



14 Mayo, 2017

Mayo, el mes florido

ENRIQUE PALLARÉS MOLINS

DOCTOR EN PSICOLOGÍA. PROFESOR EMÉRITO DE LA UNIVERSIDAD DE DEUSTO

Según el calendario de la Revolución Francesa estamos en el octavo mes del año, floreal –del 20/21 de abril a 20/21 de mayo–, al que seguirá pradiel –del 20 de mayo al 18 de junio–. Mayo, ¡mes de las flores y de los prados! Lo cantó, en los albores de la poesía castellana, el autor del libro de Alexandre: «El mes era de Mayo, un tiempo glorioso,/ cuando facen las aves un solaz deleitoso,/ son vestidos los prados de vestido fermoso,...». La naturaleza luce su encanto y atractivo peculiar en cada estación del año; pero con la primavera su fuerza, oculta y latente durante el invierno, se abre y estalla de forma tan fastuosa que resulta difícil sustraer los sentidos de este variado, bello y siempre original espectáculo. La temperatura agradable, sin excesivo frío ni calor, invita a ponerse en contacto directo con la naturaleza, ahora vestida de gala. De todos los regalos que ella nos ofrece destacan las flores por su variedad y colorido: plantas con flores y árboles floridos; flores precursoras de esquistos frutos y de fragantes perfumes.

Casi todas las culturas han concedido y conceden un papel relevante a las flores, por lo que sugiere la Psicología Evolucionista que tuvieron y tienen alguna importante función adaptativa. Están presentes a lo largo de la vida humana: al nacer inundan las habita-

ciones maternas, y no faltan en las bodas ni en la muerte o en otras celebraciones sociales importantes. Constituyen el lenguaje de amor y de la amistad, pues con ellas se puede expresar respeto y afecto.

Porque las flores no solamente sirven para que liben su néctar las abejas, adornen los parques, jardines, casas y lugares de reunión, o para que las pinten los pintores y las canten los poetas. No son un lujo ni puro ornato: también resultan saludables. Los profesores Seong-Hyun Park y Richard H. Mattson comprobaron el efecto terapéutico de las flores al comparar el proceso de recuperación posoperatoria de dos grupos de pacientes, en cuyas habitaciones, asignadas al azar, en un caso se podían ver flores y plantas y en el otro, no. Los del primer grupo necesitaron menos analgésicos y su presión arterial y tasa cardíaca fueron más bajas que en el segundo grupo. A parecidas conclusiones había llegado años antes el profesor Roger Ulrich, mundialmente conocido por sus estudios sobre la importancia del entorno físico en la salud.

La profesora Jeannette Haviland-Jones, especialista en el estudio de las emociones humanas, y sus colegas demostraron con varios experimentos el efecto positivo, inmediato y duradero de las flores en el estado de ánimo –por ejemplo, inducen la sonrisa de

Duchenne o sonrisa auténtica– y en la sensación de bienestar personal o felicidad. Observaron también que, colocadas en los lugares más visibles de la casa, fomentan los sentimientos positivos en los visitantes y favorecen la comunicación cordial con ellos.

El dramaturgo y escritor George Bernard Shaw recibió un día en su casa la visita de una conocida aristócrata, admiradora suya y amante de las flores. Al despedirse, le preguntó extrañada: «Me sorprende, Mr. Shaw, no ver flores en el interior de su bella mansión. ¿Es que no le gustan las flores?». Bernard Shaw respondió: «Por supuesto que me gustan las flores, estimada señora; ¡Me encantan! También quiero mucho a los niños, pero no corto sus cabecitas para ponerlas en el salón». ¿Una muestra más de la aguda ironía y siempre oportuna ocurrencia de Bernard Shaw?, ¿o una invitación a no cortar las flores y dejarlas en su medio natural, donde todos las puedan contemplar y disfrutar?

Es verdad que las flores están presentes incluso en el ambiente polucionado de la ciudad y accesibles en las floristerías. Pero es preferible contemplarlas en la naturaleza, en su propio medio, en ese marco incomparable que las acoge, las realza y al que, a su vez, colorean y embellecen. Flores sencillas –aunque también hay orquídeas silvestres–, espontáneas y variadas, con frecuencia distribuidas al azar en el verdor de la hierba, creando una armoniosa sinfonía de colores y olores, completada por el aire limpio, las aguas transparentes y el canto de las aves. Escuchemos una orden tajante, como la de Júpiter a Orestes en Las moscas de Jean-Paul Sartre: «¡Vuelve a la naturaleza, hijo desnaturalizado!»; y escuchemos a la vez la invitación a contemplar y ‘saborear’ las flores con la vista y el olfato. Sobre todo, permitámonos que las flores se proyecten en nuestro interior y colorean nuestro espíritu, teñido a veces con la monocromía del gris, o ahogado por la oscuridad de la tristeza.