

Un placer espantoso. El gusto por el miedo y su influencia en nuestra cultura

Diana Alejandra Reyes Sandoval ORCID: 0009-0008-1750-6776
CUSUR, Universidad de Guadalajara, Jalisco, México.

Recepción: enero 9 de 2024

Aceptación: mayo 27 de 2024

Resumen

Una de las emociones que araña nuestro ser, y que deja marcas imborrables, es el miedo; esa sensación que saca a relucir los instintos humanos más primitivos. En el presente artículo se hará una exploración sobre varios aspectos de la historia de la humanidad que dan muestra de la influencia que el concepto del “miedo” ejerce en nosotros; desde la antigüedad, hasta la época actual. El propio significado en sí mismo, lo que conlleva el sentir miedo. Y lo que aún sigue siendo una curiosa paradoja, el gusto por el miedo mismo. Se presta debida atención a aquellos detalles que demuestran la cercanía que la vida humana tiene con lo espeluznante, lo incluso vital que se ha convertido para nosotros como seres vivientes en este mundo lleno de misterios. Además, se busca esclarecer aquella duda que muchos han tenido sobre por qué nosotros, quienes nos asustamos, somos los que buscamos voluntariamente estremecernos, sufrir espasmos, espantarnos.

Palabras clave

Miedo, mitología, literatura, historia, humanidad.





De la serie Catharsis, linóleo y acuarela, 38 x 28 cm, 2020 |
Sandra Díaz

A dreadful pleasure. The Pleasure of Fear and Its Influence on Our Culture



Abstract

One of the emotions that scratches our being, and that leaves indelible marks, is fear; that sensation that brings out the most primitive human instincts. This article will explore various aspects of human history that exhibit the influence that the concept of “fear” has on us, from ancient times to the present day. The concept, what it is to feel fear. And what remains a curious paradox, the appreciation for fear. Those details that demonstrate the closeness that human life has with the spooky, even the vital that it has become for us as living beings in this world full of mysteries are recognized. In addition, it seeks to clarify the doubt that many have had about why we, who are frightened, are the ones who seek to shudder, suffer spasms, frighten ourselves.

Keywords

Fear, mythology, literature, history, humanity.

Un placer espantoso. El gusto por el miedo y su influencia... Diana Alejandra Reyes Sandoval

La más vieja y fuerte emoción de la humanidad es el miedo, y el más viejo y fuerte de los miedos es el que se da por lo desconocido.

H. P. Lovecraft.

Tengo un gran gusto por el **terror analógico**, el cual consiste en un subgénero del llamado *metraje encontrado* (*El proyecto de la bruja de Blair*, *Actividad paranormal*, etc.) que encontró una gran popularidad en YouTube y demás redes sociales. Para ampliar el concepto de este subgénero y lograr una mejor comprensión cito las palabras del autor Carlos Martínez para el periódico mexicano *Vanguardia*, en su artículo titulado *¿Qué es el Terror Analógico?... el nuevo subgénero que causa horror en Internet* (video YouTube):

Se trata de una corriente de relatos audiovisuales enmarcados en el género de terror que nace del *found footage* (*metraje encontrado*), cuyo principal rasgo es que todas las piezas de horror analógico simulan haber sido creadas antes de la era digital.

(<https://vanguardia.com.mx/vida/viral/que-es-el-terror-analogico-el-nuevo-subgenero-que-causa-horror-en-internet-videos-EA9727071>).

Este tipo de contenidos audiovisuales tienen un filtro estético que le da a los videos un aspecto de cintas de VHS creadas por algún tipo de organización. Como previamente se mencionó, el medio con el que el terror analógico encontró una gran fama fue principalmente YouTube (sitio web dedicado a compartir videos). El propósito de la creación de dicho contenido fue adentrar a los espectadores en una historia de connotación sobrenatural, jugando con elementos de la realidad para simular que, lo visto en los videos de corta duración, son eventos que se pueden encontrar en nuestra realidad. A pesar de que nosotros somos conscientes de que todo lo visto es meramente entretenimiento y ficción, la ambientación creada en cada video está lo suficientemente bien ejecutada para que nuestras mentes comiencen a temer y a sumergirse en aquellas historias que distorsionan nuestra propia percepción del entorno al utilizar recursos como videos caseros, fotografías, locaciones reales, elementos históricos verídicos, páginas web; esto, para una mejor inmersión en la historia.



Tal es el caso de *The Mandela Catalogue*, serie de cortometrajes creados por Alex Kister en el año 2021, los cuales tratan de un conjunto de videos instructivos (por supuesto falsos) que se encargan de advertir sobre criaturas sobrenaturales llamadas *alternos* que acosan a la población ficticia del condado de Mandela.

A este se agregan otras producciones llamadas ARG -Alternate Reality Game en inglés o Juegos de Realidad Alternativa en español – que ofrecen a sus usuarios productos audiovisuales en que la distinción entre realidad y fantasía es casi imperceptible, como ocurre con *The Walten Files*. El hechizo de horror estaba completo.

Existen películas, series, libros, cómics, videojuegos, videos afcionados y muchísimas otras formas de entretenimiento dedicadas a dejar expuestas las más nerviosas emociones de cada humano; productos culturales que nos aterran para que, al final, todo termine con un suspiro, e incluso, con una gran satisfacción. ¿Por qué nos gusta adentrarnos en el miedo de forma voluntaria?, ¿por qué incluso lo disfrutamos aun cuando nos hace gritar y sudar? Esas son las preguntas que pueden resumirse en una sola: **¿Por qué nos gusta sentir miedo?**

El nacimiento del miedo

El sueño de la razón produce monstruos.
Capricho 43 de Francisco de Goya.

Figuras del terror tan importantes como Stephen King ya se han preguntado aquello:

Esa noche de noviembre de la que estoy hablando, poco después de Halloween, Bill me llamó y me dijo: —¿Por qué no escribes un libro sobre todo el fenómeno del horror desde tu punto de vista? Libros, películas, radio, televisión, todo. Lo haremos juntos si quieres. El concepto me intrigaba y me aterrorizaba a la vez. Me intrigaba porque a menudo me han preguntado por qué escribo lo que escribo, por qué quiere leerlo la gente y por qué va al cine para verlo. La paradoja al parecer es la siguiente: ¿por qué hay personas dispuestas a pagar dinero a cambio de sentirse extremadamente incómodas? (King, S, 1981: 12).

Puede resultar curioso que la sociedad vea el terror como algo prohibido, algo innombrable, ¡del diablo! La realidad es que el propio horror ha acompañado la vida del ser humano desde los tiempos más remotos con la creación de las leyendas, del folclore. Incluso, es el propio ser humano el que ha dejado entrar en su vida al terror.

Por la creación de tales relatos que buscaban darle una explicación al temor a lo desconocido es que se sientan las bases para lo que en la actualidad se consideraría la inspiración de todo material recreativo, inspirándose en los miedos que abordan lo más profundo de la mente humana: la muerte, el mal, seres diabólicos que se encargan de representar todo aquel sentimiento maligno.

Pensemos en la mitología, aquello que es la **historia del pueblo** (*mythos*) y la **palabra** (*logos*). Los mitos cuentan con el propósito de plasmar las historias de los ancestros, explicando el origen del ser humano y del mundo; toma como protagonistas a los dioses (que se diferencian por las culturas), seres sobrenaturales y héroes que cuentan con habilidades lejos de lo ordinario. ¿Por qué los humanos fuimos capaces de crear tales relatos? ¿Con qué finalidad? La respuesta es: para darle una explicación al origen del todo, de las costumbres que se han convertido en la cultura, o también, para lograr darle una definición a los fenómenos que atemorizaban a los antiguos habitantes debido al inminente temor que sentían ante lo desconocido del mundo. Según el psiquiatra Carl Jung, los mitos son un aspecto necesario de la psique humana, que necesita encontrar sentido y orden en un mundo que a menudo parece caótico y sin sentido (En: Mark, J. J. (31 de octubre de 2018). *Mitología: Definición*).

Como un dato a mencionar, el primer avistamiento de la obra más antigua de la literatura épica, y además de lo que se conoce como mitología, es *La Epopeya de Gilgamesh*; recopilación de cuentos que se estima, se escribieron de 700-1000 años después del reinado histórico de dicho rey.

Gilgamesh es ampliamente aceptado como el quinto rey histórico de Uruk que reinó en el siglo 26 a.C. Su influencia fue tan profunda que los mitos de su condición divina crecieron alrededor de sus hechos y finalmente culminaron en los relatos



encontrados en *La Epopeya de Gilgamesh*. (En Mark, J.J. <https://www.worldhistory.org/trans/es/1-781/gilgamesh/>).

Desde aquellos tiempos tan remotos para nuestro tiempo actual, el miedo fue uno de los factores que motivaron a los seres humanos a crear relatos que, buscando una explicación a lo desconocido, instauran mitos, seres sobrenaturales, que, aunque alimentaban mucho más el terror colectivo, al menos le daban una figura tangible a lo que antes era invisible.

En una de las mitologías más reconocidas debido a su impacto en la época del renacimiento -la griega- encontramos el relato de Licáon, quien era un rey de Arcadia que realizaba sacrificios humanos para demostrar su devoción al gran Zeus. Este, al ser consciente de tales actos, convierte al rey de Arcadia en un lobo. Por supuesto, el mito difiere dependiendo de la versión que sea contada, ninguna es incorrecta. También tenemos a la dama Aracne que, debido a su habilidad para tejer y alardear que era mejor que la propia Atenea, ésta por su osadía la transforma en una araña.

Todos esos relatos demostraban que los dioses eran seres superiores, y que, si algún mortal se atrevía a ofenderles, las consecuencias serían graves para ellos, creando por supuesto reglas que generaban un horror inmenso a los humanos, viviendo con la tensión de ser castigados por las grandes deidades que manejaban al mundo a su antojo.

En las tierras orientales nos encontramos con el onryō, un fantasma japonés que regresa al mundo terrenal en busca de venganza. Las razones para convertirse en uno de estos seres sobrenaturales varían: puede ser por amor, celos, rencor, cualquier emoción tan fuerte para ocasionar que el espíritu regrese con la intención de atormentar a los seres humanos. Criaturas que también infunden terror en el folclore japonés son los llamados yōkai, que son espíritus o demonios con características humanas o animales. Son representados en diversas expresiones artísticas y actualmente en la cultura popular se siguen manifestando.

Normalmente estos seres sobrenaturales tenían la finalidad de advertir a las personas de no caer en las emociones negativas, en no dejarse llevar por los instintos más salvajes, pues su final concluiría en convertirse en un horrible ser que no tendría el descanso

Un placer espantoso. El gusto por el miedo y su influencia... Diana Alejandra Reyes Sandoval

eterno, además, la creación de tales leyendas eran un tipo de fábulas de connotaciones tétricas. El miedo ha sido la herramienta más usada para la enseñanza.

Reanudando el lado europeo del mundo encontramos que en la antigüedad, en el este del continente, se tenía la creencia de que las personas fallecidas se volvían muertos vivientes que se alimentaban de la sangre de los humanos (vampiros); las causas del vampirismo variaban dependiendo la región, pero fue una histeria colectiva de tal magnitud, que pronto se normalizó el saqueo de tumbas ante el temor de aquellos seres que gozaban de alimentarse de la vitalidad de los vivos.

Los vampiros se convirtieron en una parte importante del folclore europeo, llegando a ser una figura recurrente en la literatura gótica (*Carmilla*, *Drácula*, *La dama pálida*, *Ligeia*), llegando así, a que actualmente la imagen del vampiro es considerada uno de los elementos importantes del terror clásico, en conjunto con las brujas (mujer a la que se le atribuyen habilidades mágicas; con ello se creó una cacería en la que muchísimas vidas fueron arrebatadas en los años del Medioevo), duendes, hombres lobo... Lazo N. (2004), en *El horror en el cine y en la literatura*, asegura que

El relato de horror tiene su nacimiento allí, cuando estos hombres y mujeres del pasado tuvieron que explicar los movimientos telúricos, las tormentas, las profundidades marinas. La única forma que consiguieron hacerlo fue poblando de monstruos todo aquello que les resultaba hostil. Nacieron los mitos y las leyendas (pág. 18).

En nuestro caso, los humanos del siglo XXI, tuvimos nuestros roces con el miedo desde pequeños. Existe algo que todo niño conoce desde que tiene uso de razón, los cuentos, canciones y dichos infantiles (los famosos "asustaniños"), que, aunque posean toques sencillos para el entendimiento de un infante, llevan consigo una atmósfera de tensión y miedo hacia los peligros, advirtiéndoles de un enemigo existe... ¿o sí? Esto lo explica Javier Prado, estudioso del folclore, dibujante y autor del libro *Monstruos ibéricos: ogros y Asusta niños españoles*: «No son figuras negativas de por sí, sino que, como muchos folcloristas explican, son a menudo seres "tutelares" que sirven como coacción para la buena conducta de los niños



antes de que existiesen las técnicas de educación modernas». En <https://www.lavanguardia.com/vida/20230818/9173438/asustaninos-hombre-saco-otros-personajes-terrorificos-folclore-espanol.html>. Señalar que recientemente la publicación ha sido eliminada de la página de La Vanguardia).

¿Cómo es que todo esto se volvió tan popular como para tener tal impacto social, llegando a ser algo tan implementado en nuestra actualidad? Para eso debemos remontarnos a bastantes años atrás en el tiempo de la historia de la humanidad. Después de aquellos relatos ideados para explicar lo que no tenía respuesta en los inicios del tiempo, después de aquellas historias transmitidas oralmente para advertir a los infantes de los peligros de aquel mundo tan desconocido y retorcido, los seres humanos comenzaron a crear hasta llegar al comic y los mangas como *Genji Monogatari*, que también serviría para grabar la historia de la humanidad por medio de la escritura.¹ Aunque no fue hasta los años 1764-1820 que en Inglaterra surgió una novela que se diferenciaba de las historias de aquel entonces, conocida como novela gótica. El nacimiento de aquella literatura fue caótica, llena de bastantes polémicas y censuras al ser una contraparte de lo políticamente aceptable en aquellos años, pues ya lo explica Miriam López Santos en su artículo dedicado a este género literario: «La novela gótica busca entonces la sensación del miedo, el éxtasis de lo sublime».² Romances ambientados en zonas penumbrosas, bosques, castillos, criaturas de la noche, todo ello significó el inicio del gusto “prohibido” por adentrarse a un escenario de tensión y pavor.

La primera novela del género gótico que tomaría gran importancia para lo que es la cultura popular de nuestros tiempos es *El castillo de Otranto* (1764), de Horace Walpole; por otro lado, quien representó un gran papel femenino en esos años fue Ann Radcliffe, considerada la pionera de la literatura gótica, llevando este género a nuevos horizontes. A partir de ahí comenzaron a verse más y más novelas, y cuentos, con aquella inclinación por lo macabro, aquello que

¹ Sabadell, M. Á. (07 de Diciembre de 2022). *¿Quién escribió la primera novela?* Obtenido de Muy Interesante: <https://www.muyinteresante.com/ciencia/52327.html>

² Santos, M. L. (s.f.). *Novela gótica, historia*. Obtenido de BIBLIOTECA VIRTUAL MIGUEL DE CERVANTES: https://www.cervantesvirtual.com/portales/novela_gotica/historia/

tenía intención de ahondar en las profundidades del alma humana y arañar sus entrañas para robarles un estremecimiento de terror.

El género de terror comenzó a tomar gran terreno en la sociedad durante el siglo XX gracias a autores como Bram Stoker, Edgar Allan Poe, H.P. Lovecraft, William Peter Blatty, hasta llegar a los tiempos modernos con Stephen King. Como lo menciona la editorial Letrame en su artículo sobre el género de terror: «*El Gato Negro* de Edgar Allan Poe, ha sido un gran referente e inspiración para muchos escritores futuros». ³ Pero el terror no se ha quedado satisfecho con mantenerse impregnado por siempre en las páginas de los libros; es un género avaricioso que desea llegar a los seres humanos de diferentes formas. El cine significó un gran paso que marcaría el no retorno del terror en la sociedad.

Hay muchas discusiones sobre cuál fue la primera película dedicada al terror como género plasmada en la gran pantalla. He encontrado artículos que difieren unos con otros, sin embargo, todos logran encasillar dos filmes que considero, tienen la misma importancia para el tema que estoy abordando en este artículo. Cuando pensamos en “película de terror”, a nuestra mente llegan trabajos como *Saw* (2004), *El resplandor* (1980), *La matanza de Texas* (1974), *El exorcista* (1973); obras audiovisuales que cuentan con características propias de su género, sin embargo, los primeros trabajos de esta índole no contaban exactamente con los arquetipos del terror que tenemos plasmados actualmente.

Antonio Guerra Pérez, en su artículo sobre el género cinematográfico del terror, menciona a la película *La llegada del tren a la estación de Ciotat* (1896) «*L'arrivée d'un train à La Ciotat*»⁴ de los hermanos Lumière. Al ver este corto trabajo, la primera reacción será que esto no está ni siquiera cerca de ser una película de terror, pues al ver la grabación uno puede notar que se trata de un tren que, como su nombre lo dice, llega a la estación. Es cierto que carece de

³ Chemamargo. (26 de Abril de 2021). *El género de terror. ¿Cuál es su origen?* Obtenido de Letrame Grupo Editorial: <https://www.letrame.com/autores/josemariamagro/2021/04/26/el-genero-de-terror-cual-es-su-origen/> (Publicación ha sido borrada de la página de Letrame).

⁴ Pérez, A. G. (Octubre de 2021). *Género cinematográfico de terror: historia, características y subgéneros*. Obtenido de Historia del Cine.es: <https://historiadelcine.es/generoscinematograficos/cine-terror-caracteristicas-historia/>



una naturaleza espeluznante, pero en su época, la gente gritaba de pavor al creer que el tren en la pantalla los arrollaría. ¿Es que acaso eso no es terror, hacer que el público sienta miedo? Lo mismo se puede opinar de *La mansión del diablo* (1896), de George Méliès; una película muda que muestra a un diablillo que molesta a los habitantes de una mansión. De acuerdo al mismo Antonio Guerra Pérez (1986) «Todas estas películas eran comedias y han sido calificadas por comedias de terror por los historiadores del cine» (s/p).

A partir de ahí, diferentes países comenzaron a dar nacimiento a sus propias creaciones con connotaciones espeluznantes, hasta evolucionar al terror actual que conocemos y que se han convertido en películas de culto. Esto es posible, pues para que un producto tenga éxito y logre sobrevivir al pasar de los años, debe de haber un público objetivo que adore consumir este mismo producto; el hecho de que el terror haya logrado pasar por los obstáculos que en tiempos anteriores existieron (censuras, prejuicios), es porque hay personas que motivan a seguir haciendo este tipo de materiales (ya sea literatura o cine). Los creadores saben que hay un gran público que recibe con gusto estos trabajos que se encargan de hacerlos temblar y gritar de horror.

Sweet Home, creado en 1989, es el equivalente en videojuegos para el terror como cualquier película de *Saw* para el cine. Todo fue creado para satisfacer las necesidades humanas, de hacerlo un gusto recreativo del que se pueda gozar de manera saludable.

Desmembrando el concepto

Las cosas cotidianas al final son las que más miedo dan a la gente.
Junji Ito.

En párrafos anteriores se han llegado a mencionar dos conceptos claves que están dentro de lo que es el miedo: el "terror" y el "horror". En la actualidad aún no se tiene muy claro lo que diferencia a ambos conceptos que, después de todo, nacen de aquella emoción primitiva; el miedo, el cual es, como se menciona, «una emoción natural que se caracteriza por experimentar una sensación desagradable e

intensa ante la percepción de un peligro real o imaginario». ⁵ Este sentimiento es lo primero que manifestamos al encontrarnos en una situación que, nosotros como personas, consideramos peligroso para nuestra integridad.

La incomodidad o inseguridad pueden ser algunos síntomas generados por esta emoción, afectando a la mente directamente. ⁶ Aunque para el mismo autor, Pérez Porto, J. G., ese no es el punto máximo en el que una persona se ve envuelta al estar en una situación aterradora. Después del terror, cuando ya el miedo se intensifica, entra en juego el “horror”, el cual es provocado por algo espeluznante, horrible, terrorífico. (s/p). Con el horror en el escenario no solo la mente se ve afectada, sino que, el cuerpo también es víctima de aquello, como una directa parálisis de las extremidades.

Sara Roma, doctorada en Comunicación Audiovisual por la Facultad de Ciencias de la Comunicación, comparte que «el terror es un miedo intenso que representa un sentimiento vital de amenaza, acompañado de deseos de huida. En cambio, lo extraño, lo incontrolable o prodigioso —aunque no suponga peligro— es lo que desencadena el horror». ⁷

Al ser conscientes de estos dos términos, comenzaron las cuestiones sobre si existe algo que les haga diferenciarse, y es que, desde hace mucho tiempo, aproximadamente en el siglo XVII en Inglaterra, una novelista británica que ya mencionamos en párrafos anteriores, Ann Radcliffe, fue quien por vez primera hizo la distinción de ambas palabras en un artículo para el *The New Monthly Magazine and Literary Journal* (1826): «Terror y horror son verdaderamente opuestos; el primero expande el alma y despierta las facultades a un nivel de vida más alto; mientras que el segundo contrae, congela y casi las aniquila», ⁸ incluso una escritora que dedicó su vida a las

⁵ Psicología, D.-F. d. (08 de Marzo de 2022). *El miedo, una alarma mental para proteger la identidad*. Obtenido de UNAM GLOBAL REVISTA: https://unamglobal.unam.mx/global_revista/el-miedo-una-alarma-mental-para-proteger-la-integridad/

⁶ Pérez Porto, J. G. (21 de Noviembre de 2022). *Terror - Qué es, evolución, definición y concepto*. Obtenido de Definición.de.: <https://definicion.de/terror/#terror-psicologico-y-gore>

⁷ Roma, S. (2009). *Terror vs miedo*. Obtenido de Academia.edu: https://www.academia.edu/30678890/G%C3%A9neros_de_miedo_terror_versus_horror

⁸ Facultad de Filosofía y Letras, U. (2007). Vol. 19 Núm. 35 (2007): LO FANTÁSTICO O LA IRUPCIÓN DE LO SOBRENATURAL (Julio- Diciembre). Revista FUENTES HUMANÍSTI-



novelas góticas plasma el claro contraste que ambos vocablos presentan; uno sólo es apenas lo sutil que se puede manifestar, algo de tensión, para después llegar al asco, a la repulsión, a la explosión que ya no puede sino desbordarse de nuestros cuerpos. Lazo N. (2004), asegura que «Estaba convencida de que el miedo no lo inspiraba aquello que me observaba allí parado, sino lo que yo imaginaba que me observaba» (p.17).

Es común confundir ambos términos, pues se usan como sinónimos del propio “miedo”, sin embargo, el terror y el horror son niveles en los que la persona puede verse envuelta cuando se encuentra en situaciones que le aterrizan. Después de todo, ambas palabras son categorías dentro del concepto del miedo, pues no son más que aquellas emociones ocasionadas por los peores temores que la mente humana puede crear.

La realidad es que aquella emoción tan atemorizante, y a su vez atrayente, siempre nos ha acompañado desde que somos infantes. Y es que, como lo menciona, Paula A. en la editorial Literatura SM:

el terror está presente en numerosos cuentos tradicionales y fábulas de nuestra infancia (*Caperucita Roja*, *Hansel y Gretel*...), en personajes y situaciones que funcionan de ejemplo de los posibles peligros a los que vamos a enfrentarnos en la vida y de cómo evitarlos. (Obtenido de literaturas.com:<https://es.literaturasm.com/actualidad/que-gustan-historias-de-miedo#gref>).

La escritora y guionista, Verónica Cervilla, explica que «Tras el estímulo que nos provoca la sensación de peligro, ya sea real o inventada (...) se genera una especie de archivo que se almacena en la memoria para tener a mano la próxima vez que aparezca la amenaza» (s/p), siendo ésta una de las emociones que con mayor facilidad se graba en nuestras cabezas y que sin duda, es la que más presente está en nuestras vidas, como ya se expuso en los avistamientos de esta atmósfera desde los inicios de la sociedad.

Con ello podemos entender la influencia que el mismo terror brota en nosotros, el cómo ha estado presente desde los años más

escondidos de nuestra mente, y al crecer, solo nos damos cuenta de aquella adrenalina que deseamos con picardía al recordar los temores infantiles que antes nos daban escalofríos, que ahora, nosotros buscamos con la intención absoluta de estremecernos y congelarnos en nuestro lugar. Todas esas emociones, esos temores invisibles, son creados por nuestra imaginación. Temblamos de horror, sudamos de pavor, sabiendo que no hay nada más que nuestra mente que nos incita a creer que existe algo más allá de lo conocido por la razón; dando como resultado final algún susto causado por esa tensión generada por nosotros mismos, que curiosamente, encontramos cierto gusto en ello.

«El terror psicológico se basa en temores ocultos en el subconsciente. No tiene necesariamente elementos fantásticos y su aliado principal es el suspenso» (Lazo N, 2004: 34).

El terror es algo con lo que hemos vivido desde hace muchísimo tiempo, en nuestra actualidad ha tenido más impacto en la cultura popular por celebraciones tales como el Halloween. Están las personas que disfrutan de aquellas emblemáticas figuras del miedo entre risas, sintiendo gozo por la adrenalina del horror, como cualquier ser humano que se adentra a sus actividades recreativas favoritas, y también, existen aquellos que miran de manera despectiva, y juzgan a aquellos que les gusta sentir el genuino espanto. Siempre ha existido ese prejuicio, que tiende a pensar de ellos como personas que “deben de estar locos”, “están mal de la cabeza”, “que raritos”. Por ello, Lazo N. (2004) dice “Seguí leyendo los libros que encontramos en ese hueco. No quería ser descubierta. Sabía que me prohibirían su lectura, así que los extraía a escondidas, uno por uno” (p.17).

A muchos les cuesta creer que existan seres humanos que busquen con emoción los libros de Stephen King, que aman leer la literatura penumbrosa de Edgar Allan Poe, que incluso vean *El silencio de los inocentes* o jueguen *Amnesia: The Dark Descent*.

Tal paradoja sobre la atracción por sentir miedo tiene una explicación que no se encasilla en, “porque me gusta, y ya”, como muchas personas podrían contestar con sencillez a la pregunta. Existe una teoría denominada la *transferencia de la excitación*, la cual consiste en que, como lo expone Elena Martínez, «la exci-



tación que un evento determinado nos provoca se transfiere a las respuestas que emitimos ante otros eventos posteriores con la misma intensidad». ⁹ Cuando se manifiesta una fuerte emoción (en este caso causada por el miedo) lo siguiente que la persona en cuestión sentirá será una sensación de excitación a causa de tal descarga de adrenalina. Lo explica el doctor Elías Aboujaoude: «Esta compleja respuesta activa otras emociones, tanto desagradables, como el estrés, como placenteras, como el alivio». ¹⁰

Conclusiones

Al ver una película de horror, por ejemplo, la mente y cuerpo están en constante sentido de alerta, agudizando los sentidos ante la presencia imaginaria de peligro, y cuando llega aquel momento en el que los gritos se hacen presentes, después de tal espanto que provocó estremecimientos y sudores, se comienza a sentir cierta satisfacción por lo sucedido, en muchos casos puede generar incluso risas. La realidad es que hay un proceso que hace sentirnos de esa forma, pues la amígdala es la protagonista de este suceso, como lo expone la revista *¡HOLA!* En su artículo sobre la psicología del miedo:

Frente a estos estímulos de miedo se produce una descarga de neurotransmisores en nuestro cuerpo. El cerebro libera adrenalina cuando sentimos temor, pero, al verificar que la situación es segura, activa serotonina y dopamina, los neurotransmisores asociados al placer, la euforia y la recompensa. ¹¹

⁹ Martínez, E. (18 de Mayo de 2023). El Paradigma de la Transferencia de la Excitación . Obtenido de PsicoActiva:<https://www.p psicoactiva.com/blog/el-paradigma-de-la-transferencia-de-la-excitacion/#:~:text=situaci%C3%B3n%20a%20otra,%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20paradigma%20de%20la%20transferencia%20por%20excitaci%C3%B3n%3F,posteriores%20con%20la%20misma%20intensidad.>

¹⁰ Ward, T. (18 de Octubre de 2023). Explicando el atractivo del miedo. Obtenido de NATIONAL GEOGRAPHIC:<https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2023/10/pasar-miedo-por-que-gusta-tanto#:~:text=Los%20expertos%20opinan%20sobre%20la,que%20el%20miedo%20sea%20placentero.&text=La%20adrenalina%2C%20la%20dopamina%20y,la%20Feria%20Estatad%20de%20Minnesota.>

¹¹ Gtresonline. (31 de Octubre de 2019). Psicología del miedo: ¿Por qué nos atrae exponernos a los estímulos de terror? Obtenido de ¡Hola!: <https://www.hola.com/estabien/20191031152363/halloween-psicologia-miedo-gt/>

Un placer espantoso. El gusto por el miedo y su influencia... Diana Alejandra Reyes Sandoval

Todo gira en torno a una sensación de protección, de seguridad, en el que el individuo se deja llevar por cualquier material recreativo que tenga que estar ligado a la intención de asustar. La persona debe ser consciente de que cualquier cosa que signifique un peligro para su integridad es meramente ficcional.

El miedo es una emoción tan vieja como la vida humana misma, por lo que el terror siempre se ha visto manifestado en nosotros, y los humanos no han hecho sino alimentar tales temores al buscar la respuesta a algo desconocido o para dejar una enseñanza de vida. Los seres humanos, conociendo estos miedos y siendo atraídos por lo prohibido, comienzan a hacer uso de los medios de recreación que su época les brinda para darle una forma mucho más cercana a estos temores, descubriendo así que la recepción era considerable.

Poco a poco, conforme pasaban los años en la historia de la humanidad, se han ido creado más formatos de distracción en los cuales el miedo se implementó para aquellos que encontraban un grato gusto a las emociones negativas causadas por el terror y el horror. Muchas personas se preguntaron ello, y la ciencia se encargó de hacer una investigación exhaustiva para encontrar aquella respuesta que esclarecía este gusto que se ha tachado como prohibido e inmoral. Una gran parte de la humanidad siente rechazo por este sentimiento, y está bien, pero no hay que olvidarnos que también existen personas que encuentran un gusto y satisfacción por asustarse siempre y cuando se realice tal recreación en un ambiente que le proporcione seguridad, donde no haya un verdadero peligro. Esto es solo una forma saludable de encontrar alivio y diversión.

El famoso director cinematográfico, guionista y productor, Guillermo del Toro, ha dicho que el miedo «forma parte de nuestra función social y nosotros tratamos de entretenernos porque en la vida real no hay muchas dosis de diversión, mucho menos en los tiempos que vivimos».¹²

¹² Estévez, M. (20 de Febrero de 2013). Guillermo del Toro: "El miedo es una emoción bellísima, poética y sublime". Obtenido de elDiario.es: https://www.eldiario.es/Kafka/guillermo-toro-bellisima-poetica-sublime_1_5590320.html



Referencias consultadas

- Cervilla, V. (02 de Junio de 2020). *Terror vs Horror. Definición, uso y efecto*. Obtenido de TERROR & FANTASÍA OSCURA: <https://www.vcervilla.com/blog/2020/06/02/terror-vs-horror/>
- Chemamargo. (26 de Abril de 2021). *El género de terror. ¿Cuál es su origen?* Obtenido de Letrame Grupo Editorial: <https://www.letrame.com/autores/josemariamagro/2021/04/26/el-genero-de-terror-cual-es-su-origen/>
- Estévez, M. (20 de Febrero de 2013). *Guillermo del Toro: "El miedo es una emoción bellísima, poética y sublime"*. Obtenido de elDiario.es: https://www.eldiario.es/Kafka/guillermo-toro-bellisima-poetica-sublime_1_5590320.html
- Facultad de Filosofía y Letras, U. (2007). Vol. 19 Núm. 35 (2007): LO FANTÁSTICO O LA IRRUPCIÓN DE LO SOBRENATURAL (Julio- Diciembre). *Revista FUENTES HUMANÍSTICAS*, 9-17. Obtenido de Revista FUENTES HUMANÍSTICAS : <https://fuenteshumanisticas.azc.uam.mx/index.php/rfh/article/view/322>
- Gtresonline. (31 de Octubre de 2019). *Psicología del miedo: ¿Por qué nos atrae exponernos a los estímulos de terror?* Obtenido de ¡Hola!: <https://www.hola.com/estar-bien/20191031152363/halloween-psicologia-miedo-gt/>
- Lazo, N. (2004). Capítulo 1: Lo que habita debajo de la cama. En N. Lazo, *El horror en el cine y en la literatura*. México: Paidós.
- Lazo, N. (2004). Capítulo 3: El horror tiene mil caras. En N. Lazo, *El horror en el cine y en la literatura* (pág. 34). México: Paidós.
- Mark, J. J. (31 de Octubre de 2018). *Mitología: Definición*. Obtenido de World History Encyclopedia en español: <https://www.worldhistory.org/trans/es/1-427/mitologia/>
- Mark, J. J. (15 de Diciembre de 2022). *Gilgamesh: Definición*. Obtenido de World History Encyclopedia en español: <https://www.worldhistory.org/trans/es/1-781/gilgamesh/>
- Martínez, C. (24 de Octubre de 2023). *¿Qué es el Terror Analógico?... el nuevo subgénero que causa horror en Internet (videos)*. Obtenido de VANGUARDIA: <https://vanguardia.com.mx/vida/viral/que-es-el-terror-analogico-el-nuevo-subgenero-que-cause-horror-en-internet-videos-EA9727071>
- Martínez, E. (18 de Mayo de 2023). *El Paradigma de la Transferencia de la Excitación*. Obtenido de PsicoActiva: <https://www.p psicoactiva.com/blog/el-paradigma-de-la-transferencia-de-la-excitacion/#:~:text=situaci%C3%B3n%20a%20otra,-%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20paradigma%20de%20la%20transferencia%20por%20excitaci%C3%B3n%3F,posteriores%20con%20la%20misma%20intensidad.>
- Parra, S. (05 de Marzo de 2020). *¿Por qué nos gustan las historias que nos lo hacen pasar mal?* Obtenido de Muy interesante: <https://www.muyinteresante.es/ciencia/14534.html>

Un placer espantoso. El gusto por el miedo y su influencia... Diana Alejandra Reyes Sandoval

- Paula, A. (17 de Junio de 2019). *¿Por qué nos gustan las historias de miedo?* Obtenido de literaturas.com: <https://es.literaturasm.com/actualidad/que-gustan-historias-de-miedo#gref>
- Pérez Porto, J. G. (22 de abril de 2019). *Horror - Qué es, definición y concepto.* Obtenido de Definición.de.: <https://definicion.de/horror/>
- Pérez Porto, J. G. (21 de Noviembre de 2022). *Terror - Qué es, evolución, definición y concepto.* Obtenido de Definición.de.: <https://definicion.de/terror/#terror-psicologico-y-gore>
- Pérez, A. G. (Octubre de 2021). *Género cinematográfico de terror: historia, características y subgéneros.* Obtenido de Historia del Cine.es: <https://historiadeltelcine.es/generos-cinematograficos/cine-terror-caracteristicas-historia/>
- Psicología, D.-F. d. (08 de Marzo de 2022). *El miedo, una alarma mental para proteger la identidad.* Obtenido de UNAM GLOBAL REVISTA: https://unamglobal.unam.mx/global_revista/el-miedo-una-alarma-mental-para-proteger-la-integridad/
- Prado, C. J. ((18 de Agosto de 2023). *Los "asustaniños": el hombre del saco y otros personajes terroríficos del folclore español.* Obtenido de La Vanguardia: <https://www.lavanguardia.com/vida/20230818/9173438/asustaninos-hombre-saco-otros-personajes-terrorificos-folclore-espanol.html>
- Roma, S. (2009). *Terror vs miedo.* Obtenido de Academia.edu: https://www.academia.edu/30678890/G%C3%A9neros_de_miedo_terror_vs_horror
- Sabadell, M. Á. (07 de Diciembre de 2022). *¿Quién escribió la primera novela?* Obtenido de Muy Interesante: <https://www.muyinteresante.com/ciencia/52327.html>
- Santos, M. L. (s.f.). *Novela gótica, historia.* Obtenido de BIBLIOTECA VIRTUAL MIGUEL DE CERVANTES: https://www.cervantesvirtual.com/portales/novela_gotica/historia/
- Stephen, K. (1981). *Danza macabra.* The Philadelphia Inquirer.
- Ward, T. (18 de Octubre de 2023). *Explicando el atractivo del miedo.* Obtenido de NATIONAL GEOGRAPHIC: <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2023/10/pasar-miedo-por-que-gusta-tanto#:~:text=Los%20expertos%20opinan%20sobre%20la,que%20el%20miedo%20sea%20placentero.&text=La%20adrenalina%2C%20la%20dopamina%20y,la%20Feria%20Estatal%20de%20Minnesota.>

Diana Alejandra Reyes Sandoval

Correo electrónico: diana.reyes5868@alumnos.udg.mx

Mexicana. Estudiante de cuarto semestre de la Licenciatura en Letras Hispánicas del Centro Universitario del Sur (CUSur). Universidad de Guadalajara.



Nosce te ipsum (conócete a tí mismo) grabado en linóleo y chine colle
Sandra Díaz