperse la rueda y salir de la cadena. Pero hoy todo este pueblo se calla porque en el fondo tiene miedo. La gente elige seguridad y no hundirse en la incertidumbre si no sabes qué te llevará mañana mejor guiarse por la inercia. Aquí todo el mundo tiene miedo, este pueblo no despierta, tampoco piensa. Todo el mundo quiere seguridad. Es un pueblo cobarde.	Miedo	Miedo al cambio



Prescripción social de arte: L'alegría que passa de Santiago Rusiñol y el miedo al cambio.

T. Guilera

Traducción en castellano	Frases representativas de cada tema	Emoción asociada	Posibles síntomas
Tema 17. Me voy.	Lloro de alegría de saber que he llegado hasta aquí. Por fin ha llegado el día, no me dejaré que me hagan daño. Basta de esta farsa, por fin, ha terminado el fingir. Sólo sé que esto es un punto y final, que soy fuerte porque me han herido, porque me han hecho daño y con todo ese mal saldré a perseguir mis sueños. Me voy, seguiré mi voz para encontrar qué hay en mí. Mis ojos se inundan de alegría, feliz de alejarme de aquí y de ti y de todos vosotros. Ya no me da miedo avanzar en la oscuridad, me voy a volar. Cantaré lo que yo quiero, lo que yo sé y sólo dejaré de cantar para decir adiós.	Alegría	Ilusión, esperanza de cambio.
Tema 18. ¿Por qué no hemos despertado?	La alegría ha pasado dejando que ganara el diablo porque inevitablemente nadie ha hecho caso del mensaje y es muy duro. ¿Por qué no se ha roto el hechizo de este pueblo? No hemos aprendido nada, a pesar de todo lo que hemos visto. ¿Y no es triste? ¿Por qué no hemos despertado? ¿Qué triste que es la alegría para los que pasan? Y qué triste que es para los que se quedan. Alguien tiene que quedarse para seguir intentando que los demás despierten. Una persona que despierte no es suficiente. Pero con una se empieza.	Tristeza	Tristeza, frustración
19. Pájaros de barro.	Algunos viven atrapados, tienen las alas sin plumas y sueñan con despegar, pero están hechos de barro. Su peso es un estorbo, una carga que los tiene encarcelados. Pero de repente, aparece una que se libra de lo que nos ata y se deshace de lo que nos atrapa y saca los pies del barro. Sus miedos se vuelven alas y de repente salta al vacío y se deja llevar por el viento. Pájaros de barro por siempre atrapados. Pájaros de barro no saben volar.	Tristeza	Tristeza, frustración

Anexo 1. Frases más representativas de cada tema de L'alegría que passa, versión original en catalán.		
Versió original en català	Frases més representatives de cada tema	Emoció
Tema 1. Poble gris	Atrapats entre quatre carreteres porten una vida sense llustre ni rastre. I qui ens despertarà? La roda del costum ens atrapa en aquesta espiral. Busco com trencar la roda, com sortir de la cadena, com fugir d'un poble que t'atrapa i no et deixa marxar. La vida et passa pel davant però igual que passa, ja s'escapa.	Tristesa.
Tema 2. On queden, Joan, les teves il·lusions/ L'alegría ja s'apropa	On queden les teves il·lusions? Després d'haver tastat què és tenir ales, després d'haver provar què és enlairar-se. Hi ha una altra vida que he tastat, però no he fet res més que tastar-la i tinc els peus clavats al fang però els braços volen fer-se ales.	Tristesa, por
Tema 3. Atura aquestes mans.	Només vols tancar els ulls, aturar-ho tot. I obres els ulls i el món encara es mou. I sempre cares noves maquillades d'alegría. Tothom et vol esbrèmer. Però tu només tens una vida, una vida que batega, que s'agita per ser lliure, que per sorpresa explota i en explotar, tot ho fulmina. Tinc una flama un foc que et pot cremar, que tot ho arrasarà.	Tristeza, ràbia
Tema 4. La llavor perduda	No pensa mai en el futur i viu només pel seu present. Quan parla, mossega, quan canta, llavors sí que mossega de debò. Igual que un gra de blat perdut que ni els pardals no l'han volgut, cau una llàgrima al damunt i la vida es crea de retruc.	Ràbia
Tema 5. Tu pots ser una estrella	Pots aprofitar l'oportunitat, si ha deixat de brillar, tu et pots quedar la seva estrella. Et farem brillar. Et farem triomfar.	Alegría
Tema 6. Què et va fer por?	Vas malgastat l'oportunitat, vas renunciar a volar lluny. Et vas trobar a la ciutat que et va fer descobrir de tu el teu costat més fosc. I et va fer tanta por que et va allunyar de tot i et va deixar perdut. I ara has tornat a un lloc segur on realment no saps qui ets tú. Però que et va fer por d'avançar en la foscor si hi havia una llum al final? I torna a encendre's aquells llum, gràcies als seus ulls que et recorden tot els camins que encara viuen en tu. Camins que desperten d'un son molt profund camins que ara tornen i ja no tens por. Ja no et fa por la llibertat, volar ben lluny, ja no et fa por les il·lusions. Ja no et fa por avançar en la foscor, només vols volar cap a on brilla la llum. Al final hi ha una llum veus brillar aquesta llum. I ella és la llum. Per què esperar a fer demà el que podries fer avui? Perquè si esperes a demà potser ja és massa tard per tu.	Por



Prescripció social de arte: L'alegria que passa de Santiago Rusiñol y el miedo al cambio.

T. Guilera

Versió original en català	Frases més representatives de cada tema	Emoció
Tema 7. No és tan bonic com sembla	Vosaltres ens veieu passar volant con un estol d'ocells acolorits de mil colors. No és tan bonic com sembla Visió fugaç, de plomes resplendents, de mil colors. Fent voltes i més voltes, sense poder aterrar, ni aturar-te ni un segon acabes per perdre el nord. No he pogut aturar-me ni un moment. No he sabut que és tenir mai un niu. Això sí que no és vida, Jo vull una altra vida. Tu no pots entendre què és viure d'il·lusions que se t'escapen. Aquí no hi ha res que m'encengui de debò. Vull volar al teu darrere, volar, no mirar enrere.	Tristesa
Tema 8. L'alegria	L'alegria et posseïx per un instant, dura només un segon i se'n va de tu. L'alegria ve com un llampec fugaç, i t'abandona al moment més inoportú. No cal que busquis a llocs perduts. La tens dins teu. S'ha quedat amb tú. Reviu l'eufòria d'aquell moment, fins que tot allò torni a ser present. L'alegria t'entra al cos, desperta coses adormides. L'alegria és un record que viu amb tu tota la vida. L'alegria és un cop fort no saps per què, però mai s'oblida. L'alegria és com un tro, ressona en tu tota la vida. L'alegria posa llum als dies grisos, una llum que queda en la memòria. La vida us passa pel davant però igual que passa, se us escapa. Potser us haurieu d'adonar que el que cal fer és atrapar-la. No veig que la música els hagi tornat a la vida. No sents com t'encén la llibertat? Com crema dins teu i et fa vibrar? Ser lliure que aquest cos és meu. I a viure que la vida és breu!	Alegria
Tema 9. Per què no despertem?	Neix una esperança, gràcies a aquests cants neix la possibilitat d'un canvi imparable, com es pot trencar la roda, que el gris del poble gris deixi la grissor i tot es torni color, de forma irremediable. Tinc un cor que vol emprendre el vol que vol prosperar cap a una vida millor molt lluny d'aquesta presó. Quin és l'encanteri què ens ha fet, que estem tots adormits? Quin és el misteri què ens ha fet que aguantem oprimits? I qui ens despertarà? Ens té massa esgotats per pensar-hi. Com drogats. Ens manquen les forces per canviar. Por a que ens despertem. Per què no despertem rebels, insubmisos, contra els dies grisos?	Por, ràbia
Tema 10. On et penses que vius?	On et penses que vius? En un conte de fades? En un conte per nens on les bruixes són castigades? On els dèbils sempre guanyen? Aquest conte no és per nens, aquí les bruixes sempre ens salvem. Oblida't de la teva llibertat i queda't només amb la meua. Potser estic despertant rebel, insubmis, contra els dies grisos? Faries bé tenint-me por, quan un desperta, tot comença, es pot sortir de la foscor, cal obrir els ulls i agafar empena. I quan un desperta, es desperta un mecanisme, neix un impuls, que t'empeny cap endavant.	Ràbia
Tema 11. Ocells de fang, ocells de pas.	Alguns viuen atrapats, tenen les ales sense plomes i somien enlairar-se però són fets de fang. El seu pes és una nosa, una càrrega que els té empresonats, que els impedeix volar, l'esperit se'ls escapa, volarien sense mapa però son fets de fang. Fugirien però no poden, la terra els impedeix volar ben alt. Ocells de fang per sempre atrapats, ocells de fang no saben volar. Alguns estimem de pas, tenim ales que bateguen, incansables, que no ens deixen quedar-nos on som. I veiem el paisatge. No podem fer cap parada enlloc i no podem quedar-nos res: un petó, una abraçada, ni tampoc cap mirada. I després un adéu i veiem l'amor com passa. La terra no ens deixa quedar i fer arrels. Ocells de pas, per sempre volar. Ocells de pas, no es poden quedar. L'esperit no es cansa mai de voler més, de voler volar fins al sol amb el perill que se'ns cremin les ales. Els nostres somnis millor que siguin somnis. La vida és curta o llarga segons el que somies. Perseguir il·lusions vol dir tenir-les. Si no n'esperes res. Quin sentit té la vida? Ocells de fang, volem escapar. Ocells de pas, volem aterrar. Només volem volar, volar per aterrar, només les il·lusions ens salvaran. Només vols tancar els ulls començar de nou. Ja no em fa por la foscor. Deixar els somnis volar. Tots som ocells.	Tristesa, por
Tema 12. Correcta.	Quan t'ofegues de cop i te'n vas capa al fons, tanques els ulls i et falta l'aire. El meu món s'ha trencat, ja no sé que és veritat. Em sento despertar d'una vida de mentida on no seré mai més correcta.	Ràbia
Tema 13. L'altra vida.	És tan bonic com sembla. Enrere deixarem tot el que no volem. Se'ns transfigurarà el món per viure una altra vida ben lluny de tot. Si em toques em cremo.	Alegria
Tema 14. El dubte.	I torna la por que et fa glaçar no et sents el cor perquè s'ha aturat. Un altre cop paralytitzat, actuaràs de nou com un covard? T'enfrontes sol a l'elecció, a aquest dilema. Quin camí pot se el millor, quin comporta menys problemes? I et preguntes què et surt més a compte, quina opció et deixa menys malparat: per amor, aguantar la vergonya o salvar-te, sabent que ets covard.	Por
Tema 15. De què serveix tenir talent?	De què serveix fer grans proeses si no saps ser prou honest? De què serveix fer grans promeses si no saps què ets capaç de fer? De què serveix tenir talent? De què serveix si a l'obrir la boca no fas que s'aturi el món. De què serveix si quan mous el cos no fas que tremoli tot?	Tristesa



Versió original en català	Frases més representatives de cada tema	Emoció
Tema 16. On et penses que vius?	On et penses que vius? En un conte de fades? A l'hora de la veritat tot el món es fa enrere i calla. Sé que es pot trencar la roda i sortir de la cadena. Però avui tot aquest poble calla perquè en el fons té por. La gent escull seguretat i no enfonsar-se en la incertesa si no saps què et portarà demà millor guiar-se per la inèrcia. Aquí tothom en té por, aquest poble no desperta, tampoc pensa. Tothom vol seguretat i això em dona impunitat. És un poble covard.	Por
Tema 17. Me'n vaig.	Ploro d'alegria de saber que he arribat fins aquí. Per fi ha arribat el dia no em deixaré tornar a ferir. Prou d'aquesta farsa, per fi, s'ha acabat fingir. Només sé que això és un punt i final, que soc forta perquè m'han ferit, perquè m'han fet mal i amb tot aquest mal sortiré a perseguir els meus somnis. Me'n vaig, seguiré la meua veu per trobar què hi ha dins meu. Els meus ulls s'inunden d'alegria, feliç d'allunyar-me d'aquí i de tu i de tots vosaltres. Ja no em fa por avançar en la foscor, me'n vaig a volar i arrelar-me en el vent. Cantaré el que jo vull, el que jo sé i només deixaré de cantar per dir adéu!	Alegria
Tema 18. Per què no hem despertat?	L'alegria ha passat deixant que guanyés el diable perquè inevitablement ningú ha fet cas del missatge ningú i és molt dur. Per què no s'ha trencat l'encanteri d'aquest poble? No hem après res, malgrat tot el que hem vist i no és trist? Per què no hem despertat? Que trista que és l'alegria per als que passen no? I que trista que és per als que es queden. Algú s'ha de quedar per seguir intentant que els altres despertin. Amb una persona que desperti no n'hi ha prou. Però amb una es comença.	Tristesa
Tema 19. Ocells de fang.	Alguns viuen atrapats, tenen les ales sense plomes i somien enlairar-se però són fets de fang. El seu pes és una nosa, una càrrega que els té empresonats... però de cop, n'apareix una que es deslliura del que ens lliga i es desfà del que ens atrapa i es treu els peus del fang. Les seves pors es tornen ales i de sobte salta al buit i es deixa endur pel vent. Ocells de fang per sempre atrapats. Ocells de fang no saben volar.	Tristesa

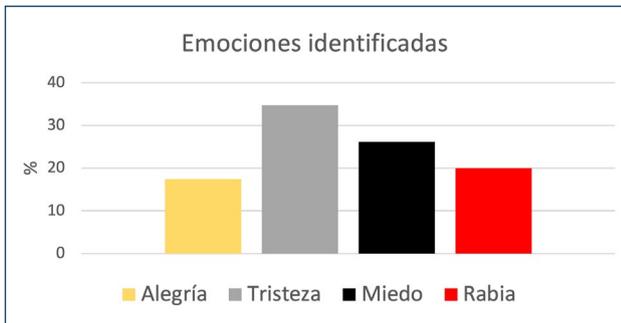


Gráfico 1. Emociones identificadas en *L'alegria que passa*.

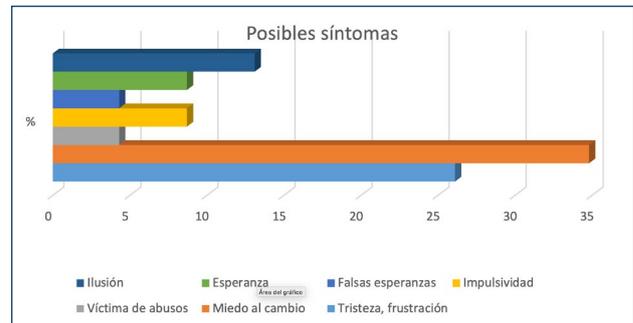


Gráfico 2. Posibles síntomas asociados a *L'alegria que passa*.

ciones básicas. Las dos emociones más prevalentes son la tristeza 8 (34.8%) y el miedo 6 (26.1%). La alegría 4 (17.4%) es efímera y ante un intento frustrado de cambio surge la rabia 5 (21.7%).

Se identifican 23 posibles síntomas asociados entre ellos, la tristeza-frustración 6 (26.1%), miedo al cambio 8 (34.8%), ilusión 3 (13.1%), impulsividad 2 (8.7%), esperanza 2 (8.7%), falsas esperanzas 1 (4.3%) y síntomas propios de las víctimas de abusos y malos tratos 1 (4.3%) (Gráfico 2).

El gráfico 3 muestra la alegoría de emociones que suceden a lo largo de la obra. Se observa una estructura cíclica, la obra finaliza con la misma emoción (tristeza) con la que empieza.

DISCUSIÓN

Este estudio pretende, mediante la identificación y análisis de las emociones en la obra *L'alegria que passa*, poner de manifiesto el poder terapéutico del arte. El libreto destaca por su belleza que convierten las emociones en poesía. El contenido de las letras impacta de forma directa y la música transforma las emociones en el espectador.

Los resultados de este estudio muestran que la tristeza y el miedo son las emociones predominantes que se suceden a lo largo de la obra de forma cíclica. La alegría se muestra fugaz y la rabia se evidencia ante un intento frustrado de cambio de los personajes. Los mensajes sutiles pueden resonar en el espectador en función de su estado emo-

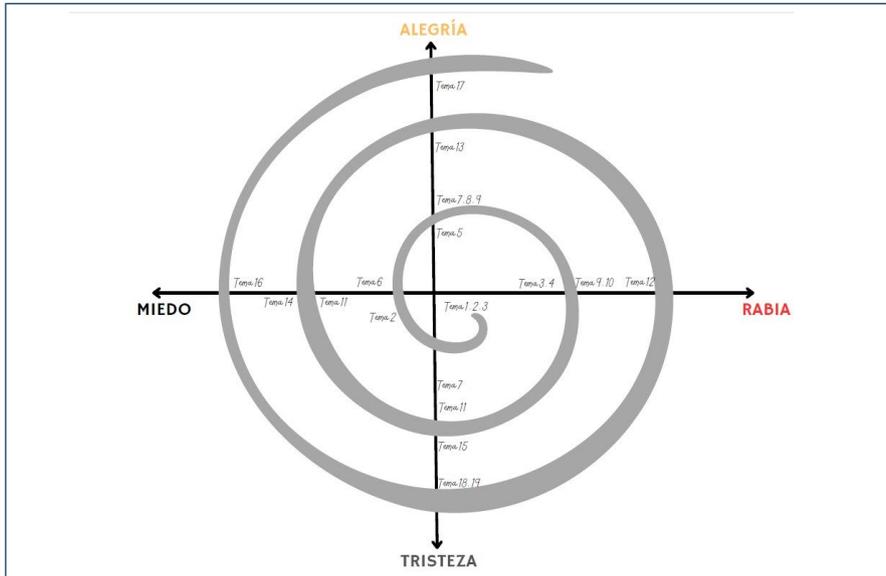


Gráfico 3. Alegoría de emociones que suceden a lo largo de la obra L'alegría que passa

cional basal, entreteniendo, removiendo miedos o alentando ilusiones perdidas.

Esta obra podría considerarse una alegoría de emociones. El diccionario de Oxford define alegoría como el relato, imagen, o cualquier obra de arte que use símbolos para expresar un significado oculto o escondido, típicamente moral o político. La alegoría deja de lado el sentido denotativo de la palabra para tomar el sentido figurado de la misma. Representa una idea o concepto a través de imágenes metafóricas, dando a entender algo diferente a lo que se está expresando.

Rusiñol utiliza la dicotomía entre prosa y poesía. La prosa ejemplifica la falta de imaginación, los intereses económicos por encima del arte y el inmovilismo. Mientras que la poesía ejemplifica lo contrario, una vida siempre en constante cambio basada en el arte como motor. (Dagoll Dagom, 2023). Al final de la obra la compañía de teatro ensalza la poesía y las artes, pero al no sentirse comprendidos por la sociedad sumida en la prosa, se llevan la poesía con ellos condenando al pueblo *gris* a la prosa eterna.

Aunque la obra tiene una estructura cíclica, es decir, finaliza con la misma emoción (tristeza) con la que empieza, en la adaptación realizada por la compañía Dagoll Dagom se intuye un aire de cambio y un empoderamiento de las dos protagonistas femeninas. Son ellas las que finalmente vencen el miedo al cambio y a la toma de decisiones. Una de ellas

abandona la compañía teatral y la otra protagonista renuncia a la vida cómoda que le ofrece su prometido. El personaje femenino se muestra como el motor del cambio mientras que el protagonista masculino renuncia a sus sueños para continuar con su vida rutinaria y acomodada.

El miedo al cambio está muy presente en esta obra de Rusiñol. El miedo al cambio genera insatisfacción y frustración. Aunque el ser humano tiene una capacidad innata para adaptarse a los cambios, la resistencia al cambio también es inherente al ser humano, al temer perder el control de la situación (Guilera, 2018). Si se resiste al cambio durante mucho tiempo, la persona puede sentirse víctima e, incluso, culpar a los demás de la propia insatisfacción. El miedo al cambio está asociado a la entidad clínica de trastorno adaptativo. En el ámbito de la Salud Mental este diagnóstico es muy prevalente sobretodo en los últimos años, y genera un gran impacto económico, social y laboral. En el abordaje terapéutico de los trastornos adaptativos es importante ayudar a la persona a afrontar los pequeños cambios sin miedo, que se permita experimentar las emociones, identificarlas y expresarlas.

El cambio forma parte de la vida y sería interesante enseñar desde la infancia a tolerar la frustración y a adaptarse a las circunstancias adversas. El poder terapéutico del arte es innegable. Las obras de arte transmiten emociones, favo-



recen la reflexión y el desarrollo de la imaginación (Guilera, 2018). Las artes como el teatro, cine, danza, música son un bien cultural al alcance de la población general. La prescripción social de cultura y arte en todas sus disciplinas puede ayudar a la población general a sentir, reflexionar, relativizar sus preocupaciones. Quizás también a no tener miedo al cambio y a tomar decisiones que mejoren a corto o medio plazo su calidad de vida.

AGRADECIMIENTOS.

A Marc Rosich, director de escena y autor del texto de la adaptación de *L'Alegría que passa*, por permitir analizar el texto del libreto.

A la compañía Dagoll Dagom por llevar a cabo esta magnífica obra que levanta de los asientos al público de todas las edades. Gracias a los actores polifacéticos que a pesar de su juventud transmiten las emociones que la obra requiere. Gracias a su cercanía al público al finalizar la obra siempre con una sonrisa y una amabilidad y paciencia infinitas.

Pero, sobre todo agradecer a mi hija Laura, a quién la lectura del texto de *L'Alegría que passa* transformó la percepción de su mundo, de su presente y de su futuro. Es gracias a su intenso trabajo de investigación de bachillerato que me planteé este artículo. Con su entusiasmo contagioso pasamos horas escuchando las canciones, y disfrutando de la lectura de estas letras hermosas que se transforman las emociones en belleza pura.

DECLARACIÓN DE AUTORÍA, BUENAS PRÁCTICAS Y CESIÓN DE DERECHOS.

- Financiación. Este proyecto no ha recibido financiación.
- Contribución. El autor Teresa Guilera diseñó el estudio, analizó los resultados y redactó el artículo.
- Conflictos de intereses. El autor declara la ausencia de potenciales conflictos de intereses.

BIBLIOGRAFÍA

1. Agrelo-Costas, E., Piñero Casal, A. (2021). *La poesía: educadora de emociones*. Tejuelo, 33, 185-216. DOI: <https://doi.org/10.17398/1988-8430.33.185>
2. Alabart, M. A., Martínez, E. (2016). *Educación emocional y familia*. Barcelona: Graó.
3. Cologgi, D. *Música y teatro. Comunicación y emoción*. Disponible en: <https://www.paoline.org/wp-content/uploads/2016/01/MusicaTeatro-esp.pdf>

4. Dagoll Dagom. (2023). *L'alegría que passa*. Col·lecció: Educació 62. Editorial: Educaula. Edició 62 ISBN: 978-84-15954-92-7 EDUCACIÓ 62
5. Forteza-Martínez, A. (2019). *Las emociones en las series de televisión para adolescentes: estudio de Élite*. *Creatividad y Sociedad* (29) 105-128 Disponible en: <http://creatividadysociedad.com/articulos/29/5>.
6. Guardiola, E., Baños, J.E. (2020). ¿Y si prescribimos arte? El papel del arte en la mejora de la salud y el bienestar. *Revista de Medicina y Cine*, 16 (3), 149-153. DOI: <https://dx.doi.org/10.14201/rmc2020163149153>
7. Guilera, T., Barrios, E. (2022). *Art of soul's emotions*. *Psicosomática y Psiquiatría*, 23. DOI:10.34810/PsicosomPsiquiatrum230931.
8. Guilera, T., Batalla, I., Soler-González, J.(2020). *Shadowing patients: experimentar empatía en estudiantes de Medicina*. *Educación Médica*, 21 (2), 112-117. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2018.06.006>. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1575181318302407>
9. Guilera, T. (2018). *Empatía y arte en estudiantes de medicina*. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 21(4), 209-213.
10. Guilera, T. (2018). *El miedo al cambio y el trastorno adaptativo*. *Avantmedic*. Disponible en: <https://www.avantmedic.com/es/blog/el-miedo-al-cambio-y-el-trastorno-adaptativo/>
11. *El bienestar emocional, protagonista al programa de TV3, "L'Ofici de viure"*. (2023). Disponible a: <https://drogues.gencat.cat/es/detalls/Noticia/benestar-emocional-00005>
12. Jack, R.E., Garrod, O.G.B., Schyns, P.G. (2014). *Dynamic facial expressions of emotion transmit an evolving hierarchy of signals over time*. *Current Biology* 24 (2) 187-192 DOI: 10.1016/j.cub.2013.11.064. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0960982213015194>
13. Molina, D., Artal, J., Marcó, J., Alsina, P., Blanch, J., Agulló, M., Farré, J.M. (2023). *Observatorio de Salud Mental. Terapias complementarias*. *Psicosomática y Psiquiatría*, 26. DOI: <https://doi.org/10.34810/PsicosomPsiquiatrum261001> Disponible en: <https://raco.cat/index.php/PsicosomPsiquiatrum/article/view/419398/513796>
14. Paül-Agustí, D., Guilera, T., Guerrero Lladós, M. (2022). *Gender differences between the emotions experienced and those identified in an urban space, based on heart rate variability*. *Cities*, 131. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cities.2022.104000>. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0264275122004395>
15. *Programa de bienestar emocional i salut comunitària a l'atenció primària de salut i comunitària*. Barcelona: Direcció General de Planificació en Salut; 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11351/7029>
16. Segura, L. (2023). *Proesia. El procés creatiu de la moda inspirat en L'Alegría que passa*. Trabajo de investigación (TDR) de Bachillerato. Escola Claver, 2023.
17. The Lancet. (2019). *Promoting and prescribing the arts for health*. *Editorial. Lancet*. 23, 394 (10212): 1889. DOI: doi: 10.1016/S0140-6736(19)32796-5. Disponible en: <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2819%2932796-5>
18. Yakman, G. (2019). *STEAM- An Educational Framework to Relate Things To Each Other And Reality*. 1. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/338677603_STEAM-An_Educational_Framework_to_Relate_Things_To_Each_Other_And_Reality