

CURSO DE
**MEDICINA
NATURAL**

EN 40 LECCIONES

Dr. Eduardo Alfonso

MI
EDITORIAL
kier



EDUARDO ALFONSO

Teósofo, naturista, autor y conferenciante español, doctorado en medicina en Madrid. Presidente fundador de la Schola Philosophical Initiatonis.

Presidente de: Ateneo Teosófico de Madrid; Instituto Naturista Español; Federación Naturista Española y Federación Ibérica de Sociedades Protectoras de Animales y Plantas.

Miembro del Consejo de Investigaciones de la Emerson University (Los Angeles) y catedrático de historia comparada de las religiones en la Universidad de Chile.

Ha ofrecido innumerables conferencias y publicado numerosas obras -todas ellas de gran vigencia en la actualidad- en la Argentina, España y Chile, acerca de la medicina natural, la naturaleza, la curación naturista, la salud por el agua, la cocina vegetariana, la nutrición, la salud de los niños por la higiene natural, y sobre otros temas: el origen del hombre, el Egipto faraónico, la Atlántida y América, así como una guía lírica para el auditor de conciertos.

Falleció en 1990.

**Curso de
Medicina Natural
en Cuarenta Lecciones**



Obras del doctor Eduardo Alfonso

Como Cura la Medicina Natural.

Nutrición Humana y Cocina Vegetariana Científica.

Manual de Curación Naturista.

La Salud de los Niños por la Higiene Natural.

La Religión de la Naturaleza.

El Egipto Faraónico.

Guía Lírica del Auditor de Conciertos.

La Atlántida y América.

Problemas Religiosos e Historia Comparada de las Religiones.

La Iniciación.

La Sabiduría Pitagórica.

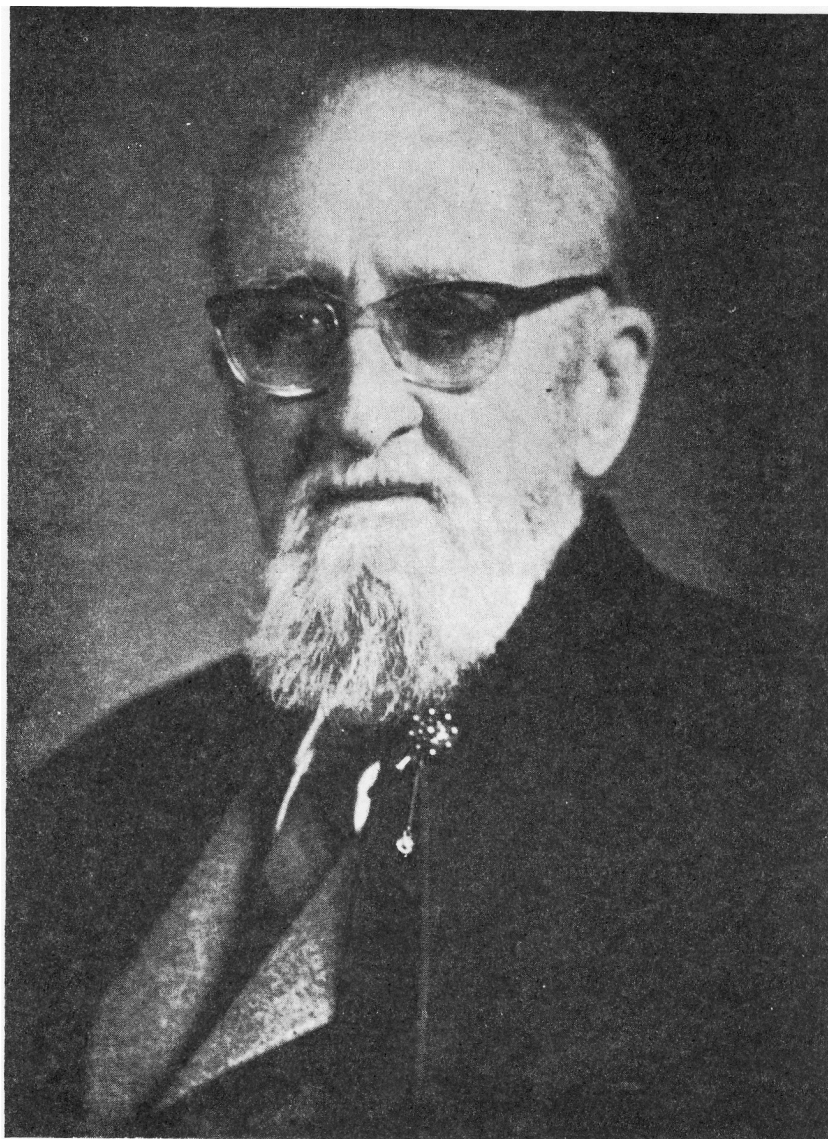
Panton Crematon. (Ensayos Filosóficos.)

Einstein y su Teoría de la Relatividad.

El Hombre, su origen, su ser, su vida, su muerte y su historia. (Ensayos Filosóficos.)

Gramática Jeroglífica del egipcio clásico.

El Santo Grial en el Monasterio de San Juan de la Peña.



DR. EDUARDO ALFONSO (1972).

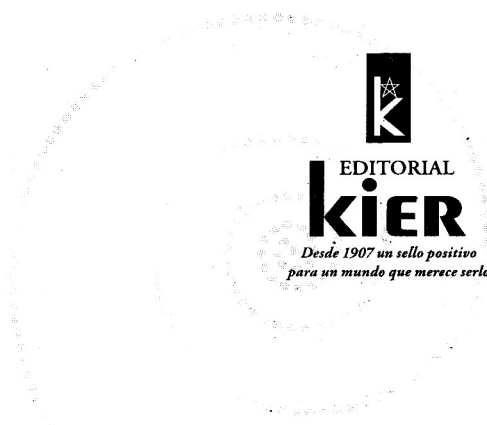
Dr. EDUARDO ALFONSO

Doctorado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Madrid,
Médico fisiatra de la Asociación de la Prensa de Madrid,
Miembro de Honor de la Sociedad de Geografía e Historia de Guatemala,
Presidente fundador de la "Schola Philosophicae Initiationis"
y de la "Federación Ibérica de Sociedades Protectoras de Animales y Plantas" (S. M.).
Ex Presidente del Instituto Naturista Español y de la Federación Naturista Española,
del V Congreso Naturista de España y Ex Vicepresidente de la Masa Coral de
Madrid, M. S. T
Profesor jubilado de Biología en la Universidad de Río Piedras
y de Biología e Historia en el Junior College de Puerto Rico

Curso de Medicina Natural en Cuarenta Lecciones

Comprendiendo las siguientes Materias:
FILOSOFIA - BIOLOGIA - ANATOMIA - FISILOGIA
PATOLOGIA - DIAGNOSTICO - PRONOSTICO - TERAPÉUTICA
HIGIENE - CLINICA Y TÉCNICA

DÉCIMO CUARTA EDICION



electrónico y/u otro- y su distribución mediante alquiler o préstamo públicos.

615.5 Alfonso, Eduardo

ALF Curso de medicina natural en cuarenta lecciones.- 1ª.ed.

14ª. reimp.- Buenos Aires : Kier, 2003.

688 p. ; 23x16 cm.- (Medicina)

ISBN 950-17-1201-X

I. Título - 1. Medicina Natural

Diseño de tapa:

Graciela Goldsmid

LIBRO DE EDICION ARGENTINA

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723

© 2003 by Editorial Kier S.A., Buenos Aires

Av. Santa Fe 1260 (C1059ABT), Buenos Aires, Argentina.

Tel: (54-11) 4811-0507 Fax: (54-11) 4811-3395

PROLOGO DE LA PRIMERA EDICIÓN

Esta obra tiene una singular historia que no está de más exponer. Fue comenzada en 1936 y terminada en 1939. Es decir, fue hecha durante la guerra que azotó a mi patria durante tres años inolvidables. Muchas veces la confección de sus líneas fue interrumpida por la granada de cañón que estallaba a no más que metros de distancia, o por el silbido de una bala, el tableteo angustioso de las ametralladoras o el bordoneo trágico de la aviación que obligábanos a descender a refugio más seguro.

Sus páginas, escritas todas sin excepción, en Madrid, saben de hambres y privaciones, de inviernos fríos sin carbón, de noches largas sin más luz que una lamparilla de aceite o una vela, a cuyo mortecino fulgor fueron escritas decenas de ellas. Han sido el fruto de una época de forzoso ascetismo y renunciación, en que nos habíamos familiarizado con la idea de la muerte. Vivíamos en plenitud de espíritu por la alimentación menguada y la presencia constante del peligro. Y así, como en oración permanente, fueron hilvanadas sus páginas, pensando que quizá estaba escribiendo mi testamento.

Mas, fuese el peligro, calmose la zozobra y encontréme con un libro cuyo número de hojas es la medida intelectual de una guerra. Pero cuyas ideas miden a su vez la práctica y el estudio de veintidós años. Esta obra es *mi lucha*; mi aportación bélica al resurgimiento de una nueva era. No luché con armas, sino con ideas. No disparé más arma mortífera que la de la sinceridad, contra la falange apretada de los prejuicios y las rutinas.

Agregaré que *mi doctrina no es mía* sino de aquellos que me enseñaron. Por esto no he querido que falten las opiniones de tantos maestros como, con sus escritos o sus palabras, nutrieron mi acervo mental; ni las de aquellos otros que de un modo u otro han contribuido al desarrollo de la medicina naturista. Todos encontrarán en estas páginas el acatamiento que merecen. Por eso al escribir no hablo de mí, sino *de nosotros*.

En las presentes lecciones, casi todas de nueva factura, va incluido todo aquello que he expuesto en más de 1000 conferencias por toda España y América, muchas de las ideas contenidas en artículos publicados en diarios y revistas, y no pocas de las materias incluidas en otras obras anteriores (la mayor parte agotadas), que no podían faltar en ésta, sin grave detrimento de la unidad didáctica. Todo ello refundido en nuevo molde. He querido, en una palabra, reunir en este tomo, toda mi aportación a la causa de la higiene y de la medicina natural.

Pero las mismas consecuencias de tan aciaga época, impidiéronle salir a luz en la propia tierra donde se gestó, con la premura que hubiese deseado. Y mi obra atravesó el mar en busca de manos hermanas que, solícitas desde el primer momento, se aprestaron a darle forma edito-

rial. El editor, señor Nicolás B. Kier, puso en el empeño toda la diligencia y todo el esmero que yo deseaba. Y este tomo es el resultado de ello. La escasez de papel en Europa, agravada por la guerra internacional que en estos momentos conturba el continente, ha sido la causa principal de que mi obra vea la luz en América. Pero como no existen casualidades, ni cualquier hecho, por insignificante que parezca, deja de obedecer a leyes de *causalidad*, como podrá comprobar el curioso lector desde la lección primera, henos aquí con que, esta obra va a ser heraldo de mi proyectada excursión al continente americano en el año próximo. Vaya por delante la obra precediendo a la persona. Que antes y mejor me conocerá el que estas páginas lea, que el que me haga el honor de estrechar mi mano.(1)

He procurado dar a estas lecciones un carácter de divulgación, sin dejar de incluir en ellas todo aquello que pudiera exigir el hilo del razonamiento científico. En consecuencia, el lector encontrará materia científica para satisfacer al profesional, pero expresada en términos asequibles a los profanos, cuando no aclarados los términos técnicos que necesariamente han de ser empleados muchas veces.

También observará el que esto estudiare que, sin dejar de pisar el terreno *firme* (?) de nuestro positivismo científico, hasta límites que a cualquier buen naturista le parecerán -y con razón- exagerados, me permito fundamentar doctrina y deducciones sobre conceptos científicos y filosóficos totalmente ajenos a nuestra ciencia occidental; cosa que, por otra parte, parecerá exagerada a nuestra ortodoxia universitaria. De este modo, pensando que el camino de la verdad no es patrimonio exclusivo de ninguna escuela particular, nadie podrá achacarme parcialidad ni dogmatismo. Acepto con el mejor intencionado espíritu ecléctico, todo aquello que venga a aclarar el enigma humano en su universalidad; es decir en sus múltiples facetas dentro de la unidad del ser.

Y ruego a la atención del lector, ponga su interés en desentrañar, a través de todo el libro, mi decidido esfuerzo por no caer en el terreno estéril de una sistematización exclusivamente subjetiva o exclusivamente objetiva. Hay puntos en los que un subjetivismo exagerado nos hace caer en errores como el de las entidades *nosológicas*, por ejemplo. Hay otros, en cambio, en los que la demasía objetividad nos aparta igualmente del camino de la verdad; por ejemplo el de los *análisis clínicos de laboratorio*. Difícil es, en verdad, mantenerse equidistante de dos abismos igualmente peligrosos para el resultado final de una especulación científica y de las prácticas que de ella se derivan. He procurado esta ecuanimidad y el lector juzgará si al fin me mantuve en el fiel de la balanza. Repare, no obstante, en la manera como trato el asunto del *pronóstico*, donde hallará quizá el mejor ejemplo de mi esfuerzo en el sentido aludido.

Que mis bien intencionadas lecciones encuentren piadosa crítica entre los pueblos de lengua castellana.

EDUARDO ALFONSO.

Madrid 30 de junio. Año de 1940.

¹ Dicha excursión se aplazó, por circunstancias políticas, hasta el año 1948.

PROLOGO DE LA SEGUNDA EDICIÓN

Después de haberse agotado una profusa edición extendida por España y toda Hispanoamérica, la Editorial Kier saca a la luz esta segunda edición diecisiete años después de haberse publicado la primera. Y esto ocurre en condiciones muy diferentes.

En primer lugar yo no estoy en España sino en América, desde 1948. En segundo lugar las circunstancias políticas y económicas de la República Argentina han cambiado profundamente en estos últimos diez años y se han traducido por lo que ahora nos importa, en una mayor dificultad para los negocios editoriales y para el poder adquisitivo del lector.

Estas circunstancias nos han obligado a suprimir todo aquello que en la primera edición constituía un lujo de expresión y una holgura para el pensamiento. No estamos en tiempos de holgura sino de austeridad, y esto requiere limitarse a lo fundamental. Pero lo fundamental ha sido respetado con la extensión que merece.

El nuevo lector de mi obra va a encontrar lo que encontró el lector de la edición primera, con algunas innovaciones y renovaciones consecuentes a la marcha del tiempo y a la evolución del pensamiento científico. Pero todo esto, tenida cuenta de que las ideas básicas de la medicina son incommovibles e independientes de todo progreso técnico y de todos los modos y *modas* que éste pueda adoptar.

La técnica -que es en lo único que la medicina ha progresado desde los tiempos de Hipócrates- debe ser siempre una servidora del pensamiento. Este es el que resuelve el problema de cada enfermo y define después la técnica que haya de aplicarse al caso. En la segunda edición de mi obra, sigue quedando íntegramente soslayado el peligro de subordinar el pensamiento a la técnica.

El lector que me honre con su atención, será el último juez del resultado de mis propósitos.

EDUARDO ALFONSO.

San Juan de Puerto Rico, junio, 1959.

PROLOGO DE LA TERCERA EDICIÓN

EL NATURISMO EN EL MOMENTO ACTUAL DE NUESTRA CULTURA

Sale a la luz esta tercera edición estando el autor nuevamente en España en circunstancias bien distintas de las del año 1940 en que fue publicada la primera edición de esta obra.

Estamos en un momento crítico y desconcertante, en que se hallan puestos en revisión todos nuestros valores culturales y morales (ciencia, arte, religión, sociología) y entre ellos, con especial interés, los grandes problemas de la salud.

Se ha dicho con razón que el *cáncer* y los *infartos del corazón* son las afecciones propias de nuestra civilización. A esto hemos de añadir la frecuencia con que también se producen en la actualidad ciertas enfermedades crónicas como la *diabetes*, la *nefritis*, la *hepatitis* y los *trastornos del tubo digestivo*.

Todos estos males tienen indudablemente *causas fisicoquímicas*, pero en su fondo hallase una *raíz psicológica*, producto de las *tensiones*, *pretensiones*, y *preocupaciones* de la vida actual que nos obliga a la lucha, la competición y el trabajo forzado, y, por consiguiente, a la *prisa* para "no perder tiempo" y que se nos pongan otros por delante.

La *prisa*, como dice nuestro amigo y gran filósofo Pedro Caba, "es indecente". Sí; es indecente porque quita a la vida humana su contenido contemplativo y espiritual, y esto inutiliza nuestros mejores y más íntimos valores del alma. El hombre que tiene *prisa*, porque le acucia la necesidad de resolver su problema vital inmediato, no tiene tiempo de *meditar*; y esto es una catástrofe para todo ser humano.

La filosofía naturista no solamente trata de darnos una solución a los problemas de la salud y de la enfermedad, sino que ha de procurarnos el cauce necesario para las manifestaciones del espíritu que, a la postre, son las genuinamente humanas.

Un cuerpo más sano y fuerte que el nuestro (dentro de su especie) lo tiene cualquier animal, porque vive de acuerdo con su ley natural. Los naturistas queremos también vivir con arreglo a las leyes naturales, pero en la práctica nos dejamos arrastrar por la vorágine de la vida culta de nuestros tiempos, y esto nos predispone a fracasar en nuestros propósitos. La *prisa*, la falta de calma, la tensión y la ambición, nos desplazan, sin querer, del ámbito ideal creado por nuestras aspiraciones naturistas.

La mayor parte de los naturistas no saben colocar su mente en actitud de calma entre la inquietud de la vida civilizada de nuestras ciudades modernas. Ya es el hecho de adelantar al que va a nuestro lado para tomar el billete del "metro" o subir al autobús; ya sea correr para ganar diez segundos en la cola de certificados de correos; ya sea

-y esto es peor- adelantar con nuestro automóvil al que va delante para llegar al mismo sitio cinco minutos antes..., etc. Todo este constante pugilato y competición, totalmente inútil, para la ganancia de tiempo, contrasta desdichadamente con los distintos modos de "perder el tiempo" en cafeterías, tertulias, televisión..., etcétera. El resultado de esta actitud constante de "pretensiones" y "deseos", es fatal para el cuerpo y para el alma.

Se ha dicho y escrito, con razón, que la filosofía de los pueblos orientales determina un modo de aceptación de la vida que elimina casi totalmente las tensiones emotivas causantes de las citadas enfermedades. Y, por esto, Levis Roland hace notar la muy inferior mortalidad por afecciones del corazón y de los vasos sanguíneos en el Japón y países del extremo Oriente, que en nuestros pueblos occidentales.

Bastaría esto para tratar de adoptar un modo de vida más humano (menos pretencioso) si no hubiese que añadir la acción continua de las variadas intoxicaciones y carencias que suponen la contaminación atmosférica y de las aguas, el empleo de abonos fertilizantes y desinfectantes tóxicos; la recolección de los alimentos sin madurar y su conservación en frigoríficos, latas o envases; el uso y abuso del alcohol, el té, el café y el tabaco, sin excluir el de las carnes tóxicas, como la de cerdo, mariscos, crustáceos, etcétera.

Todo esto está en el ánimo de todo buen naturista que trata, en la medida de lo posible, de contrarrestarlo con las ventajas de una dieta vegetariana y una higiene de aproximación a los elementos de la Naturaleza (aire, agua, tierra y sol) en su mayor pureza y plenitud. Pero yerra muchas veces también por inadecuación en sus prácticas de higiene natural.

Está probado que el exceso en los *baños de sol* puede reactivar lesiones tuberculosas, provocar hemorragias renales en tuberculosos del riñón, originar cáncer de la piel por quemaduras insistentes y repetidas, causar insolaciones a veces mortales y provocar accidentes congestivos y aun retinitis en personas de temperamento sanguíneo (que en realidad rechazan y no deben tomar los baños de sol). En cambio, el baño de sol bien administrado en personas a quienes no está contraindicado, es fuente de vida, salud y vigor, haciendo bueno el refrán de que "donde entra el sol no entra el médico". Pero observemos que el instinto de los demás seres vivos les induce a buscar la sombra en verano y el sol en invierno.

El exceso de *baños de agua fría* puede también ocasionar depresiones nerviosas y trastornos circulatorios, por reacciones exageradas o asimismo por falta de reacción adecuada. El caso es que el verano con sus excesos de placeres de agua y sol, deja a muchas personas en estado de debilidad (astenia) y colapso de sus defensas vitales. En lo que nunca cabe exceso es en la respiración de aire puro y en los contactos con la tierra.

Súmense a estas acciones desproporcionadas del medio natural, los efectos deletéreos de los grandes tóxicos. El *tabaco* contiene varios tóxicos, entre los cuales destacan la *nicotina*, que ataca y endurece a las arterias del cerebro y del corazón, siendo causa de la "angina de pecho";

y el *alquitrán* de la combustión, que produce el cáncer. El doctor José M. Barajas, del Hospital de San Rafael dice que: "más de un 95 por 100 de los casos de cáncer de la laringe se producen en personas que fuman en mayor o menor cuantía". El epiteloma (cáncer de la mucosa) del labio y de la lengua es casi exclusivo de los fumadores. "De un kilo de tabaco rubio se pueden obtener 70 gramos de "alquitrán"; de ahí la gastritis crónica que se presenta en los grandes fumadores, al tragar con la saliva los productos de la torrefacción." (Sería interminable relatar las agresiones del tabaco sobre el organismo humano; consúltese el número de "Noticias Médicas" del domingo 11 de enero de 1970). El "Consejo Ejecutivo de la Organización Mundial de la Salud" llegó a la conclusión de que "el fumar es la primera causa de muerte prematura que puede evitarse, puesto que conduce "al cáncer bronco pulmonar, afecciones coronarias, bronquitis crónicas y otras enfermedades de los pulmones".

Del *alcohol* (consumido en las diferentes bebidas que le contienen) se ha dicho por los médicos cuanto hay que decir. Últimamente los doctores Karl y Hally Sax del "Instituto Crambrook" de Ciencias, de Michigan, han llegado a la conclusión de que "el consumo de alcohol en una cierta proporción, es tan grave como el estar sometido a radiaciones atómicas".

El doctor Jellinek agrupa a los alcohólicos en cinco tipos: 1º *Grupo alfa*: de alcohólicos por razones psicológicas para vencer su timidez o turbación. 2º *Grupo beta*: de los que presentan ante el alcohol intolerancia gástrica o neuritis. 3º *Grupo gamma*: de verdaderos alcoholómanos, inmoderados, con tolerancia general de otros órganos y con dependencia psicológica del tóxico. 4º *Grupo delta*: de los "vino-lentos" que nunca beben con destemplanza pero se hacen esclavos del tóxico; y 5º *Tipo épsilon*: de los que se embriagan durante días o semanas, volviendo luego a un estado de templanza o abstinencia.

Freud consideraba que el alcoholismo constituía un proceso de evasión psicológica para compensar complejos reprimidos. Adler le achacaba concretamente al complejo de inferioridad, y algunos de sus discípulos afirman que las causas del alcoholismo son el perpetuo estado de inseguridad y el sentimiento de insuficiencia social. En otros casos, como afirma Joost Merloo, hay un fondo psicótico maníaco-depresivo.

El caso es que el veneno alcohólico llega a hacerse indispensable para el funcionamiento de las células nerviosas, que acaban por degenerar; y de este modo se cae en un círculo vicioso en que la necesidad del tóxico va unida a su acción deletérea. El resultado final es que el alcohol acaba por destruir el tejido cerebral, endurecer las arterias y atacar gravemente a otras células nobles de las glándulas, como el hígado (produciendo "cirrosis"), siendo su última y más grave consecuencia la herencia alcohólica con sus tipos de oligofrénicos (o retrasados mentales), epilépticos e imbéciles, que constituyen la mayor parte de la población de los manicomios.

En las anteriores líneas he tratado de pintar un cuadro de los peligros sanitarios de nuestra cultura, para que el naturista de buena cepa sepa qué terreno debe pisar y cómo hacer compatibles las ventajas espi-

rituales de la civilización y la cultura con la necesidad de mantener una salud que proporcione eficiencia, bienestar y alegría para vivir.

Sirva esto de prefacio a la tercera edición que conserva íntegro lo esencial de su doctrina, en la certeza de que lo que es verdad, lo es para siempre y no admite modas. Y en materia de medicina creemos verdaderas las bases hipocráticas fraguadas en la observación de una clínica irreprochable.

Madrid, Octubre de 1972.

EDUARDO ALFONSO

PRIMERA PARTE

**CONCEPTOS FUNDAMENTALES
NATURISTAS**

Lección I

BASE DE LA FILOSOFÍA NATURISTA

La Naturaleza está regida por leyes. La norma naturista debe ser cumplir la ley natural. Síntesis vital armónica. La circulación de la materia y de la energía.

Base de la filosofía naturista

La filosofía, que etimológicamente es amor a la sabiduría, prácticamente es inteligencia en acción y trascendentemente es un instrumento para educir las potencias de nuestro espíritu, es indispensable para levantar el edificio de toda ciencia.

La filosofía naturista lleva implícita una idea de evolución o progreso, tanto en el orden físico como en el intelectual, como en el espiritual. Toda idea o acto en sentido de retroceso no es naturista. El salvajismo, el primitivismo, que indudablemente suponen ventajas de orden higiénico natural, podrán ser naturalismo pero no naturismo.

El naturista reconoce que la primera de las leyes naturales es la de evolución, por la que todo lo existente tiende a adquirir grados superiores de perfección.

La Naturaleza está regida por leyes

El estudio de la Naturaleza nos demuestra que existe un *orden natural* regido por leyes, que el hombre va descubriendo por el examen y comparación de los hechos. Este orden natural se realiza por la *armonía*, que es la adecuada relación entre las partes y el todo. Por esto a la Naturaleza en su conjunto se la llama *uni-verso*, o sea la realización de lo *uno* en lo *vario*.

Echemos un vistazo sobre las principales leyes de la Naturaleza.

I. Ley del Movimiento. El movimiento es el modo de manifestación universal.

La vida es movimiento, la inercia es muerte. Todo en último término son *vibraciones*, porque este movimiento *alterna con momentos de reposo*. El movimiento continuo no existe. Así el día y la noche, el sueño y la vigilia, la vida y la muerte, la inspiración y la ex-

piración, el sístole y el diástole, etc., son grandes vibraciones de la Naturaleza, análogas en un todo a las del sonido, la luz, la electricidad, etc., en el mundo de lo pequeño.

II. Ley del Amor. El Amor -que es atracción de dos o más seres para unificarse- es la ley de armonía y por tanto de creación y conservación de la Vida.

El Amor, pues, supone la renuncia de sí mismo en bien de todo lo que no es uno mismo, y para manifestarse requiere la conciencia de que todos los seres son hermanos, como salidos del mismo Origen.

Amor es tanto como decir reconocimiento de la Unidad de todo. En los astros se manifiesta en forma de *fuerza centrípeta*: Todos los planetas se subordinan a la *unidad* de su sistema planetario. En los minerales y cuerpos químicos se manifiesta como *afinidad*; en los animales como instintos, atracción sexual; en el hombre como cariño, simpatía y en grados más elevados como verdadero amor espiritual, ya en forma de idealismo o de sacrificio.

La existencia de la repulsión, la destrucción y el odio, no implica la no existencia del Amor, como veremos al hablar de la ley *de los contrarios*, sino que la confirma y justifica. Téngase en cuenta que el Universo se manifiesta por medio de fuerzas *creadoras, conservadoras y destructoras*, en lo que se refiere al orden físico. El mismo sol que crea una planta, la conserva erguida un tiempo sobre la tierra, y acaba por secarla con los propios rayos que la dieron vida. Es decir, que estas tres categorías de fuerzas son una en esencia.

III. Ley de Evolución. Todo lo existente lleva inmanente la tendencia y fuerza para convertirse en algo superior.

Filosóficamente, esta ley es una consecuencia de la ley del Amor que atrae a todos los seres hacia la unidad de su Origen. La evolución emplea como medio el mecanismo misterioso de la Vida y de la Muerte. La inteligencia y la voluntad evolucionan en formas materiales (cuerpos), que también evolucionan por su parte; mas cuando la forma ha dado su máximo rendimiento en favor de la evolución espiritual, se destruye (muerte), pasando el espíritu (que es mentalidad y finalidad), a formas de más elevada categoría.

IV. Ley de los Ciclos. Todo lo existente evoluciona por ciclos. Llamándose ciclo a una trayectoria (movimiento), en el tiempo y en el espacio, al final de la cual, los seres, aunque en forma semejante a la del comienzo, han avanzado un grado en su evolución.

Las enfermedades tienen su ciclo que termina en salud o muerte. Las semillas germinan, nacen, dan una planta que a su vez da finalmente semillas que contienen en potencia las nuevas experiencias vitales de la planta; el día y la noche forman un ciclo terrestre que renace en otro día; el año es otro ciclo que, comenzando en la primavera y tras las madureces del verano, las tristezas del otoño y el sueño del invierno, renace en

una nueva primavera; el ciclo de la vida humana, comenzando en esa dulce primavera de la niñez y siguiéndola el épico período de la madurez y

18

el lírico de la vejez, termina en la muerte (comienzo del ciclo puramente espiritual), para cerrarse en nuevas manifestaciones.

V. Ley de Finalidad. La evolución tiene un sentido finalista, es decir, la consecución de un objetivo de índole trascendental y metafísica. Efectivamente, la evolución tiende a conseguir estados de conciencia más elevados, afinando y perfeccionando la materia y la inteligencia. La negación de la finalidad en todo lo creado, equivale a tanto como afirmar que, en la Naturaleza, con todos sus dolores y alegrías, todo se mueve, gira y vive por capricho, y sin otro motivo que pasar el rato que a cada cual le toca en el mundo. Afirmación ésta absurda hasta para el menos exigente filósofo.

VI. Ley de Jerarquía. Todo ser o cosa está subordinado a todo aquello que es superior en grado evolutivo y tiene poder o mando sobre todo aquello que le es inferior en la escala de la evolución.

En efecto, el espíritu rige a la materia, la inteligencia al cuerpo, el cerebro a los miembros; los animales más inteligentes vencen a los menos inteligentes, el hombre vence a todos los animales y se sobrepone a sus semejantes menos dotados de facultades, etc. Existe pues una jerarquía evolutiva de orden natural que garantiza el triunfo de lo mejor y más perfecto, y por tanto del progreso biológico.

En el plano puramente humano de la biología social, se falta frecuentemente a esta ley, dándose el caso de que en las sociedades humanas, no rige el superior en la escala evolutiva (el más virtuoso, más sabio y más sano), sino el que tiene más medios materiales, más astucia, más influencia o más fuerza. Esto desarmoniza la colectividad y degrada a los hombres verdaderamente dignos.

Los hombres son iguales en *esencia*, no tanto en *potencia*, y desiguales en *presencia*.

VII. Ley de Armonía. La existencia de todos los seres, exige una adecuada relación entre las partes y el todo, que se manifiesta por el máximum de libertad y rendimiento en la función de cada parte, juntamente con el máximum de ayuda mutua en favor del todo.

Vemos pues que nada ni nadie aislado tiene valor por sí mismo, sino por sus relaciones con las demás partes. Todo, según esta ley, coopera ordenadamente al plan natural, cumpliendo el papel correspondiente a su grado evolutivo. El egoísmo desmedido, como el sacrificio extremado, no pueden conducir a buenos resultados: el segundo porque destruye al individuo; el primero porque destruye la colectividad.

Aplíquese esta ley al cuerpo humano, y se verá que el secreto de su salud o armonía estriba en la justa cooperación de cada órgano en el conjunto y en la justeza de su propia función. Aplíquese a la vida social, y se verá como es imposible la vida normal y aun la existencia de una nación, cuando los individuos laboran por el bien propio exclusivamente, y no por el del conjunto.

Las personas que sepan las leyes de armonía en música, comprenderán fácilmente que no son otras sino las que rigen la armonía universal. La armonía en una partitura estriba en el orden, propor-

19

ción, combinación y medida, según tiempo y ritmo de las partes (notas) en el todo. Si una orquesta es capaz de efectuar un concierto, es por el orden, proporción, combinación y medida, según la ley de tiempo y compás, de la actuación de cada instrumento en el conjunto, rígidamente subordinados a la batuta del director; y esta batuta directora, nos da el ejemplo de la necesidad de un principio de orden superior que sea capaz de abarcar las leyes del conjunto.

VIII. Ley de Adaptación. Todos los seres adaptan su vida al medio que los rodea para defenderse contra él y para aprovecharlo en su beneficio. El sujeto desnudo al sol se pigmenta, no sólo para defenderse contra las radiaciones luminosas, sino para aprovecharlas en beneficio de su salud y vigor. Las plantas muy soleadas se ponen más verdes con el mismo objeto. El hierro expuesto a la intemperie se cubre de una capa de óxido (orín) que le protege más contra la acción de la atmósfera. El individuo que vive en sociedad se adapta a los convenios colectivos para no ser eliminado y para realizar sus fines particulares. El microbio dentro del organismo, cambia de forma, se cubre de una cápsula, segrega antifermentos..., para defenderse de la falta de sustancias nutricias y contra las defensas orgánicas del cuerpo que le sustenta, etcétera.

La ley de adaptación es recíproca (subley de reciprocidad causal) por cuanto el medio ambiente es modificado por los seres vivos, *que es a quienes corresponde la iniciativa del cambio.* Es, pues, el ser, quien modifica el medio en un principio, por su actividad voluntaria intrínseca, aunque sin dejar de adaptarse al medio para no perecer. Concepto éste que no deben dejar de meditar los perezosos y escépticos, que siempre están esperando circunstancias propicias para actuar, sin pensar que las circunstancias deben crearlas ellos mismos.

La ley de adaptación se halla condicionada por la de los contrarios y la de los ciclos, porque todos los seres vivos evolucionan por la acción alterna de agentes contrarios (trabajo-reposo, frío-calor, sueño-vigilia, vida-muerte...) cíclicamente, como hemos visto.

IX. Ley de Selección. En la lucha que para adaptarse al medio mantienen los seres, prevalecen los más sanos, más fuertes, más inteligentes y más buenos, garantizando de este modo el progreso evolutivo de la Naturaleza toda. Los estudios de Darwin y Lamarck son el mejor testimonio de esta ley.

Las epidemias mismas, barriendo toda la escoria humana en determinados momentos, y dejando persistir a los organismos más defendidos y más puros, cumple -a veces tristemente- la ley de selección. Y personas al parecer vigorosas, y positivamente cultas y virtuosas, son arrastradas en aras de esta ley, porque a la Naturaleza no le importan las ideas y los espíritus (que éstos no mueren), sino los cuerpos, pues en cuerpos sanos y vigorosos siempre puede operarse la evolución y selección

de la mente y el espíritu, pero en cuerpos degenerados no pueden encontrarse más que dificultades para la plena manifestación de elevados estados de conciencia. La selección física es pues, a la postre, la garantía de la selección ética e intelectual.

20

Esto no quiere decir que no pueda darse un alma grande en un cuerpo miserable o degenerado, pues no hay que olvidar que en los designios de la naturaleza entra el *dolor* como importante factor de sensibilización de espíritu y de evolución de conciencia. Y a veces como revelador del genio. Mas, estos recovecos por los que a veces actúa la selección, no quitan verdad a la ley.

X. Ley de Herencia. Todos los seres adquieren o heredan los caracteres físicos y psíquicos de sus progenitores. Esta ley se cumple mediante determinadas subleyes, las que referentes a los animales y plantas fueron genialmente descubiertas por Juan Gregorio Mendel. (Véase "La Herencia Mendeliana", de J. F. Nonidez). Gracias a la ley de Herencia, lo adquirido por ley de adaptación y depurado por la selección, se mantiene y eleva a través de la vida.

Los caracteres psíquicos (pasiones, instintos, pensamientos, capacidades emotivas) se heredan también según leyes concretas menos conocidas. Todos tenemos el ejemplo de la continuación en nuestros hijos, de ciertas tendencias psicológicas nuestras.

Lo bueno se hereda para el progreso de las especies, pero no menos cierto es que también se hereda lo malo, conduciendo a la degeneración de los seres. Piensen pues bien en esta ley los que han de dar descendencia al mundo. (Véase el artículo sobre "Herencia", en nuestra obrita *La Salud de los Niños por la Higiene Natural*.)

XI. Ley de Analogía. Lo que es en el mundo físico y tangible, es como lo que existe en el mundo metafísico e invisible; y lo que se realiza en lo grande, se realiza también en lo pequeño, para efectuarse el hecho de lo uno en lo vario. Es decir, que en todos los aspectos de la vida, rigen las mismas leyes naturales. Así, los sistemas planetarios son de análoga constitución a los átomos químicos. La misma ley de ramificación rige el curso de los ríos en la tierra, de la corriente sanguínea y nerviosa en el cuerpo, de las ramas de los árboles, de los sistemas de numeración en matemáticas, etc. Análogamente existen siete sonidos, siete colores... y todas las vibraciones de las energías cósmicas, se resuelven en grupos septesimales, etcétera.

La trascendencia del estudio y aplicación de esta ley, es de un orden muy elevado. Por ella descubrió la ciencia matemática de Adams y Leverrier la existencia del planeta Neptuno, antes de haber sido visto por el telescopio. Por ella ha descubierto la ciencia química multitud de alcoholes, hidrocarburos y otros cuerpos orgánicos seriados, antes de haber parado mientes en su existencia tangible. Por ella reveló Mendelejeff, con su famosa tabla de las analogías químicas, fundamentales hechos de la evolución material. Por ella también han sido solucionados muchos problemas biológicos, a la vista de los procesos maravillosamente semejantes del desarrollo embriogénico de los individuos (ontogenia) y de las especies (filogenia), en la escala magna de la evolución.

Aun en las creaciones industriales del hombre, se ve la fatalidad con que actúa esta ley. No tenemos más que pensar que, v. g., la cámara fotográfica es una reproducción del ojo de los vertebrados; el piano y el arpa son el fiel retrato del órgano de Corti en el oído interno;

21

cualquier máquina de vapor o gasolina, no puede por menos que responder al mismo plan constructivo de los organismos naturales. Nada ha inventado el hombre cuyo mecanismo no preexista en algún ser de la Naturaleza.

XII. Ley de los Contrarios. Para que todo ser o cosa sea perceptible se necesita un contraste, una diferencia o una variación. Si no hubiese luz no habría sombras, si no hubiese verdad no existiría la mentira, si no hubiese vicio no existiría la virtud. La electricidad se nos manifiesta como positiva o como negativa, dejando de existir actualizada cuando ambas se neutralizan, y quedando entonces potencialmente. Toda vibración (y el movimiento vibratorio ya hemos visto que es el único medio de manifestación) es fruto de las fuerzas centrífuga y centrípeta. En cuanto una cesa el movimiento se anula. El trabajo y el reposo, la noche y el día, el sueño y la vigilia, la vida y la muerte, son factores contrarios que no pueden existir separados. Forman pares de opuestos, como los sexos, que se neutralizan en el común origen de ambos. Y así, por ejemplo, suprimamos hipotéticamente el sol del sistema planetario, y habrá desaparecido la luz, pero con ella la sombra; y el día, pero con él la noche; y la vida, pero con ella la muerte... Al desaparecer la vida, habrá desaparecido la salud, pero también su contraria, la enfermedad. Al neutralizar el sexo masculino con el femenino vuelven los dos a resolver sus energías en la forma original de ambos: la niñez inocente y neutra del hijo.

Podrían ponerse infinitos ejemplos, pero concluyamos, que la percepción de cualquier cosa exige la existencia de su contrario, que la complementa y constituye con ella una unidad. *Es la Ley de los Opuestos Complementarios*, que nos da el clarooscuro de la vida, digna de ser meditada por los que creen que de la vida puede ser suprimido el mal sin que en el instante dejemos de saber lo que es el bien.

XIII. Ley de Causa y Efecto. Todo acto o fenómeno tiene una causa productora, como a su vez produce también un efecto (el cual no es sino la causa reproducida en otra forma). ¿Cómo podemos imaginarnos que algo exista sin que haya una causa de su existencia? La enfermedad existe, porque hay causas morbosas; los objetos artificiales porque hay causas constructoras; el Universo, porque hay una Causa creadora... La casualidad no existe, ni el destino ciego tampoco. Es la *causalidad*. En el determinismo que encierra esta ley hallamos la base más firme de una fe razonada.

Esta ley es la misma de *Acción y Reacción*. *Todo ser, al actuar como agente causal produce una modificación en el medio universal que le rodea, que es un efecto representado por una reacción del medio, proporcionada y condicionada a la acción primitiva, y cuya finalidad es restablecer el equilibrio o armonía, alterado por la acción.* La física, en el mundo de la mecánica, estudia esta ley en el llamado postulado de Newton, que dice: la *reacción* es igual y contraria a la *acción*. Vemos asimismo en biología que, v. g., la aplicación de agua fría en el

organismo produce una reacción contraria (de calor) destinada a *restablecer el equilibrio*, que es siempre la finalidad de esta ley. La acción del sol

22

produce una reacción de sudor y pigmentación regulada por la ley de adaptación.

En el plano intelectual y en el moral se cumple con la misma maravillosa exactitud. Lo que se llama suerte o desgracia, no es más que la reacción del mundo a la acción de uno según la ley (por lo que a nadie debemos culpar de nuestras desdichas). Esta equitativa ley de Acción y Reacción o de Causa y Efecto, es la *justicia* de la Naturaleza. Basta con que esta ley se cumpla con el sabio automatismo con que se cumplen todas las leyes de la Naturaleza, para que cada cual no reciba sino aquello que sus actos han provocado, en proporción a su cantidad y adaptado a su calidad. El que mete la mano en ácido sulfúrico se quema los tejidos orgánicos en proporción al tiempo que la tenga dentro, y sufre un mal de una calidad que corresponde, ni más ni menos, a su ignorancia. De este efecto no puede echar la culpa al ácido, sino a sí mismo, y debe sacar una lección y una experiencia para el porvenir. Todo esto en su diáfana simplicidad, es de una justeza admirable. El que dobla violentamente una rama de un árbol, y por la reacción de ésta (elasticidad) se rompe el brazo, no puede culpar al árbol de su desgracia, puesto que él era libre de haber cometido o no el acto ocasional. Los objetos de las acciones vuelven siempre sobre el sujeto que las realiza, como las ondas provocadas en el estanque por la caída de un objeto, vuelven, al chocar con las orillas, al centro de donde partieron, hasta restablecer el equilibrio perturbado de las aguas.

Las causas originan efectos, y estos efectos son causa de otros, forjándose así el *hilo del Destino*. La ley de Causa y Efecto es fatal, matemática, pero no quita a los seres el *libre albedrío*, por cuanto queda reservado a su voluntad el hacer o no hacer una cosa u otra. Lo que no se puede esquivar es el efecto una vez cometido el acto.

XIV. Ley de Necesidad. (O de Utilidad). Todo ser o acto responde a una necesidad o utilidad dentro del plan universal de la Evolución. La Naturaleza no crea nada inútil. Es económica y justa en sus manifestaciones, aunque pródiga en sus potencialidades, y hace desaparecer lo ya inservible o inútil. Recuérdese el principio biológico de que "todo órgano que no funciona se atrofia". Vemos, en efecto, que todo aquello que ya para nada sirve, es destruido e incorporado a la circulación de la materia elemental (los cadáveres se descomponen, el cordón umbilical se atrofia, seca y cae una vez cumplida su misión, etc.) y en cambio, vemos que la Naturaleza es espléndida en grado sumo en todo aquello que suponga fuerzas en potencia (como lo demuestra el número inmenso de semillas que da a cada planta, de espermatozoides en cada gota de licor masculino, de óvulos en el ovario... la mayoría de los cuales se pierden).

La *Necesidad* es el supremo estímulo de todo acto vital.

XV. Ley de Desigualdad. El movimiento tiene por único origen una desigualdad (o excitación). La igualdad es estable. Si no hubiese una desigualdad de tensión eléctrica entre dos fuentes unidas por un conductor, no se establecería la corriente; si no hubiese una diferencia química entre los alimentos y el cuerpo, no habría digestión, ni nutri-

23

ción, ni fenómenos derivados; es decir, no habría vida por no haber excitación; si no hubiera diferencia de ideas, no habría movimiento intelectual ni progreso, etc. Es pues la desigualdad el origen del movimiento y, por tanto, de la vida. El movimiento tiende a anular la desigualdad, conduciendo al sistema de que se trate al punto de reposo o momento estable, del cual saldrá en cuanto una nueva variación lo solicite. Basta una variación de temperatura en un lugar determinado, para que sea seguida de una variación de presión y de corriente de aire. Es suficiente que varíe débilmente la concentración salina del suero de la sangre, para que se establezcan corrientes acuosas endosmóticas o exosmóticas -según la variación- a través de los vasos, para restablecer el equilibrio químico de su disolución. Podrían multiplicarse los ejemplos hasta el infinito.

Y como la desigualdad o excitación inicial, está en la actividad de los seres animales y vegetales, y en los cambios químicos de los minerales, como también en las combinaciones de fuerzas magnéticas y eléctricas, vitales, radiantes... de unos y de otros, fácilmente se nos da a la razón, que, cuanto mayor sea la iniciativa y voluntad original de cada ser, mas está en su mano ser dueño y señor de los cambios que originan las desigualdades excitatorias de la vida, y que, por consiguiente, como ya dijimos, el medio ambiente será, en su mayor parte, el creado por la actividad de los seres de más iniciativa y voluntad intrínseca.

La norma del naturista debe ser cumplir la ley natural

Y para cumplirla es necesario conocerla. De aquí el interés extraordinario que tiene el estudio y meditación de las leyes anteriormente citadas.

El naturista sabe que la máxima utilidad y rendimiento de su vida, le ha de venir del exacto cumplimiento de la ley, y que ésta no se puede esquivar más que en apariencia. El que cumple la ley, va en aras de ella, se perfecciona y progresa. Este es el criterio naturista.

En contra de él está el criterio artificialista, que en realidad no es ningún criterio, sino una cómoda postura mental de ignorancia y desidia. El artificialismo pretende eludir la ley natural y satisfacer el deseo inmediato del hombre aunque a la larga le perjudique. Es la ausencia de toda disciplina biológica. Es una marcha, a contracorriente de la ley natural. Pueril resulta querer marchar en contra de las poderosas leyes de la Naturaleza. A ésta se la domina cumpliendo sus leyes, pero no desoyéndolas. Si el hombre ha sabido captar el rayo, evitando que le incendie la casa o destruya su vida, es porque ha estudiado y cumplido la ley de las descargas eléctricas. Si se

eleva al espacio en globos y aeroplanos, es porque ha estudiado las leyes de la gravedad y de la resistencia y presión atmosférica, etc. Si no disfruta de salud perfecta la mayor parte de la humanidad civilizada, es por que no ha querido oír ni cumplir las leyes naturales que rigen su vida. El hombre prefiere dar gusto a sus apetitos y pasiones, tratando de eludir sus con-

24

secuencias con medicaciones supresivas o narcóticas, a moderar sus excesos y extravíos, ajustándose a la disciplina biológica de su especie.

Claro es que, la pretensión insensata de eludir la sanción natural una vez transgredida la ley, aumenta a la larga sus consecuencias funestas. Tales son los frutos del artificialismo.

El naturismo, por el contrario, es evolución suave, plácida, normal, ausente en lo que humanamente cabe, de los trallazos del dolor. El naturista boga a favor de la corriente en el gran río de la vida. El artificialista se estrella contra la corriente.

Síntesis vital armónica

Debemos convencernos de que nuestra fuerza, resistencia y eficiencia de la vida, dependen de que acertemos a colocarnos en el lugar que nos corresponde en relación con todo lo que nos rodea. Es decir, que dada nuestra naturaleza física y psíquica, sepamos tomar la posición armónica en el mundo. Y esta posición armónica quiere decir que vivamos en concordancia con el medio biológico, aceptando la subordinación a lo que es superior, prestando la debida asistencia a los demás hombres y a los reinos de la Naturaleza y sacando el fruto que nos corresponde de los elementos y de los seres vivos. La armonía depende en último resultado, de la justeza en el dar y en el tomar. Y parodiando una frase consagrada, podemos decir: "Un sitio para cada individuo y cada individuo en su sitio."

Existe una posición justa o armónica del hombre, en el conjunto de todos los seres y elementos que evolucionan en el planeta. El hombre debe al medio natural todos sus medios particulares de subsistencia y evolución; y debe, por consiguiente, aprovecharse de este medio sin restar su parte a los demás seres, y perfeccionarle con su actuación inteligente en beneficio de todos. Un proverbio árabe dice que, "Todo hombre debe tener un hijo, plantar un árbol y escribir un libro"; o lo que es lo mismo, dar al mundo lo que el mundo le ha dado a él: organismo, alimento y cultura. Esto es vivir de acuerdo con la ley natural. Y el mantenimiento y progreso de esta armonía, requiere el cultivo de actitudes constructivas. Por esto, el matar para comer, el martirizar a los animales, talar bosques, destruir plantas, albergar sentimientos de odio, ser violento y egoísta, etc., por ser hechos destructivos, rompen la relación armónica de las fuerzas vitales y dan lugar a enfermedades y desórdenes de todo género, disminuyendo la eficiencia individual y colectiva. Conducen al fracaso de la vida misma.

El verdadero naturista ha de ser un colaborador de la Naturaleza y de su ley suprema: la Evolución. Es bueno, constructivo, armónico y biológico todo lo que favorezca o ayude a la ley evolutiva, pues como dijimos al

principio, toda idea de retroceso es antinaturista. El que come sin destruir, vive en el campo, sencillamente y trabajando en algo útil, es respetuoso y servicial, cuida a las plantas y los animales y es tolerante y bondadoso, estrecha los lazos que le unen a los demás seres, a los que beneficia con su apoyo y en los que, a su vez, encuentra una garantía de fortaleza y seguridad contra todo mal.

25

Este ideal de armonía hay que completarle cuidando, por un lado, de establecer el adecuado equilibrio entre los propios elementos del ser humano: cuerpo, inteligencia y espíritu (organismo sano y mente culta al servicio del bien); y por otro lado, practicando una serie de virtudes sociales que nos permitan la convivencia armoniosa con nuestros semejantes: Respeto al sabio y al anciano, amor al débil, fraternidad con los iguales, cumplimiento de la ley, altruismo, ciudadanía, gratitud, justicia, prudencia y culto fidelísimo a la amistad.

La armonía, en el cosmos, como en el arte, es desigualdad organizada, es decir, reconocimiento de jerarquía. La vida del hombre sensato debe ser un reflejo de esta armonía natural. Y esto es obrar en sentido naturista. Así, los apetitos e instintos de nuestra naturaleza animal, deben subordinarse a la inteligencia y ésta al espíritu (deber). Las actividades de los seres animales y vegetales, deben someterse a la inteligencia humana, que les ayudará a evolucionar y perfeccionarse, a base de respeto a las leyes que rigen la vida individual y la colectiva. En la vida social debemos reconocer el derecho, la obligación y la ventaja, de que nos guíen los hombres más sabios y morales. Los seres todos de la naturaleza son iguales en *esencia*, como emanados de un mismo origen, pero no son iguales en *potencia* (facultades), y menos en *presencia* (manifestaciones prácticas inmediatas). De aquí la aceptación de una jerarquía de orden natural. Ningún planeta puede volverse sol ni erigirse en centro del sistema. Para ser centro hace falta tener luz propia; que en el plano humano se llama inteligencia y espiritualidad. Y sólo así se puede dirigir. Todos los planetas juntos no tienen ni la luz ni la fuerza que el sol aislado.

La meditación de estas ideas será utilísima para el hombre y le llevarán a encontrar su posición en la vida, para ser ayuda y no estorbo, a la evolución de los otros seres que con él comparten la existencia.

La circulación de la materia y de la energía

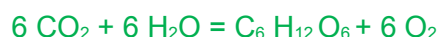
En síntesis hay que afirmar que, toda energía y todo cambio sustancial procede del Sol. La naturaleza terrestre es un inmenso y admirable laboratorio donde la energía solar se transforma de múltiples maneras. Y cada nueva complicación o diferenciación de la materia, no es en el fondo, más que la resultante de la acción de la energía del Sol sobre la masa virgen de la Tierra, convertida así en matriz donde se forma el fruto del acto creador de la luz solar. El antiguo concepto del Padre Sol, fecundando a la Tierra virgen y madre, encarna un hecho científico revestido de poesía.

El ciclo energético terrestre comienza con la evaporación del agua, que cayendo en forma de lluvia y atravesando las diversas capas geológicas, se carga de sales minerales en disolución. Luego los vegetales absorben estas sales y fijan el carbono combinado con el oxígeno, merced a la función de la *clorofila* (sustancia que da el color verde a las plantas), que no tendría lugar sin el estímulo de la luz solar. La clorofila se colorea de verde por todos los rayos del espectro solar, con inclusión

26

de los infrarrojos y los ultravioletas, destruyéndose al cabo por la propia luz, al igual que el pigmento de la retina del ojo de los animales. Una vez activa y coloreada por la luz (sobre todo la roja), descompone el anhídrido carbónico del aire (CO₂), en *carbono*, que fija y aprovecha para ulteriores síntesis químicas, y *oxígeno* que deja libre.(1)

El carbono es la base de la formación de compuestos orgánicos más complejos. Por reacción entre el anhídrido carbónico y el agua, aparecen los azúcares, según la siguiente fórmula:



A continuación y merced a esta continua transformación de la energía solar en energía química, los fermentos nitrificantes del suelo, determinan la fijación del nitrógeno atmosférico, base de la formación de los albuminoides, desde las más simples *amidas* y *bases exónicas*, hasta las moléculas complejísimas de la *legumina*.

La transformación del nitrógeno en amoníaco, del hidrógeno en agua, del carbono en anhídrido carbónico, del fósforo en fosfatos, del nitrógeno en nitratos, etc., para formar sales vitalizadas en el organismo vegetal, es siempre la consecuencia de la acción primordial de la luz del astro del día.

Hasta aquí la parte ascendente o sintética del ciclo energético, realizada en el reino mineral y el vegetal.

Tócale después al reino animal realizar el circuito descendente, analítico o de descomposición, desintegrando las sustancias químicas, convirtiéndolas en compuestos cada vez más sencillos, que vuelven a la tierra, al aire y al agua, de donde procedieron. El organismo animal, por medio de un proceso llamado *metabólico*, del que forman parte las funciones de digestión, absorción, asimilación, secreción y excreción, descompone los materiales acumulados por el organismo vegetal, los recompone y asimila en parte, formando sus tejidos propios, y elimina el resto. A la postre, el trabajo orgánico desintegra también lo asimilado, y aun el propio organismo, finalmente, al morir, devuelve a los elementos de la naturaleza sus propios elementos componentes. Siempre con el concurso de los microbios que tanto actuaron en el ciclo ascendente vegetal como en el ciclo descendente al verificar la fermentación intestinal en vida y la putrefacción del cuerpo en la muerte.

Este ciclo expuesto a grandes rasgos, nos enseña la verdad de este enunciado biológico: "La vida es el mantenimiento de la forma a pesar del cambio de materia."

Los materiales de que nuestro cuerpo está formado, han cambiado totalmente al cabo de siete años. Este hecho, juntamente con la persistencia de

nuestra conciencia personal, nos enseña que *nosotros no somos nuestro cuerpo*.

¹ Muchos principios colorantes de las flores, proceden de la transformación de la clorofila. El amarillo se debe a la *antoxantina*, *luteolina*, *berberina*, *quercitrin*, etc. Sustancias rojas son la *hematoxilina*, *alizarina*, etc. El azul se debe a la *indigotina*. También es inseparable de la clorofila, la *hipoclorina*, cuerpo graso más sensible aún que la clorofila.

27

APENDICE

Naturología y Cultura

La Naturología es ciencia de la Naturaleza y, por consiguiente, basada en sus leyes.

Cultura es el conjunto de valores espirituales de un grupo humano durante un cierto tiempo. No hay que confundir "cultura" con "civilización", que es el conjunto de instituciones o fórmulas sociales dentro de las cuales se guarda y conserva la cultura. La civilización es, por decirlo así, el esqueleto o armazón de la cultura.

La Naturología estudia las leyes de la Naturaleza, y toda cultura está fundamentalmente basada en ellas. El estudio del Universo físico constituyó en la antigüedad la base de su religión y de sus instituciones políticas. Los movimientos de los astros fueron causa de los primeros mitos y de los primeros cómputos cronológicos (calendáricos). Y uno de los más importantes ciclos en el curso de la Historia es el de la "Precesión de los Equinoccios", genialmente descubierto por Hiparco de Alejandría, y que hállase determinado por ese círculo ideal que (dada su inclinación) describe el eje de la Tierra en el lapso de 25.920 años. Esto hace que aparentemente el Sol salga cada 2160 años por cada uno de los doce signos del Zodíaco, en orden inverso a como, también aparentemente, los recorre cada año y por esto le denominamos "ciclo de precesión". A cada gran período de 2160 años le llamamos "Era" (y así la Era de Tauro, la Era de Aries, la de Piscis, la de Acuario, etc.). En la "Era de Acuario" hemos entrado el año 1942, dejando la cristiana "Era de Piscis". No está de más, para completar estos conceptos, decir que el número 666 de la "Bestia del Apocalipsis", o sea, $6 \times 6 \times 6$, nos da 216, que es la raíz de cada período zodiacal o "Era".

Muchas gentes creen que cada cambio astronómico de "Era" trae consigo una serie de perturbaciones históricas o sociales, cuando no un cambio de cultura. Pero estos hechos humanos no están necesariamente ligados a los hechos astronómicos, aunque pueden estar determinados "astrológicamente".

Ciclos de perturbación social y decadencia cultural se han presentado en la Historia en lapsos de tiempo más pequeños. Recuérdense como "tiempos revueltos" (que diría Toynbee) el Egipto de la dinastía VIII, XIII, XX y XXXI; la Babilonia de Baltasar; la Asiria de Assurbanipal II; la Persia de los Artajerjes; la Grecia de Filipo; la India de los Yue-Chi (siglo III); la China de los Han; la

Roma de los Julio-Claudianos (fustigada por Horacio, Petronio y Juvenal) y de los Severos; la Bizancio de Heraklio; la España visigótica de Wamba y Witiza; la España musulmana de finales del Califato, etcétera.

En nuestro siglo xx de la "Era Cristiana", y a partir de 1914, estamos asistiendo al paso histórico de "tiempos revueltos", y hemos entrado, en su mitad, en la "Era de Acuario". ¿Qué significado puede tener

28

todo esto en relación con ciclos astronómicos anuales, lunares, zodiacales... ?

Indudablemente, los ciclos y posiciones respectivas de los astros (al menos de nuestro sistema) influyen como determinantes de ciertos hechos en el mundo biológico de animales, plantas y seres humanos, y aun en las manifestaciones psicológicas de todos los seres conscientes, como he expuesto en mi obra "La Religión de la Naturaleza" (página 24, tercera edición). Es decir, las influencias astrales determinan historia. Pero esto no es resultado de la "fatalidad", sino de un "determinismo" que hila unos hechos con otros, tanto más cuanto se interfieren con influencias de herencia, de género y lugar de vida y del carácter y grado de la cultura.

En este complejo biocosmológico ha de incluirse el carácter y duración de las enfermedades, teniendo que añadirse, en nuestros tiempos de enormes velocidades aviatorias, lo que se ha llamado "síndrome de los husos horarios". La Tierra ha sido idealmente dividida en doce husos de una hora separados por meridianos. Cuando viajamos de Oeste a Este (o sea, en la misma dirección de la rotación de la Tierra), paralelamente al Ecuador, o sea, cortando perpendicularmente los meridianos, tenemos que adelantar el reloj una hora por cada "huso horario", porque vamos al "encuentro del Sol", y entonces perdemos cronológica y biológicamente un cierto número de horas y se nos acorta la noche. En el caso inverso (viajando de Este a Oeste) ganamos otro número de horas.

Esto trae como consecuencia una "disritmia sueño-vigilia", sobre todo si el viaje de ida y vuelta se repite frecuentemente, y aun más con los modernos aviones Turbojets, Comet, Boeing 707, D.C. 8 y Jumbojets. Y dicha "disritmia" se manifiesta por síntomas corporales y psíquicos, como hipertensión arterial, astenia, insomnio nocturno, dispepsia, irritabilidad, lentitud de reacciones psíquicas (cuyo conjunto se ha denominado "fatiga del vuelo"). Terminado el viaje, es necesario, sobre todo para los pilotos, un cierto tiempo de recuperación, que la "International Civil Aviation Organization" (I.C.A.O.) ha calculado por medio de la fórmula de Buley: $R.P./2 + (Z - 4) + Cd + Ca$, etn la cual R. P. es el período de recuperación o descanso, dado en décimas de día (2,4 horas); T es el tiempo de duración del vuelo, en horas; Z es el número de "husos horarios" cruzados durante el vuelo, y Cd y Ca son los coeficientes de salida y llegada, porque no es lo mismo volar fuera de las horas nocturnas habituales de sueño (en cuyo caso estos coeficientes son de valor 0 y 1, respectivamente) que volar durante las horas de la noche. Por esta razón, las mejores horas locales para emprender un vuelo son de 8 a 17, y para llegar a su destino, entre 18 y 24.

Recuerdo que en uno de nuestros viajes en un avión de la P. A. A. desayunamos en Marsella, comimos en Londres y cenamos en Nueva York. Dormimos en la cama las dos noches contiguas; salimos con sol de Marsella y llegamos al atardecer a Nueva York. Desde el punto de vista de los "husos horarios" fue un viaje perfecto. Todo lo contrario al que hicimos de Nueva York a París, en el cual partimos durante el crepúsculo de la tarde y a las dos horas veíamos el resplandor de la aurora por el Este. ¡Nos habían robado una noche!

29

No hay ni qué decir que en los viajes en sentido Norte-Sur (o viceversa) no existe este problema, porque no hay que atravesar meridianos.

De todo esto deducimos que el "síndrome de los husos horarios" puede poner en peligro la buena solución de un asunto comercial o político, si el jefe de empresa o el ministro salen volando a velocidad supersónica para resolver un problema al día siguiente. Ni la píldora calmante podrá poner en orden su cerebro.

Lección II

CONSTITUCION DEL HOMBRE. ANATOMIA Y FISIOLOGIA UNITARIAS

Constitución del hombre

Nadie, por muy materialista que sea, puede negar que en el hombre, además del organismo físico, hay algo metafísico. Otra cosa, sería negar la existencia de la vitalidad, el pensamiento, la emoción, la mente y la conciencia.

Sería interminable hacer un análisis de las opiniones de los filósofos y médicos de todos los tiempos, referentes a este tema. Desde los que opinan que el hombre es un compuesto de *cuerpo y alma* (aristotélicos, vitalistas, escolásticos), hasta los que admiten la constitución decenaria de nuestro ser (rosacruces), hay una dilatadísima gama de opiniones para todos los gustos y modos de concebir.

Echemos una ojeada a lo fundamental de los diversos conceptos, ya que no de los diversos autores.

La constitución dual humana la resume el profesor Corral (*Patología General*, cap. XLIV) en el brillante párrafo siguiente: "El alma, diremos pues, es el principio universal de la vida, concurre con la materia a la producción de todos los fenómenos biológicos, así orgánicos como psíquicos, y existe por tanto, aunque con distinta categoría, en todos los seres dotados de vida. El hombre es también un compuesto de cuerpo y alma, de *materia y forma sustancial* según el lenguaje de los escolásticos; sólo que el alma, o forma sustancial del hombre, a diferencia de la de los demás seres orgánicos, *puede* subsistir por sí con independencia de la materia: es espiritual, en una palabra."

Esta última afirmación nos lleva como de la mano al concepto ternario. El alma humana es espiritual, porque no es un elemento simple. Decía Aristóteles (*De anima*, I, II, c. 2, 10): "Una cosa es el ser

que siente y otra el ser que piensa, porque sentir y pensar son dos cosas muy diferentes", a lo que hay que agregar el comentario de Santo Tomás: *Sensus est particularium, intellectus universalium*. Llegamos, pues, al concepto de los antiguos griegos que concibieron al hombre compuesto de *nous, psique y soma*, es decir, *alma espiritual, alma animal y cuerpo*, o sea espíritu, alma y cuerpo según el concepto clásico de Orígenes, Clemente de Alejandría y San Pablo en sus epístolas a los

31

Tesalonicenses y a los Hebreos. En una palabra, el hombre está constituido de *esencia, vida y sustancia*. La esencia es lo que es *por sí*, o sea el espíritu; la vida es lo que le anima, o sea el *ánima o alma*; la sustancia es el elemento material de expresión.

Mas como ni el alma ni el cuerpo son principios simples, sino compuestos a su vez de otros elementos, de aquí que la observación de los filósofos haya ido haciendo surgir nuevos conceptos que agregar a los anteriores. Y no en el orden de los tiempos, sino en el de la profundidad de la observación.

La admisión de una *consciencia* como suprema realidad trascendente del ser humano, implica el imperativo de una finalidad a la que están subordinados todos los actos de la vida física. Dice a este respecto Sedgwick Minot ("Problemas modernos de Biología"): "La consciencia es el problema más oscuro de la biología. De ella se ocupaban tan sólo los filósofos y últimamente los psicólogos, y no han pasado propiamente de afirmarnos que constituye un criterio final, es decir, un concepto que no puede ya dividirse. En una conferencia que di en 1902, como presidente de la Asociación Americana para el progreso de las Ciencias, intenté explicar la importancia de la consciencia en la evolución animal, y hoy como entonces, opino que el desarrollo filogenético, particularmente en los vertebrados, descansa en la mayor perfección de la consciencia."

"Nos vemos efectivamente obligados a conceder en la evolución, un papel director a la consciencia, cuya importancia deriva tan sólo de su influencia en la vida de los animales. La consciencia es activa, y en mi conferencia de que he hablado, expresé mi persuasión de que no puede menos de admitirse como condición causal inmediata de los procesos fisiológicos. ¿Qué es la consciencia? Debemos escoger que yo sepa entre tres explicaciones posibles. Según una de ellas, la consciencia no es un verdadero fenómeno, sino un llamado epifenómeno, un algo que acompaña al fenómeno fisiológico sin ejercer empero sobre él ninguna influencia. La consciencia como me decía un notable psicólogo, es el aspecto opuesto de las transformaciones del protoplasma de las células cerebrales. Según otra opinión, la consciencia es una forma especial de la energía. Esta opinión, estrechamente considerada, es metafísica; yo no conozco, por lo menos, ninguna observación ni experimento que demuestren que la energía puede transformarse en consciencia. No me inclino, pues, a considerar la consciencia como un estado de protoplasma o como una forma de energía. Si admitimos, no obstante, como debemos, según mi parecer, que la consciencia ocupa un

importante papel en la vida debe, pues, influir en algún modo sobre el cuerpo, influencia que puede tan sólo manifestarse transformándose en energía en algún lugar del cuerpo. Esto nos conduce inmediatamente a la hipótesis de que la conciencia puede ocasionar la transformación de la energía y de que ella no es energía."

"Este concepto no es una especulación filosófica, sino una hipótesis científica, formulada para explicarnos los fenómenos vitales en su conjunto. Sería interesante saber, y es de esperar que se sabrá en lo futuro,

32

en qué consiste esencialmente la conciencia. La primera cuestión para los biólogos es: ¿la conciencia es realmente una causa?"

Entre las nebulosidades de estos interrogantes con que Sedgwick plantea el problema de la conciencia hay una interesante afirmación intuitiva: La de que la conciencia puede ocasionar la transformación de la energía (y por tanto de la materia), pero la energía no puede transformarse en conciencia. Ya es bastante para un biólogo que no quiere ser filósofo.

Para nosotros, estando la finalidad de la vida en la evolución y ampliación de la conciencia, como núcleo esencial de nuestro ser múltiple, es claro que de ella dependen todas las transformaciones de la vida en todos sus aspectos. Los diferentes *estados de conciencia* con ésta se enfoca a través de sus vehículos de manifestación, de los cuales el cuerpo es el material y tangible, no son sino modos o aspectos por los que capta formas limitadas del conocimiento, cuya suma la dará quizá un día la *omnisciencia*.

Esta manera de considerar la cuestión, podrá salirse del campo de la biología, para entrar en el de la filosofía, pero es difícil que haya alguien capaz de delimitar la disciplina por la que ha de llegarse a una verdad.

Hemos de deducir, finalmente, que la forma de llevarse a cabo la vida de un individuo, es efecto de su estado de conciencia, y que muchas veces será necesario llegar hasta la modificación de éste para la corrección de un estado anormal del organismo. Por esto no puede haber verdadero médico si no extiende su jurisdicción hasta las cosas del alma. Con razón decía Spencer que la felicidad es el más poderoso de los tónicos. Y ello es cuestión de estado de conciencia.

Anatomía y Fisiología unitarias

Que *el cuerpo es un solo órgano y la vida una sola función*, como decía Letamendi, es afirmación indudable para todo médico filósofo. Tal es el concepto puro hipocrático. ("*Confluxio una, conspiratio una, consentientia una*").

En los tiempos actuales y en nuestra patria, Pí Suñer, en su notable obra "La Unidad funcional", ha venido a confirmar de manera brillante la evidencia de tal principio. El profesor Corral, en su "Patología General" (capítulo VI), dice, refiriéndose a este tema: "El ser vivo es *uno, es individuo*, es decir, un todo indivisible (*individuus*). Las diferentes partes del organismo tienen cada una su actividad propia y particular, pero a la vez todas se

asocian de tal modo que cada una, para vivir, necesita de la acción de las demás: la razón de la manera de ser de cada una de las partes del cuerpo viviente, decía Kant, reside en todo el conjunto, al paso que en los cuerpos brutos, cada parte la lleva en sí. La unidad, morfológica y fisiológica a la vez, es la nota más típica del organismo, que *dejaría de ser organismo en el momento en que dejase de ser uno*. Ni hay vida sin organización, ni organización sin unidad. *Multiplex quia vivus, vivus quia unus*, decía el antiguo aforismo."

33

"Esta ley admirable de solidaridad, de conspiración, de mutua dependencia, conocida y proclamada ya por la escuela hipocrática, no es más que la expresión de la unidad real del ser, que arrancando del óvulo fecundado, *la célula una*, se muestra más vigorosa y con mayor evidencia en el apogeo del desarrollo, en la complejidad y multiplicidad de las partes, que liga e impregna con la vida del todo. Y no podía ser de otra manera: la multitud que no es unidad es anarquía ha dicho Pascal."

La meditación de nuestro anterior esquema de diferenciación, será la mejor tesis de este corolario de Corral.

Por su parte, Pí Suñer, nos dice: "Y el patólogo ve en el organismo algo más que instrumentos que obedezcan ciegamente a los mandatos de un espíritu: ve un cuerpo vivo, con una trabazón funcional, que muestra dependencia mutua entre sus diversos órganos, que enferma por partes, pero resonando el mal de una sobre las otras, y que se defiende. Ve una unidad coordinando la variedad funcional y, así, en cada órgano, algo activo, viviente, con función propia, pero contribuyendo en la medida justa, a la vida de los demás. Adquiere el médico, por imposición de los hechos, la noción de la solidaridad fisiológica y morbosa."

"Finalmente se cae en la cuenta de que no es posible la inmunidad -cosa muy compleja y variable en sus necesidades y manifestaciones- sin una estrecha colaboración de todo el organismo, sin una perfecta relación interorgánica, sin la existencia de la unidad funcional."

Efectivamente, aun a riesgo de que el enorme progreso analítico de la biología, capte aun algunas mentes para el criterio anatómico y localista, es muy cierto que determinadas conquistas biológicas inclinan la balanza decisivamente del lado del unicismo, o mejor dicho *criterio unitario*. Hay dos hechos, que el propio Pí Suñer apunta, harto elocuentes para nuestra tesis: a) La existencia de una *unidad química*, y b) La existencia de una *unidad nerviosa*.

La evidencia de la unidad química, la demuestra la existencia de las glándulas de secreción interna, cuyos productos son vertidos a la sangre con una sinergia verdaderamente admirable. Y la existencia de la circulación de la sangre que pone en relación química todos los órganos del cuerpo. Pues una gota de sangre que circula en un momento dado por la cabeza, a la velocidad media de 16 metros por minuto, estará al cabo de unos segundos en la planta del pie.

El sistema nervioso, por su parte, pone en comunicación todos los órganos del cuerpo, hasta el punto de que ninguno de ellos (con conciencia o no, personal, de ello) ignora lo que pasa en los demás.

Solamente así podemos explicarnos que en el organismo animal, en contra de lo que sucede en las máquinas artificiales, unos órganos pueden sustituir o compensar a los otros, es decir, tener función *vicariante*. En un automóvil no podemos pretender que una rueda sea sustituida por el volante o la magneto por el carburador. Pero en el organismo vivo, v. gr.: si un riñón está enfermo, puede compensarse por un aumento de la función de la piel, y si un pulmón está lesionado

34

puede ser compensado por el otro o por el corazón, y aun por la piel, y hasta quizá por algunas glándulas que, al aumentar las oxidaciones, sustituyan la función pulmonar en un momento dado. Estas son las mejores pruebas de la unidad orgánica y funcional.

De todo esto se deduce el error de basar el diagnóstico de un enfermo en sus lesiones anatómicas (última manifestación del estado de enfermedad), cuando en realidad se debe basar, como hacemos los médicos naturistas, en la *alteración primordial de funciones* y la causa que lo produce. De aquí también, que nosotros rechazamos las especialidades médicas, en cuanto que reducen la clínica a ocuparse de un sistema orgánico, con exclusión de los demás, o a lo sumo, las aceptemos en el sentido letamendiano de "aplicar la medicina toda, a un número particular de casos prácticos". Pero esto sin olvidar que el cuerpo es un sólo órgano y que, v. gr.: no puede estar lesionado un estómago, sin que esté enfermo todo el organismo y aun la *psiquis* del sujeto.

Nosotros no creemos que sea el pulmón el que respira, ni el estómago el que digiere..., sino que es el hombre el que respira *por medio* del pulmón y digiere por medio del estómago. Por consecuencia (y aunque esto sea adelantar ideas), haremos terapéutica errónea administrando pepsina y ácido clorhídrico a un estómago asténico, u ovarina a una insuficiencia ovárica, en lugar de buscar el medio de estimular ese organismo para que segregue por sí mismo su jugo gástrico o su secreción ovárica, a trueque de funcionar con jugos prestados, que no le resuelven su problema.

El tan citado Pí Suñer, hace al final de su mencionada obra, en el capítulo X, un detallado esquema de diferenciación anatomofisiológica, parecido al hecho por nosotros en 1915, y ya expuesto sintéticamente en la lección segunda, del cual entresacamos los siguientes párrafos:

"Al progresar la diferenciación, crece el número de elementos celulares que integran un ser vivo y se proceden diferentes formas en estas células. Entonces las células son al individuo lo que las micelas a la célula: cada especie se distingue por sus órganos, como cada órgano por los tejidos que lo constituyen, y los tejidos por sus peculiares elementos anatómicos. Se llega, progresivamente y sin saltos del átomo al tejido, al órgano y al individuo".

"El mismo equilibrio que hacía posible la vida de la célula, relacionando las micelas, traba entre sí las actividades de las distintas células, las que, viviendo en un medio común, retirarán de este modo las sustancias necesarias a su nutrición y dejarán en el mismo sus productos, excrementicios o de otra clase. Lo que era influencia por simple difusión en la célula, conviértese en acción química a distancia en aquellos organismos que poseen disposiciones circulatorias del medio interno".

"La correlación humoral se establece, por ende, de múltiples maneras:

a) Por impregnación difusa de célula a célula, como en las formas primitivas.

35

b) Por productos funcionales que son acarreados por el medio interno.

c) Por sustancias diferenciales, resultado de especiales funciones glandulares."

"La conducción por la sangre de las sustancias químicas que intervienen en el funcionalismo de otros órganos, constituye un perfeccionamiento fisiológico que presta mayor rapidez a la interacción humoral". A lo que no está demás añadir este otro párrafo de Gómez Ocaña: "La unidad de la circulación es indudable y ha sido brillantemente expuesta por Letamendi y no hace mucho por Marco. Repárase que todos los líquidos que circulan por el organismo, tienen su motor principal en el corazón y motores auxiliares, en los músculos respiratorios, en los de los vasos y en los estriados en general; es decir, motores comunes. Recuérdese asimismo que todos los humores, líquido intersticial, linfa, quilo y sangre, o proceden de ésta o van a parar a ella; y, por último, que los vasos, conductos y lagunas comunican unos con otros, ora francamente ora por sus intersticios. "

Sigue diciendo el primero de los citados autores: "Representa la función nerviosa la manera más eficaz de solidarizar las distintas partes de un organismo. Como los órganos endocrinos (glándulas de secreción interna), nace de una progresiva especialización de los plasmas primitivos: 'En las formas más avanzadas aparecen las neuronas intermediarias, de asociación, y la tendencia a la centralización anatómica, por la cual un solo receptor o un grupo de receptores (sistema nervioso central), puede obrar sobre múltiples efectores'." "Y por la centralización, por la abundancia de los trayectos, por las muchas combinaciones posibles, todo el sistema receptor puede entrar en relación con el efector. Así se producen actos de defensa o de busca, hasta los más complicados y, particularmente, cuando llega a aparecer el epifenómeno que es la conciencia (física)."

"Bien se ve si es un imprescindible elemento de unidad funcional el sistema nervioso, y si su formación representa ventajas para el ser vivo. Desde el momento que un estímulo puede obrar sobre un punto determinado y responder a este estímulo de órgano más o menos lejano, la conducción nerviosa ha influido de una parte en que, a distancia, relacionando dos actos

biológicos, unificando un proceso fisiológico. Es superfluo insistir ya más sobre el papel del elemento nervioso como elemento coordinador."

Meditando sobre el proceso de la diferenciación, puede colegirse que lo humoral o químico y lo nervioso, tienen un origen común y todo depende de una ley biológica general. Las células se influyen mutuamente por transmisión y excitaciones y por cambios químicos, y en el curso del desarrollo presentan ya su especial función antes de adquirir su estructura particular. Las células cardíacas del embrión, pongamos por caso, laten con ritmo antes de que se haya formado el corazón y de que hayan llegado a ellas las fibras nerviosas que tienen destinadas. ¿No se intuye con este hecho, la variedad en la unidad? También se hace evidente que la unidad orgánica y fisio-

36

lógica conserva siempre en su intimidad los mecanismos simples y primitivos de la célula; y que las ulteriores complicaciones que representan la aparición de sistemas bien diferenciados, especialmente el nervioso, más supone una economía en el rendimiento fisiológico que una variación esencial. La existencia de sistemas orgánicos para relacionar las funciones de los diversos grupos celulares, es pues un ahorro por velocidad y coordinación. Pero en el fondo, la base de la vida orgánica está en el intercambio de la célula con sus compañeras y con el medio que las circunda, con todo su proteísmo original.

Lección III

ANATOMIA Y FISILOGIA UNITARIAS

Rasgos generales de la constitución del cuerpo humano. Los tres sistemas orgánicos. Los tres tipos humanos. Los temperamentos.

Rasgos generales de la constitución del cuerpo humano

Hemos de decir antes que nada que, la palabra anatomía, en su sentido etimológico, de *ana-temno*, quiere decir *dividir con insistencia*. Como nosotros lo que vamos a hacer en estos ensayos es precisamente lo contrario, sintetizar y unir lo que siempre se ha estudiado disperso, de aquí que la palabra anatomía pierda su oportunidad significativa. No obstante, y por no usar el término pretencioso de *somatosíntesis*, emplearemos el de *anatomía unitaria*, con el cual expresamos que, sin desprestigiar el estudio analítico de los órganos, no olvidamos nunca su subordinación a la unidad orgánica.

Por otro lado, dado nuestro concepto global de estos problemas, se hace imposible separar la fisiología de la anatomía, si queremos eludir el peligro de error que supone el estudio de una anatomía de cadáver, en el que hasta los órganos han perdido la forma que tenían en vida. Si esto puede no ser óbice para el estudio general de la construcción orgánica, es motivo de equivocación en cuanto se trata de conocer la forma, posición y volumen de las vísceras.

Tampoco conviene confundir nuestro propósito de anatomía unitaria con una especie de anatomía topográfica, por cuanto nosotros no vamos buscando relaciones de órganos o sistemas en su aspecto local y somático, sino *relaciones vitales de órganos y sistemas*, en cuanto son expresión de

una unidad funcional, no solamente de orden fisiológico o genérico, sino también de orden psíquico y teleológico. Es decir, el estudio del organismo humano en cuanto es instrumento de expresión de una individualidad trascendente, no ya solamente metafísica, sino metapsíquica.

Y se verá como esto es así desde el primer momento de nuestro estudio.

Efectivamente: Dijimos que, el hombre como los demás seres, se compone de *esencia, vida y sustancia* (espíritu, alma y cuerpo). Esta

38

constitución trina, responde a una ley universal que fundamenta la arquitectura general de los seres. Y no podía faltar en la construcción del cuerpo humano. Así, éste se compone de tres partes perfectamente definidas:

1ª Abdomen.

2ª Tórax.

3ª Cabeza.

Cada una de estas partes tiene sus correspondientes extremidades: El abdomen tiene las piernas; el tórax, los brazos, y la cabeza, los maxilares interiores (extremidades del metámero capital), unidos en la línea media para los efectos de su especial función.

Obsérvese también que, cada parte se divide en otras tres: Así, el brazo se divide en: brazo propiamente dicho, antebrazo y mano. La mano se divide en: carpo, metacarpo y dedos. Los dedos en tres falanges; etc. Más, cada uno de los segmentos se corresponde fisiológicamente con sus semejantes. Es decir, que, el brazo corresponde al abdomen; el antebrazo al tórax, y la mano a la cabeza; del mismo modo que el carpo corresponde al vientre, el metacarpo al tórax y los dedos a la cabeza. Por esta razón los dedos son la parte más inteligente de la mano; el metacarpo la más fuerte, y el carpo la menos movable. Y de igual manera, el brazo, que corresponde al vientre, es la parte más voluminosa y menos móvil; el antebrazo más movable y menos voluminosa porque corresponde al tórax; y la mano la más inteligente porque corresponde a la cabeza. En fin, por la misma correspondencia fisiológica, son gordos y tardos los hombres de tipo de nutrición; fuertes y ágiles los de tipo torácico; y más débiles, pero más exquisitos e inteligentes, los de tipo cerebral.

En la cabeza, compendio y expresión del organismo todo, podemos estudiar también tres partes, correspondientes a cada gran sector del cuerpo. La zona C, que corresponde al vientre y que contiene el órgano que en la cabeza corresponde al tubo digestivo: la boca, parte la más inteligente del tubo digestivo, por cuanto en ella selecciona los alimentos el sentido del gusto. La zona B, que corresponde al tórax, y que contiene el órgano que en la cabeza corresponde al aparato respiratorio: la nariz, parte la más inteligente del aparato en cuestión, por cuanto en ella se selecciona por el

sentido del olfato el aire que hemos de respirar. Y la zona A, que corresponde al cerebro mismo, y que contiene el órgano que en la cabeza corresponde al sistema nervioso: los ojos, parte la más inteligente del cerebro, por cuanto selecciona por medio del sentido de la vista las imágenes que han de influir en él, y nos lleva tras la belleza física (fig. 1.)

La cabeza vista de perfil nos muestra también sus correspondientes tres partes. La zona a, correspondiente al cerebro, por lo cual se hallan en ella los órganos más inteligentes y más expresivos (boca, ojos, nariz, frente). La zona b, correspondiente al tórax, por lo cual se hallan en ella los centros cerebrales motores, los conductos guardadores del equilibrio y los músculos masticadores; es decir, aquello

39

que corresponde al movimiento físico, cuya base orgánica es el tórax.(1) La zona c, correspondiente al vientre, por lo cual es la más ruda y material de la cabeza, siendo también la más voluminosa en los individuos de base digestiva, que diría Lindlahr.

En el tórax encontramos los órganos del movimiento orgánico. El corazón u órgano del movimiento físico interno, por cuanto mueve

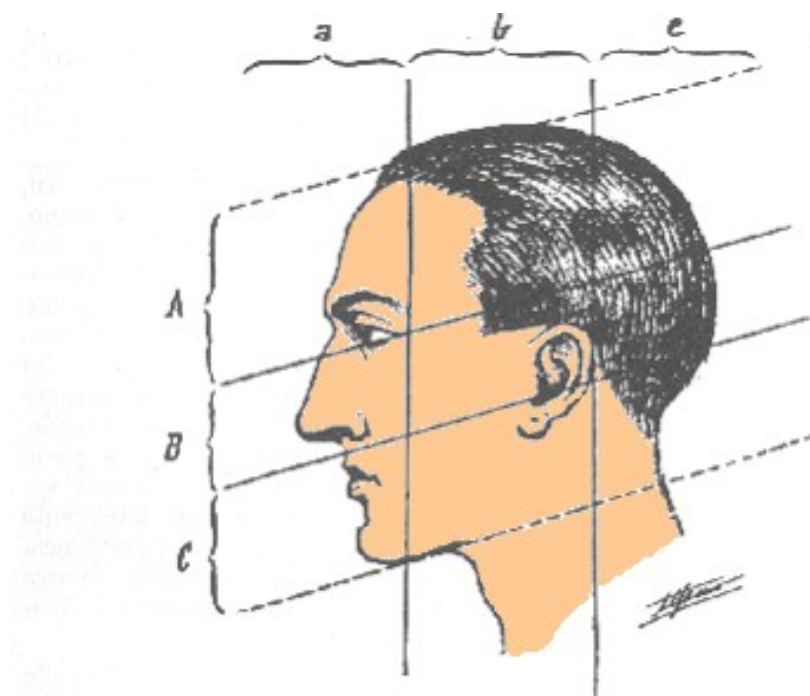


Fig. 1. Zonas fisiológicas de la cabeza. A.a, Zona cerebral; B.b, Zona torácica; C.c., Zona digestiva.

los humores; y los pulmones u órganos del movimiento químico interno, por cuanto dan oxígeno, elemento de combustión que pone en actividad química los materiales del organismo.(1)

En el abdomen encontramos los órganos digestivos o de la nutrición y los órganos reproductivos o de la nutrición de la especie. Son los más

groseros de todos los órganos y sobre los que mejor influencia puede ejercer el cerebro.

Habremos notado, pues, que en la cabeza, que es la parte más

¹ Todo movimiento mecánico (marcha, danza, etc.), tiene por base a un movimiento físico y éste a uno químico. Así los movimientos dichos se basan en contracciones (acción física), y éstas, en variaciones del quimismo (acción química); como el movimiento de las ruedas de una locomotora (acción mecánica), se basa en la expansión y tensión del vapor de agua (acción física), y ésta, en la combustión (acción química). Los movimientos químicos, como ya veremos, tienen por base otras acciones nerviosas y psíquicas.

40

selecta del organismo humano, se da un resumen de todo el cuerpo, que no se da en las demás partes. De aquí el valor diagnóstico de las alteraciones de las facciones en los diversos estados morbosos, y aun el valor de la observación de las facciones normales, para deducir las características psicológicas del sujeto. Tema éste ya cultivado por Pitágoras y que ha tenido tan excelentes continuadores como Lavater, y en los tiempos más modernos, Samuel R. Wells en su *New Physiognomy*.

Los tres sistemas orgánicos

Por lo que antecede vemos, que siguiendo siempre la Naturaleza su plan constructivo trino, cada una de las tres cavidades orgánicas, vientre, tórax y cabeza, contiene los órganos fundamentales de otros tantos sistemas orgánicos. El vientre los del aparato digestivo (que elaboran la parte material); el tórax los del circulatorio (que proveen la energía), y el cráneo, los del nervioso (por donde actúa la inteligencia).

Estos tres grandes sistemas son el objeto de acción de tres grandes grupos de fuerzas vitales, que, usando el léxico letamendiano, llamaremos *extensivas*, *protensivas* e *intensivas*. Las extensivas o nutricias, realizan el crecimiento y mantienen después el volumen del cuerpo. Las protensivas o circulatorias, fuerzas de combustión, conducción y arrastre, tienden a la disgregación del ser. Las intensivas o nerviosas son portadoras del impulso constructivo, específico y finalista, siendo en cierto modo antagónicas de las protensivas, y por las cuales se realiza la permanencia de la forma a pesar del cambio incesante de materiales. (Las fuerzas llamadas *expansivas* no son sino la fase inicial de las protensivas.)

Bien claro está que, estos tres grupos de fuerzas organizadas, que constituyen el motor de los tres grandes sistemas, no son otras que las encarnadas en el antiquísimo concepto, nacido de la más pura y lógica observación natural, de fuerzas *creadoras*, *conservadoras* y *destructoras*. Creadoras o nerviosas; conservadoras o nutricias y reproductoras; y finalmente las destructoras, que son las circulatorias y respiratorias. De la armonía y ponderación de estos tres sistemas de fuerzas, depende el mantenimiento de la vida. Si predominasen las nutricias, el ser aumentaría de tamaño indefinidamente; si predominasen, en cambio, las circulatorias y

respiratorias, se aniquilaría el individuo a fuerza de excretas y combustiones. El predominio de las nerviosas en su sentido rector, es el único normal.(2)

Existe, no obstante, un predominio compatible con la existencia

² Estas tres clases de fuerzas, son en realidad una sola, pues se reducen a modalidades de la energía solar única. La misma luz solar es creadora, conservadora y destructora. Crea, v.gr.: el trigo sobre la tierra, le conserva y nutre por medio de su función clorofiliana; finalmente le agosta y seca, terminando con la vida de la planta que queda en potencia en el grano. De modo que, en realidad, toda diferenciación de fuerza, lo mismo que sucede con la materia, es una apariencia de la *vida una*.

normal que, cuando se refiere a las fuerzas de nutrición, dan lugar al tipo de nutrición o braditrófico. Cuando se refieren a las fuerzas circulatorias dan origen al tipo de movimiento o taquitrófico. Y cuando se refieren a las nerviosas, en su sentido creador, originan el tipo psíquico. Ni que decir tiene que, el equilibrio perfecto de las tres, se resuelve en el tipo armónico. De todos los cuales tipos orgánicos nos ocuparemos más adelante.

Estudiemos ahora la constitución de los tres sistemas.

Nadie ha expuesto tan magistralmente como nuestro querido y malogrado amigo el doctor Brioude, que fue catedrático de la facultad de Sevilla, la existencia y descripción de los tres sistemas orgánicos, por lo cual, siguiendo su didáctica expositiva, damos aquí el siguiente resumen:

Se observa, que las cavidades que contienen dichos sistemas llevan un orden de capacidad de *mayor a menor* (vientre, tórax y cráneo); la resistencia de sus paredes va de *menor a mayor*; y la índole de la función, *de más lenta y grosera a más viva y elevada* (digestión, circulación-respiración, pensamiento-percepción).

Cada uno de los tres sistemas tiene un orificio de entrada y otro de salida. Los orificios de entrada, todos situados en la cara, son: La *boca*, para el aparato digestivo; la *nariz*, para el respiratorio; y los *ojos*, para el nervioso; que también son órganos de tres sentidos importantes: *gusto, olfato y vista*. Las entradas de los tres sistemas constituyen el *polo positivo* del cuerpo humano, por ser el polo de atracción, hacia el cuerpo, de lo que hay en el medio ambiente. Al hacer la afirmación de que el ojo es orificio de entrada del sistema nervioso, lo hacemos bajo el convencimiento de que la *luz*, que es lo que el ojo recoge, es de índole material además de vibratoria, y siendo cierta la teoría de la emanación (que cada día tiene más adeptos en la ciencia), puede afirmarse que todo ese bombardeo infra-atómico de las partículas luminosas, entraría absorbido, como un torrente nutricional, por el nervio óptico, (3) siendo recogido como legítimo alimento, sutil y energético, por el cerebro.

Respecto a la objeción que salta a la mente del estudiante, sobre el papel que representan los oídos, órganos de un sentido tan elevado y complejo como el de la audición, y que también son orificios de entrada situados en la cabeza, le adelantaremos, para explicarlo más adelante, que

corresponden a la entrada de un aparato formado por dicho sentido, y algunos centros y glándulas encefálicas de singular importancia.

Cada uno de los tres sistemas de que venimos hablando, tiene también un orificio de salida: El digestivo tiene el *ano*, por donde salen sus residuos; el circulatorio expelle sus excretas por los *conductos urinarios*, y el nervioso tiene como vía de salida el *conducto seminífero* en el hombre y la *trompa de Falopio* u ovárica en la mujer, es decir,

3 Afirma Testut que el nervio óptico no puede ser identificado ni comparado con un nervio periférico, siendo su carácter estructural como el de los centros nerviosos, y constituyendo, como la propia retina, una prolongación del cerebro anterior primitivo.

42

los conductos genitales. Dice Brioude: ‘...los órganos genitales son verdaderos condensadores de energía neúrica. Lo mismo en el hombre que en la mujer, todas las alteraciones del sistema nervioso están directamente relacionadas con el estado de los genitales. Así ha llegado a ser de uso corriente la palabra *histerismo* en todo desarreglo nervioso, como aceptando el origen uterino (hister-matriz) del proceso". También es de observar la *neurastenia* o astenia nerviosa, que se observa en los sujetos que, por deficiencias medulares o excesos de fluido nervioso, padecen de abundantes pérdidas espermáticas. Hecho conocido, que aboga también por la certeza de estas afirmaciones, es la pérdida de los caracteres psico-físicos sexuales por la extirpación de los testículos y los ovarios. Nada tiene de particular, por otro lado, que las eliminaciones del aparato nervioso sean células sexuales capaces de generar otro ser. La fuerza creadora sexual puede trasmutarse en fuerza creadora cerebral, porque en el fondo, es una sola. Y ésta puede disminuirse o debilitarse por el abuso de la primera, porque fisiológicamente están en razón inversa en cuanto a su cantidad relativa de libramiento; si bien están en razón directa en cuanto a su potencia global. No olvidemos tampoco las enormes energías latentes que atesora el sistema nervioso del hombre.

Los tres orificios de salida de los tres sistemas se agrupan en el *periné*, formando el *polo negativo* del organismo.

Cada uno de dichos sistemas tiene un conducto de entrada, siendo el *esófago* para el digestivo, la *tráquea* para el respiratorio y el *nervio óptico* para el nervioso.

También tiene cada uno su órgano central e impulsor: El *estómago* para el digestivo; el *corazón* para el circulatorio, y el *tercer ventrículo* o medio, para el nervioso, que no es más que una dilatación diferenciada del conducto del epéndimo, como el corazón lo es del conducto arterio-venoso y el estómago, del tubo digestivo.

Tiene cada uno de nuestros sistemas, dos órganos laterales auxiliares, que son: El *hígado y páncreas* en el sistema digestivo; los dos *pulmones* en el circulatorio y los dos *hemisferios cerebrales* (cada uno con su correspondiente ventrículo) en el nervioso. Los órganos laterales de los tres sistemas comunican con el *tractus* central invariablemente.

Una red general pone en comunicación cada sistema con los otros dos. Esta red es el *sistema quilífero* en el digestivo, el *sistema arterio-venoso* en el circulatorio, y el sistema de *tubos nerviosos* en el céfalo-raquídeo o nervioso.

La red eliminatoria de cada cual es, como sabemos, el *intestino* para el sistema digestivo, el *aparato urinario* para el sistema circulatorio, y el *aparato sexual* interno para el sistema nervioso.(4)

Cada sistema elabora una categoría de materiales: El digestivo asimila *sólidos y líquidos*, el circulatorio asimila *aire* (fijado por los pulmones en la sangre) y el nervioso asimila *luz*. Transformando el primero los alimentos en *linfa y plasma sanguíneo*, el segundo convir-

4 Los estudiantes poco versados en anatomía descriptiva, conviene que estudien algunas nociones, con láminas a la vista, para comprender lo expuesto.

tiendo el plasma sanguíneo en energía *o fluido neúrico*, y transformando el tercero el fluido neúrico en *magnetismo y pensamiento*.

Todo lo cual queda resumido en el siguiente cuadro y esquematizado en la figura 2.

	<i>Sistema digestivo</i>	Sistema circulatorio	<i>Sistema nervioso</i>
Orificio de entrada	Boca	Nariz	Ojo
Orificio de salida	Año	Uretra	Vesícula seminal y trompa de Falopio
Conducto de entrada	Esófago	Tráquea	Nervio óptico
Organo central	Estómago	Corazón	Tercer ventrículo
Organos laterales	Hígado y páncreas	Pulmones	Hemisferios cerebrales
Cavidad orgánica	Abdomen	Tórax	Cráneo
Red general	Sistema quilífero	Arterias y venas	Nervios
Red de eliminación	Intestino	Aparato urinario	Aparato sexual interno
Forma de materia asimilable	Sólidos y líquidos	Aire	Luz
Sublimación	Transforma los alimentos en linfa y plasma sanguíneo	Transforma el plasma sanguíneo en fluido neúrico	Transforma el fluido neúrico en magnetismo y pensamiento

Una vez más la fecundidad de la ley de analogía se nos muestra bien a las claras, enseñándonos las insospechadas relaciones de los órganos y sistemas, en una perfecta *correlación funcional*, que diría Pí Suñer.

Los tres tipos humanos

Expresión lógica de la existencia de los tres sistemas estudiados, son los tres tipos humanos que se dan como consecuencia del predominio relativo de cada uno de ellos. Sin contar el tipo en que el equilibrio de los tres da una resultante de perfecta armonía.

Los tipos humanos son, pues, el de *nutrición*, el de *movimiento* y el *cerebral*.

El *tipo de nutrición*, consiste en el predominio del sistema digestivo. La capacidad mecánica, digestiva y absorbente de dichos órganos, es sobresaliente. Y pueden suceder dos casos: O que la capacidad de asimilación sea también muy grande, en cuyo caso nos encontramos ante un individuo grande, fuerte, musculoso (sobre todo si es de temperamento raquídeo), o que la capacidad asimilatoria sea menor, en cuyo caso, lo no asimilado se depositará en los tejidos y humores en forma de detritus o de grasa (artrismo, obesidad). Exteriormente se ca-

44

racteriza este tipo por el volumen o gordura, predominio de la zona digestiva, sotabarba grasienta y prominencia del vientre. (figura 3)

El *tipo de movimiento* se caracteriza por el predominio de los órganos y funciones del tórax (pulmones y corazón). La sangre fuertemente oxigenada y la circulación activa y fuerte le hace especialmente apto para el ejercicio físico, por su destreza y resistencia. Todos los grandes atletas

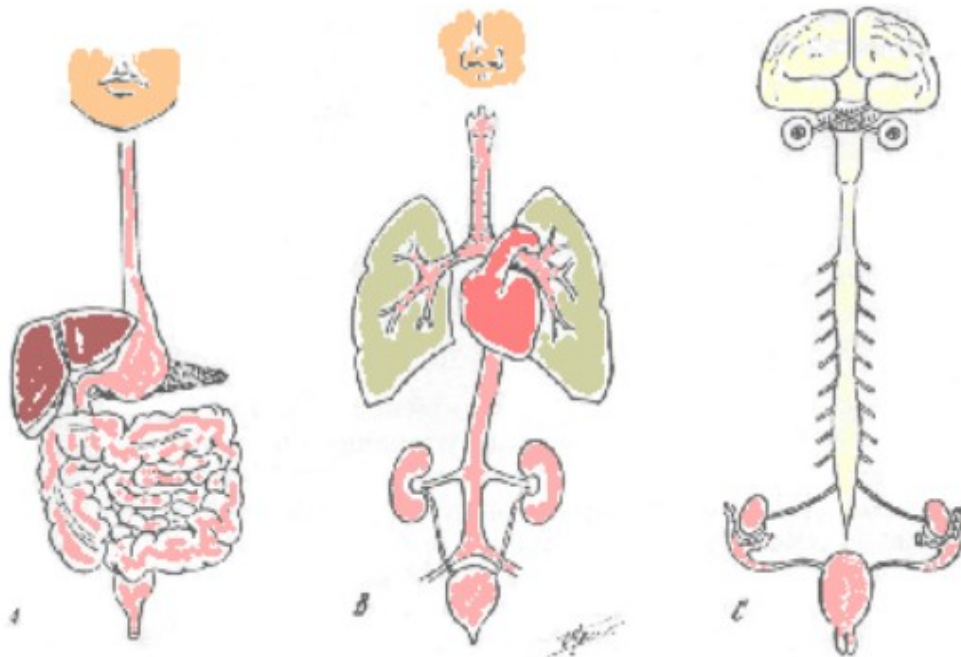


Fig. 2. *Los tres grandes sistemas orgánicos.* (Esquemas) A, Sistema digestivo o abdominal; B, Sistema circulatorio, angiopneumático o torácico; C, Sistema nervioso o craneoespinal.

pertenecen a este tipo. Anatómicamente, se define por la fortaleza de los músculos, poca grasa subcutánea, pronunciamiento de facciones, predominio de la zona torácica y flexibilidad del tórax. No debe confundirse con el temperamento sanguíneo, del que hablaremos. (fig. 3).

El *tipo cerebral* o psíquico, se distingue por el predominio de los órganos y funciones del encéfalo. Se confunde con el temperamento cefálico de otros autores. Los individuos de este tipo tienen una influencia psicológica extrema sobre todos los tejidos del cuerpo. Podríamos decir, usando de una frase gráfica, que todos sus tejidos son más *inteligentes*. Anatómicamente, presenta un tinte azulado del blanco de los ojos (salvo cuando se mezcla con temperamento abdominal o hepático), uñas muy rosadas, laxitud muscular, rectitud de huesos largos, sensibilidad, inteligencia y predominio de zona cerebral (fig. 3).

El tipo psíquico o cerebral no se da más que en el hombre. El tipo de movimiento se observa en casi todas las especies animales. El tipo de nutrición se observa en una minoría de animales (corales, cerdos, hipopótamos, etc.).

45

Los temperamentos

Se llama temperamento al carácter físico y psíquico resultante del predominio o equilibrio de los cuatro principios constitutivos de la personalidad humana: cuerpo, vida, sentimiento y mente.

El carácter temperamental se da, pues, por añadidura, sobre el carácter fundamental de los tipos. El temperamento es una característica adjetiva. Se puede ser, por ejemplo, de tipo de nutrición, y de cualquiera de los temperamentos que vamos a estudiar. No obstante, hay



Fig. 3. Tipos individuales. A; Tipo psíquico o cerebral. Predominio del cerebro (cabeza) y de las facciones que le corresponden (frente, lóbulo frontal del cerebro; b, Tipo de movimiento.

Predominio de los órganos torácicos (respiratorios, circulatorios) y de las facciones correspondientes (nariz, pómulos); c, Tipo de nutrición. Predominio del sistema digestivo (vientre) y de las facciones correspondientes (boca, carrillos).

temperamentos que son incompatibles con ciertos tipos y aun con otros temperamentos. Por ejemplo: No se puede tener tipo de movimiento y ser al mismo tiempo de temperamento linfático; como no se puede ser de temperamento sanguíneo y linfático a la vez. Mas, lo general es que los temperamentos se den mezclados en las formas posibles, en el mismo individuo. Y rara vez se manifiestan puros.

Existen cuatro temperamentos fundamentales:

Bilioso o abdominal.

Nervioso o cefálico.

Sanguíneo o angio-pneumático.

Linfático o parablástico.

Estas cuatro modalidades de la naturaleza humana (que también se dan aisladamente en las especies animales) tienen en el plan vital de la Naturaleza, una raíz mucho más profunda de lo que puede parecer a primera vista. Si los tres tipos estudiados responden al plan de la constitución general del universo (*esencia, vida y sustancia*), los cuatro dichos temperamentos responden a la constitución elemental de

46

la naturaleza terrestre (*fuego, tierra, aire y agua*). El lazo íntimo que une los elementos cósmicos con las formas organizadas, es de interés extraordinario, como clave para comprender muchos problemas oscuros de la vida.

La materia orgánica está constituida por una molécula compuesta de cuatro elementos químicos fundamentales: el *Carbono*, que da la estabilidad (como núcleo de la molécula orgánica); el *Hidrógeno*, que da la movilidad; el *Nitrógeno*, que da la intensidad (porque frena la combustión), y el *Oxígeno*, que da la extensión (porque quema). No es una casualidad, ni tampoco puede considerarse como un mero simbolismo, el que los sabios antiguos asimilasen estos elementos químicos a los elementos de la naturaleza: tierra, agua, fuego y aire. El agua es el medio donde se verifican todos los proteísmos vitales; la tierra nos da los elementos químicos constitutivos de nuestro cuerpo; el fuego se realiza en combustión lenta de los principios nutritivos en las células, por el oxígeno aportado en la respiración; y el aire nos da este oxígeno y ciertas radiaciones.

Es decir, que sin los cuatro elementos químicos y los cuatro cósmicos, la vida no es posible.

Item más: conviene fijarse en que las funciones que hemos asignado a los elementos, químicos: *estabilidad, movilidad, intensidad y extensión*, se manifiestan en cuatro tendencias instintivas (cual si el instinto respondiese a una determinante química original), bien apreciables en los seres animados: el instinto *psíquico*, el *motor*, el *material* y el *vital*. El primero abocando a las necesidades de la mente, el segundo a las del psiquismo inferior (pasional o incentivo), el tercero a las del cuerpo y el cuarto a las de la vitalidad. Esto es

bien patente a la observación. Hay individuos de carácter estable y tenaz, otros de carácter móvil o activo, otros pasivos y contempladores, otros, finalmente, enérgicos y expansivos.

Con esto quedan retratados los cuatro temperamentos, y hecha una sucinta historia de su teleología. Ahora estudiemos sus caracteres.

Temperamento bilioso. Llamado también abdominal o grandular, consiste en el predominio de las glándulas digestivas (y secundariamente de las demás), especialmente el hígado. Es el temperamento *pasional* por excelencia; por consiguiente domina, en los individuos que le poseen, el incentivo y el ardor propios de la naturaleza motora. Son de carácter concentrado, serios e irritables.

Se caracteriza por la piel terrosa, algo morena, poco regada de sangre, abundancia de vello, desarrollo de glándulas sebáceas y cierta dilatación de las venas. Tinte amarillento o subictérico del blanco de los ojos, facciones pronunciadas, mirada fija o dura, musculatura fuerte y bien dibujada, y actividad incesante y autoritaria.

Dice con mucha razón P. Carton: "Si un bilioso bien caracterizado está mal educado y posee malas inclinaciones, se hace susceptible, irritable, sectario, déspota, tirano y brutal. Es capaz de todos los crímenes. Si por el contrario, posee grandes superioridades intelectuales y morales, se muestra organizador infatigable, creador de orden y de armonía, hombre de genio o santo. Se encuentra este temperamento

47

sobre todo en los jefes militares, los directores de empresas, los fundadores, los conquistadores, los exploradores, los hombres de acción".(5)

Los individuos de este temperamento, por la exaltación funcional del principal órgano transformador, el hígado, y consiguiente apetito exagerado, están expuestos a afecciones biliosas. Por otro lado, la facilidad de sus estallidos pasionales (sobre todo pasiones concéntricas), intensifican esta tendencia.(6) De aquí que sean llamados *biliosos*, como también *hipocondríacos* o influídos por los hipocondrios.

El tipo histórico de este temperamento, es Carlos V; el tipo literario, Otelo; el tipo colectivo, la raza árabe, y el tipo animal, el lobo.

Temperamento nervioso. Llamado también cefálico, consiste en el predominio del encéfalo y sus funciones. Se confunde, pues, con el tipo psíquico, como ya dijimos al hablar de éste.

Se caracteriza por su sensibilidad, emotividad y susceptibilidad. Sus individuos presentan el rostro triangular (frente ancha), ojos vivos y animados, ademanes rápidos e irregulares, piel pálida y fría. Tendencia exaltada a los fenómenos nerviosos simpáticos (por la pobreza de ganglios viscerales), poca resistencia a los males y mucha a la muerte, pues, según frase de Letamendi, son como la caña de bambú: difíciles de romperse, porque fáciles en doblarse. En general, son poco comedores, y en este, como en los demás aspectos de la vida, les gusta la variación imprevista.

Intelectualmente, requieren el estímulo de un ideal, una sugestión o una ocupación interesante. Cuando en ellos se dan facultades mentales

superiores, surgen los investigadores, intuitivos, ascetas, sabios, etc. Dándose en cambio, si se trata de espíritus inferiores, todos esos tipos de mentirosos, miedosos, superticiosos, maliciosos, inconstantes, etc., tan perturbadores de la armonía social y familiar.

La diferencia que puede establecerse entre el tipo psíquico y este temperamento, es que, en aquél dominan las facultades superiores, de las cuales el gran desarrollo cerebral no es sino su manifestación orgánica, y en éste dominan las funciones cerebrales orgánicas por sí mismas y sobre los demás órganos. Por esto, dentro del tipo psíquico se encuentran los reflexivos, comprensivos, estudiosos, sabios... y en cambio, en el temperamento nervioso, los ilusos, ansiosos, agitados, desordenados y pesimistas. La mezcla de dicho tipo y este temperamento es muy difícil de conducir.

Es el temperamento más corriente entre las mujeres. Su tipo his-

5 P. Carton, *Diagnóstico y conducta de los temperamentos*.

6 Sabido es que, las pasiones pueden ser *concéntricas* y *excéntricas*. Las primeras caracterizadas por la congestión visceral y palidez externa (cólera blanca, envidia, avaricia...); y las segundas por la depleción visceral y aflujo de sangre al exterior (ira o cólera roja, soberbia, gula...). Las concéntricas, afectan especialmente al hígado, por lo que se ha dicho con razón que este órgano es "el paño que enjuga las lágrimas que no salieron por los ojos". Es decir, que cuando no hay desahogo externo (excéntrico) de la afección pasional, repercute en el hígado, cuya bilis pasa en parte a la sangre y al estómago (boca seca, amarga, tinte pajizo de la piel...). Lo cual quiere decir que bajo el punto de vista sanitario es preferible desahogar la pasión de modo violento, aunque esto, bajo el punto de vista espiritual, sea egoísta y perjudicial para el mundo que nos rodea.

48

tórico es Aurora Dupin ("Georges Sand"); su tipo literario, Manon Lescaut; la raza en que se da con más frecuencia, la latina; y, como es lógico, no puede manifestarse en la escala animal, siendo privativo de la especie humana.

Temperamento sanguíneo. Llamado también angio-pneumático o torácico, consiste en el predominio del aparato circulatorio y sus funciones. Es el temperamento de máxima vitalidad.

Se caracteriza por tenues pulmones, corazón fuerte, exuberancia de capilares sanguíneos, piel caliente y sonrosada, ojos vivos y suavidad de formas. La absorción de piel y mucosa es rápida, reacciona vivamente a los tratamientos y causas de enfermedad, siendo fáciles las eliminaciones. Los individuos de este temperamento son resistentes a las causas físicas y morales de enfermedades. "Todo lo soportan, y de todo y contra todo triunfan y prevalecen", como dijo Letamendi. Son alegres, expansivos, generalmente de ojos azules y cabello rubio o castaño; imaginativos, entusiastas, optimistas y joviales. Generosos, buenos amigos y pacíficos.

Son muy comedores, algo inestables y vanidosos. Pero en cambio, su inteligencia viva y su facilidad para todas las cosas, les facilitan el triunfo. Su estimulante favorito es el aire.

Tipo histórico de este temperamento es Marco Antonio; tipo literario, Sigfrido; animales que le caracterizan, casi todas las aves no rapaces, especialmente los pájaros. Se da en todas las razas blancas.

Temperamento linfático. Llamado también pseudo-embrional o parablástico, consiste en la remisión de la potencia del desarrollo del organismo, y la consiguiente poca definición y diferenciación de los tejidos y órganos. La lentitud es su cualidad dominante.

Se caracteriza por su conformación basta, cutis pálido, labios gruesos, nariz roma, mejillas lacias, carnes fofas y escasa reacción a las causas de enfermedad y tratamientos médicos. Tardan en curarse cuando enferman, son calmosos, plácidos, pasivos y pueriles. Trabajan con flema, andan despacio, duermen mucho, tienen la sensibilidad atenuada y la imaginación perezosa. En general, son gruesos y de piel húmeda y fría.

Los linfáticos que poseen cualidades superiores, son previsores, metódicos, sobrios, pacientes y poseen excelente dominio de sí mismos. En cambio, si carecen de ellas, son perezosos, sucios, imprevisores, lujuriosos y comilones. Apetecen por regla general los alimentos fuertes y excitantes como estímulo de sus dificultades reactivas.

Su estímulo preferible es el del agua. Como dice Carton, les gusta vivir cerca del mar, de los lagos y los ríos. Disfrutan navegando y pescando.

Tipo histórico de este temperamento es el emperador romano Otón; tipo literario, Sancho Panza; predomina en la raza negra; y como ya apuntó Letamendi, corresponde al tipo natural *oozario* (animal-huevo), que lo son todos al principio de su desarrollo.(7)

⁷ Muchos autores, con perfecta razón, admiten la existencia de un quinto temperamento, bien definido, aunque secundario, llamado *raquídeo*. Consiste en

Síntesis de los temperamentos

Los antiguos médicos y filósofos decían que, en la composición del cuerpo humano entraban cuatro humores: la *bilis*, la *atrabilis* o bilis negra, la *sangre* y la *pituíta*, flema o linfa.

Naturalmente, consideraban que cada temperamento dependía del predominio de uno de estos humores sobre los otros tres. De aquí nació la primitiva, y aun empleada, denominación de cada uno de ellos. Las palabras *atribulario* o *melancólico* (que ambas se refieren a la *bilis negra*), así como la denominación de *flemático*, son de uso corriente en la actualidad.

La realidad de esta concepción antigua, la viene a ratificar hoy día, como apunta el ya citado profesor francés, la admisión de cuatro grupos de sangre (según la tabla de Moss), que se tienen en cuenta para determinar el carácter del donador de sangre en las transfusiones sanguíneas. Asunto extraordinariamente interesante desde el momento en que una transfusión hecha a base de una sangre de tipo impropio, puede provocar accidentes graves y aun la muerte súbita (hemolisis y aglutinación globular).

Probablemente, los diversos tipos de sangre están en relación con el temperamento, y éste con su composición química. Los humores reconocidos por los antiguos han sido reconocidos también por la ciencia moderna, con diferencias de forma. La existencia de colemia en los biliosos, es evidente; el predominio de linfa en los de este temperamento, también; y en cuanto a la

atrabilis, podría comprender una compleja categoría de toxinas, antígenos, anticuerpos, sustancias endocrinas más o menos alteradas, perfectamente reconocidas por la ciencia de nuestros días. Es, pues, admisible que, la incompatibilidad de una sangre con otra en las transfusiones, dependa de la existencia y proporción de los *cuatro humores* en ellas. Podríamos, pues, completar el esquema de Moss, de la manera siguiente:

Glóbulos rojos		S u e r o				
	Grupos	1	2	3	4	
1	(AB)	-	+	+	+	linfáticos
2	(A)	-	-	+	+	sanguíneos
3	(B)	-	+	-	+	nerviosos
4	(O)	-	-	-	-	biliosos

+ significa aglutinación.

- significa falta de aglutinación.

el predominio de la médula y sus derivados (aparato locomotor y ganglios viscerales), que caracteriza al individuo por la fortaleza y volumen de sus huesos y músculos, quijadas fuertes, muñecas gruesas y anchas espaldas. Son poco afectivos y muy resistentes a la enfermedad. "Son como el roble, a quien el huracán, o sólo arrebató las hojas caducas o arranca de cuajo." (Letamendi.) Pertenecen a este temperamento las razas vasca y escocesa; entre los animales, los perros mastines y de Terranova, el toro y los desaparecidos saurios antediluvianos. Los grandes boxeadores y luchadores de grecorromana, pertenecen a este temperamento.

50

Así explicaríamos que, siendo el grupo 4 el de los biliosos, serviría como donante universal, por ser dicho temperamento el más abundante en nuestras razas blancas; y que, por el contrario, el grupo 1 de los linfáticos, sería el receptor universal, por ser el más escaso.

"Agrupando en algunas líneas los caracteres psíquicos de los cuatro temperamentos, vemos que el bilioso es una llama, el nervioso un pensamiento, el sanguíneo un pájaro, el linfático un pez. El bilioso decide, ejecuta y arrastra; el nervioso busca, combina y excita; el sanguíneo imagina, descubre y resuelve; el linfático compara, ajusta y frena. El bilioso emprende; el nervioso se agita, el sanguíneo se arrebató; el linfático para. El bilioso explora; el nervioso inspecciona; el sanguíneo excursiona; el linfático mira. Se domina al bilioso por la firmeza; al nervioso por el razonamiento; al sanguíneo por el sentimiento y al linfático por la dulzura. El bilioso tiene necesidad de aceptación; el nervioso de tranquilidad; el sanguíneo de medida y el linfático de impulso". (P. Carton).

Grados anatomofisiológicos

Son modalidades de la forma y las estructuras orgánicas, basadas en la *relación* entre los diversos elementos, órganos y funciones de los seres; más acusadas que en ninguno, en el ser humano.

Nos referiremos a los *tipos, conformación, temperamentos, constitución y tipos nerviosos*. Los tipos generales y la conformación se refieren a la *arquitectura macroscópica*; los temperamentos y constituciones, a la *arquitectura microscópica*, y los tipos nerviosos a la *arquitectura cerebral*. De los tipos generales humanos y de los temperamentos, hemos tratado ya por exigencias del orden didáctico. Fáltanos ocuparnos de los restantes grados; lo que hacemos a continuación.

I. La *arquitectura macroscópica* o visible a simple vista, comprende un primer grado de desviación del tipo humano ideal o armónico. A él pertenecen los tipos de *nutrición, movimiento y cerebral*, estudiados en la página 40.

a) *Conformación*. Es la arquitectura macroscópica propiamente dicha del organismo. Puede ser normal o caracterizarse por anormalidades mecánicas y plásticas, como por ejemplo: pecho hundido, jorobas, desviaciones de la columna vertebral, dislocación de vísceras, transposición de órganos, falta de algunos miembros, dislocaciones de huesos, etcétera.

Puede ser heredada o adquirida, y tiene que ser corregida en su mayor parte por medios mecánicos (gimnasia, masaje, prótesis...).

II. La *arquitectura microscópica o elemental*, se refiere a la relación de los diversos elementos y tejidos en los órganos. Un órgano se compone de tejidos musculares, glandulares, nerviosos, vasculares, conjuntivos...; y de la calidad de ellos y de la manera de estar dispuestos, resultan nuevas modalidades de la forma que dan lugar a los

51

temperamentos y constituciones. Como ya hemos tratado de los primeros, ocupémonos de las segundas.

a) La *constitución* significa el grado de integridad vital, y el tono de los tejidos (arquitectura físico-química), y de ella depende la resistencia a la enfermedad, la buena o mala reacción a los tratamientos y la garantía de salud. Se reconoce anatómicamente por la densidad y disposición de las fibras del iris del ojo, admitiéndose por unos, cuatro, y por otros, siete, grados de constitución. Las personas de mala constitución presentan las fibras del iris del ojo, separadas y torcidas;

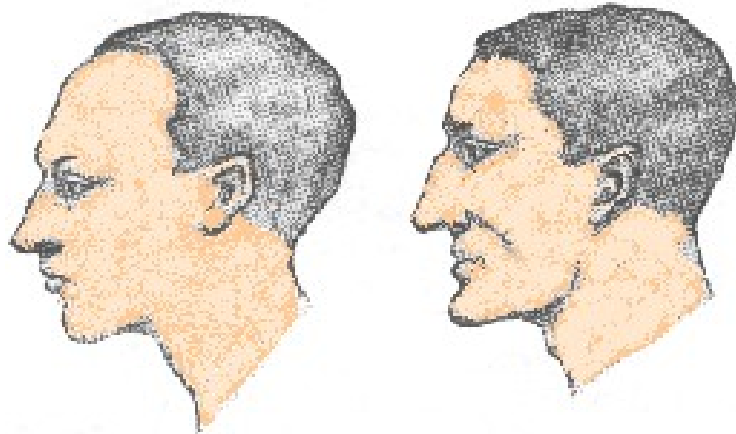


Fig. 4 Tipo sensitivo y tipo motor

y las de buena constitución, apretadas y rectas. Puede observarse la magnífica densidad iridiana de los animales salvajes y aun de la mayor parte de los domésticos no degenerados.(8)

III. La *arquitectura nerviosa* o cerebral, se manifiesta en el doble circuito *sensitivo-motor* unido en la célula nerviosa. La porción sensitiva está formada por todas las terminaciones y fibras nerviosas que recogen vibraciones del medio externo; y la porción motora está formada por todas las fibras que partiendo de los centros nerviosos, llevan dichas vibraciones transformadas a los órganos y tejidos todos, para cumplir, al librarlas, su especial función.

Según predomine la porción sensitiva o la porción motora, así nos encontramos con el *Tipo Sensitivo* o el *Tipo Motor* (fig. 4).

a) *Tipo sensitivo*. Es especialmente apto para recoger todo estímulo del exterior. Su poder de asimilación nutricia, energética y sensorial, es muy grande, por lo cual aprende y se alimenta con poco esfuerzo. Sus individuos son fácilmente emocionables y sensibles a toda clase de manifestaciones psíquicas, intelectuales y morales.

Se caracteriza exteriormente por la boca ancha, generalmente de

8 Véase la obra *Diagnóstico por el Iris*, del doctor A. Bidaurrázaga, y si se quiere más extensión, la del doctor Lindlahr, *Iridiagnosis*.

labios gruesos, ojos vivos y algo saltones, nariz poco pronunciada y en general redondeada. (Obsérvese como en estos caracteres hemos descrito, hasta cierto punto, los rasgos de los batracios (ranas... etc.), lo cual no dice mal con el hecho de ser la rana muy apreciada como animal de laboratorio, quizá por su mucha sensibilidad). Pertenecen a este tipo casi todos los que tachamos de *listos*. Tienen poco carácter. Es muy frecuente en cierta categoría de artistas.

La perturbación de este tipo conduce al histerismo.

b) *Tipo Motor*. Es especialmente apto para hacer. Es el tipo de voluntad práctica. Suele responder con reacciones exageradas a estímulos de excitación pequeños, y en todas las ocasiones de la vida *hace* algo, aunque esté mal, antes que quedarse parado. Su dinamismo se satisface mandando a los demás. Es pues el tipo de autoridad.

Se caracteriza por el pronunciamiento de facciones, nariz destacada y en general aguileña o convexa, musculatura marcada y mirada firme.

La perturbación de este tipo, nos conduce a la voluntariedad, impulsivismo y violencia.

c) La exaltación o perturbación de los tipos acabados de citar, entra plenamente en el terreno de la patología psíquica, por alteración de la arquitectura cerebral. En estos casos no es la *psique* la que está perturbada, sino el cerebro que es su órgano de expresión. Es -usando la expresión de Corral- como Rubinstein en un mal piano o Sarasate en un mal violín.

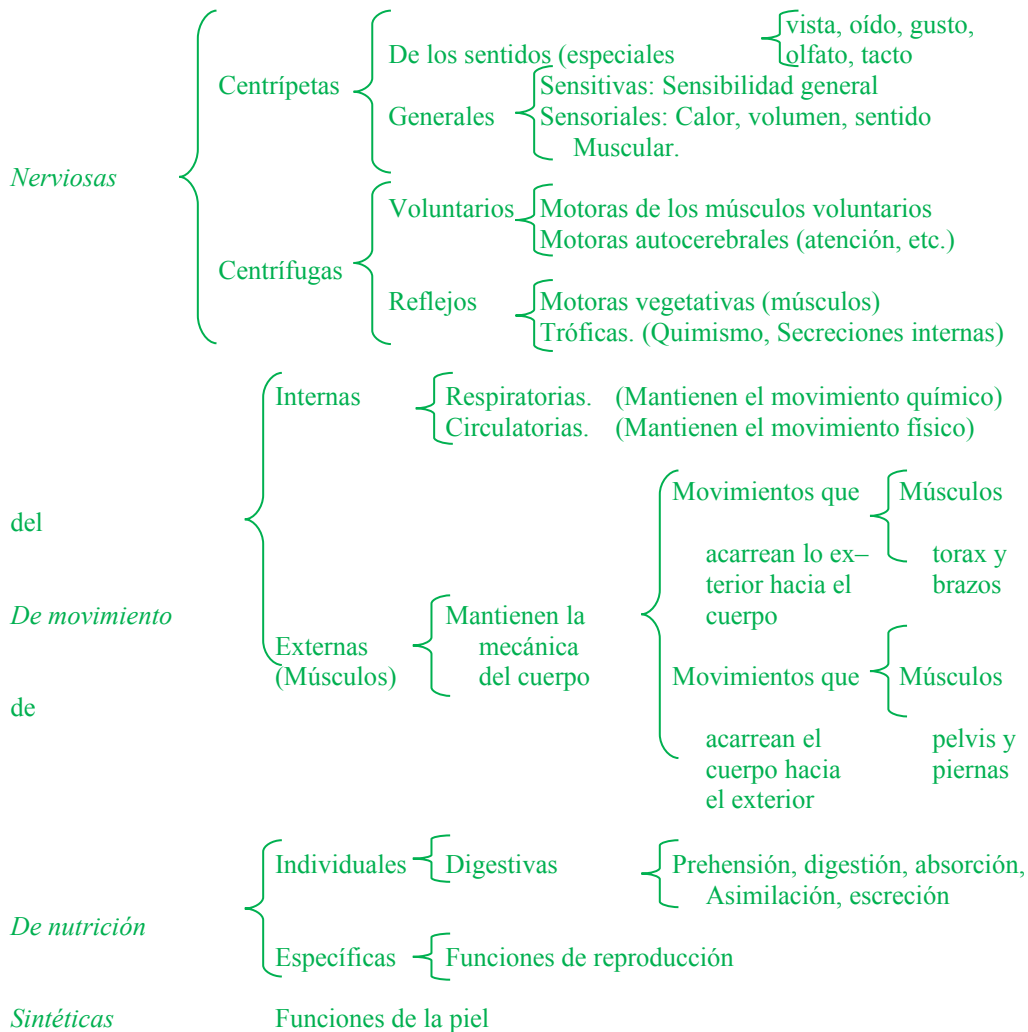
Perturbaciones nacidas de la exaltación del primer tipo son el *histerismo* (perturbación de la sensibilidad), la *hiperestesia psíquica*, *imbecilidad* (en que falta el instinto de sociabilidad) y el *idiotismo* (en que falta el instinto sexual).

Perturbaciones del segundo tipo son el *impulsivismo*, *epilepsia constitucional*, *locura motora* o *epilepsia psíquica* (criminales).

Las funciones orgánicas como derivadas de los tres grandes sistemas corporales, podemos clasificarlas en:

- 1º Funciones nerviosas (intensivas);
- 2º Funciones de movimiento (protensivas);
- 3º Funciones de nutrición (extensivas),

cuyas subdivisiones -para economizar tiempo y espacio- se hallan en el siguiente cuadro:



La sublimación de la materia. Otras funciones del encéfalo

Las sustancias materiales del mundo exterior, son transformadas sucesivamente por los sistemas *digestivo*, *torácico* y *cefálico*, hasta convertirse en materia en estado radiante.

Efectivamente: Toma el *aparato digestivo* los materiales alimenticios, transformando a través de complicadas reacciones químicas en toda la

longitud de su tubo, las *albúminas* en peptonas y amino-ácidos, los *hidrocarbonados* en glucosa y las *grasas* en glicerina y ácidos grasos o jabones; eliminando al exterior los residuos no aprovechables.

En el proceso digestivo juegan importante papel los órganos laterales del sistema: hígado y páncreas; así como el bazo, órgano aun enigmático, pero de importancia capital.

Analicemos con más detalles este proceso.

Los *hidrocarbonados* o *sacáridos* (almidones, féculas y azúcares), provienen, como ya dijimos (pág. 26) de reacciones sintéticas a base de la función clorofiliana de las plantas. Son compuestos de oxígeno, hidrógeno y carbono (de aquí su nombre de hidrocarbonados o hidratos de carbono), que responden a las fórmulas generales: $\text{CH}_2 \text{O}$, $\text{C}_2 \text{H}_4 \text{O}_2$, $\text{C}_3 \text{H}_6 \text{O}_3$, $\text{C}_4 \text{H}_8 \text{O}_4$, $\text{C}_5 \text{H}_{10} \text{O}_5$, $\text{C}_6 \text{H}_{12} \text{O}_6$. En la alimentación empleamos *monosacáridos*, de los cuales es ejemplo la *glucosa* o azúcar de fécula, de fórmula $\text{C}_6 \text{H}_{12} \text{O}_6$; los polisacáridos, constituidos en la misma forma pero con la supresión de una molécula de agua, de los que es ejemplo el *almidón* ($\text{C}_6 \text{H}_{10} \text{O}_5$); y los bisacáridos, que carecen de media molécula de agua, pero unida su molécula a otro grupo análogo; y de los cuales es ejemplo la *sacarosa* o azúcar de caña ($\text{C}_{12} \text{H}_{22} \text{O}_{11}$).

Los hidratos de carbono sufren una primera digestión bajo la acción del fermento de la saliva llamado *ptialina*, que los convierte en eritrodextrina, acrodextrina y finalmente maltosa, que es una glucobiosa de fórmula $\text{C}_6 \text{H}_{12} \text{O}_6$. Posteriormente, el jugo intestinal con su invertasa, maltasa y lactasa, y el jugo pancreático con su fermento amilolítico, transforman los restos hidrocarbonados no digeridos en tramos anteriores, también en maltosa y al fin en glucosa, que el hígado almacena en moléculas condensadas en forma de glucógeno.

Las *proteínas* o *albúminas*, provienen también en principio del reino vegetal, donde se formaron gracias a la fijación de nitrógeno atmosférico por los fermentos nitrificantes, formando en el suelo nitratos y nitritos, ulteriormente absorbidos por el vegetal. Proceso curioso con el que las bacterias dan a la planta la primera materia para formar albúminas a cambio de consumir glucosa de la fabricada por el vegetal. Este reduce los nitritos o descompone los nitratos del suelo, combinándolos con el carbono y formando ácido cianhídrico (por reacción entre el ácido nítrico y el aldehído fórmico), dejando libre anhídrido carbónico y agua. Y por su parte, el ácido cianhídrico reaccionando sobre nuevas moléculas de aldehído, llegaría a constituir la albúmina, según esta fórmula $\text{C}_{62} \text{H}_{103} \text{N}_{17} \text{O}_{22}$, dejando libre ácido fórmico. Nótese cómo en la albúmina encontramos ya, como base de la materia viva, los cuatro elementos a que nos hemos referido al hablar de los temperamentos.

55

Las sustancias albuminoideas o proteínas son desdobladas por el ácido clorhídrico del jugo gástrico en proteosas y peptonas. El jugo intestinal y el pancreático con sus erepsina, enterocinasa y tripsina, desdoblan las peptonas en aminoácidos, entre los cuales encontramos la glicocola, leucina, fenilalanina, tirosina, pirrol, triptófano, indol y adenina.

Resumiendo, como dice Brioude: "el organismo humano absorbe *calor* con sus alimentos ricos en *hidrógeno*, gracias al elemento *agua*, por el aparato abdominal, vivificando el producto por el *magnetismo* absorbido por el bazo".

El producto de la digestión (quilo), es absorbido en el intestino delgado y pasa al sistema quilífero, que desemboca por el canal torácico en el sistema venoso. De este modo tenemos ya el material transformado, en pleno dominio del *sistema torácico* o angiopneumático.

La sangre quilífera es llevada por la circulación a los pulmones, donde se establece un cambio osmótico a través de la membrana de sus alvéolos; fijando la sangre el *oxígeno* del aire (merced a la hemoglobina de los glóbulos rojos, que se transforma en oxihemoglobina) y expulsando el anhídrido carbónico de las combustiones orgánicas. Luego, el corazón manda la sangre oxigenada y vitalizada a todos los ámbitos orgánicos, eliminando los residuos no sublimales, en la orina, por los riñones.

El oxígeno del aire quema, en lenta combustión, en el seno de los tejidos, los materiales aportados por el sistema digestivo. La mayor parte de las energías liberadas por el organismo animal, aparecen bajo la forma de calor; calor producido directamente por dicha combustión, y calor producido por transformación de los movimientos internos (trabajo cerebral, circulación sanguínea, etc.). Las células de los tejidos regulan el consumo de oxígeno de la sangre según la intensidad de su trabajo bioquímico, siendo admitido por Berthelot que por cada 32 gramos de oxígeno absorbido, se desprenden 14 calorías. La hemoglobina portadora del oxígeno recogido en la respiración, lo cede al plasma sanguíneo, donde se disuelve y de donde lo extraen en la proporción necesaria las células. A esto se añade, para completar el mecanismo de las oxidaciones, la acción de las *oxidasas* y *catalasas*, que efectúan operaciones reductoras, transforman el oxígeno molecular en oxígeno atómico más activo, y lo ceden a las células, previa disolución en el plasma, con arreglo a la ley de las tensiones. La hemoglobina de los glóbulos rojos viene a ser, pues, una sustancia acumuladora de oxígeno, gracias a la cual, la sangre contiene y transporta 40 veces más oxígeno que igual volumen de plasma, del que se necesitarían 150 kilogramos, si no hubiese hemoglobina, para alcanzar el contenido de oxígeno dissociable existente en los 5 kilogramos de sangre que posee el organismo humano.

Sintetizando: El sistema torácico sublima el producto de la digestión, quemando con el *oxígeno* del *aire*, los productos nutritivos. Su elemento vivificador es la *electricidad*, que convierte el oxígeno molecular en oxígeno atómico, mucho más activo.

Llega la sangre al *sistema craneal* o *cefálico* por las arterias helicinas, y el plasma linfático a los ventrículos cerebrales desde la periferia del encéfalo, por los espacios subaracnoideos. Y en el seno del aparato cefálico, los productos de la combustión de los primitivos ma-

teriales nutritivos, se fijan en compuestos nitrogenados (lecitinas, cerebrósidos, neuroglobulinas, etc.), de gran poder emisor de energía neúrica.

Las escorias de esta función se eliminan por el aparato genital, y los materiales sublimados marchan desde el ventrículo medio por el tallo de la hipófisis y por el cuarto ventrículo, convertidos en materia en estado radiante.

Esto requiere algunas explicaciones a base de lo ya expuesto al hablar de los tres sistemas orgánicos. Para ello copiamos, en primer lugar, la siguiente descripción de Brioude: "En la caja craneal existe un órgano doble y simétrico, llamado cerebro, que presenta en su línea de unión de ambos hemisferios una serie de tractus o puentes de comunicación, que recubren una cavidad central, llamada conducto del epéndimo, el cual, sin interrupción, se extiende desde el cerebro hasta el final de la médula. Este conducto rodeado de sustancia gris, y, por lo tanto, de células, toma diferentes aspectos en su trayectoria, que suele ser la siguiente: Dos ventrículos laterales (cada uno perteneciente a un hemisferio cerebral), que desaguan en el tercer ventrículo o ventrículo medio; luego un estrechamiento, que pasa a ser acueducto de Silvio, ensanchándose de nuevo a nivel de la protuberancia y bulbo, donde constituye el cuarto ventrículo (sitio del nudo vital cuya lesión ocasiona la muerte fulminante); estréchase de nuevo, y, transformado en el conducto ependimario de la médula, llega así hasta la región lumbar, donde, antes de terminar, vuelve a sufrir otra pequeña dilatación, conocida por quinto ventrículo".

"Así como el corazón no es más que una dilatación y reforzamiento del sistema arteriovenoso, y el estómago otra cavidad reforzada del tubo digestivo, asimismo el tercer ventrículo no es más, con todo el tejido nervioso que le rodea, que una dilatación del tubo del epéndimo, y, del mismo modo, ambos hemisferios no son más que las dos cavidades de los ventrículos laterales, cuyas paredes se han engrosado enormemente. Los tres ventrículos con su revestimiento de sustancia cerebral, son el equivalente del órgano central y de los dos órganos laterales descritos en los otros sistemas."

La sustancia de que se nutre el cerebro es la *luz*. Esto afirmaba Neuens y esto afirma también Brioude, reforzando su afirmación con los siguientes argumentos: "Solamente por el sentido de la vista se da el hombre perfecta cuenta del medio ambiente; la luz es absorbida por nuestra retina y transmitida a los centros sensoriales después de pasar por el quiasma, la cinta óptica, los tubérculos cuadrigéminos y el cúneus. Cierto es que muchos, apegados a la teoría de que la luz es un simple estado vibratorio, protestarán de que sea, por lo tanto, absorbible; pero la teoría de la emanación, que cada día tiene más adeptos en la Ciencia, nos demuestra que todo cuerpo en actividad desprende partículas infinitesimales, animadas de una prodigiosa velocidad. Hoy día, que la radioterapia y la radiumterapia obligan al médico al uso diario de las emanaciones alfa, beta, gamma, etc., no hacen falta grandes esfuerzos para demostrar que la misma luz física es un bombardeo de partículas infraatómicas contra el objeto u órgano que le sirve de pantalla."

"No obstante lo dicho (y esto es una simple apreciación particular) creo que, ambos opinantes llevan razón; pues así como la onda sanguínea,

lanzada del corazón, lleva un movimiento propio tardío y otro veloz, vibratorio, que es lo que constituye el pulso, así la luz pudiera ir animada de ese doble movimiento, uno de emanación y otro de vibración. Pongamos un ejemplo para el caso que cita Gómez Ocaña, refiriéndose al pulso. Si en la corriente de un río tiramos una piedra, veremos que se establecen una serie de ondulaciones que progresan en todos sentidos, rizando la superficie del líquido. Pues bien, si examinamos aquellas que se dirigen en el mismo sentido de la corriente, veremos que dichas ondulaciones caminan con diferente y superior velocidad al de las demás moléculas que constituyen el río. Para nosotros la vibración ocasionada por la piedra, sería el estado vibratorio de la luz, y la llegada del líquido por su natural corriente, la emanación lumínica.

El hecho de que existan ciegos cuyo cerebro funciona perfectamente, se explica porque la luz no solamente es absorbida por la retina, sino también por el iris (vía nerviosa simpática), intacto en muchos ciegos, y en gran cantidad por las terminaciones nerviosas de la piel, como lo prueban los resultados de la helioterapia.

La luz, en unión de la sangre arterial sublimada, forma el fluido neúrico que circula por las redes nerviosas, en dirección centrípeta (nervios sensitivos) o centrífuga (nervios motores).

¿Qué proceso fisicoquímico se realiza para que el fluido neúrico, en presencia de los lipoides y albuminoides cerebrales y con el estímulo de la luz, forme materia en estado electrónico o radiante?

Ante todo, apuntemos que, nosotros llamamos *materia en estado radiante*, no a ese cuarto estado o metagaseoso de los físicos, sino a la materia disociada en sus últimos elementos: los electrones. Por eso le denominamos también *estado electrónico* o metaatómico. Estado análogo, aunque no idéntico, al conseguido en la ampolla de Rayos X al producirse la *radiación catódica*, por la acción de la corriente eléctrica en el vacío de una millonésima. de atmósfera.

Apuntemos otra analogía: Los Rayos X ionizan el aire o el gas a cuyo través pasan; es decir, lo disocian en iones cargados de electricidades contrarias. Estos rayos no sufren desviación al atravesar campos eléctricos o magnéticos, por no llevar cargas eléctricas de ningún género; al contrario que los rayos catódicos, desviables en campos electromagnéticos.

Ahora bien; los ventrículos cerebrales y conducto del epéndimo están llenos de un líquido llamado *céfalorraquídeo*, caracterizado por su abundancia en cloruros. Este líquido actúa como verdadero medio electrolítico en el complicado funcionalismo cerebral.

Fáltanos ahora recordar dos hechos importantes de la fisicoquímica, a saber: que, según la hipótesis electrónica, la corriente eléctrica en los conductores no es otra cosa más que, *electrones en movimiento a través de los espacios interatómicos*. Y que, los átomos de los cuerpos radiactivos son sistemas inestables, o en equilibrio lábil de electrones; dividiéndose o escindiéndose estos átomos unos tras otro, en muchas partes, es decir, en electrones negativos libres, que constituyen los rayos β ,

y en grupos de iones positivos que son los rayos beta, hallándose formada la emanación por modificaciones de los iones positivos (Piñerua).

Con esto quedan planteados los términos del problema y trazado el camino de una deducción lógica.

El sistema cefálico es un gran transformador electroquímico, donde actúa el *fluido neúrico*, cuyo vehículo es la electricidad; *albúminas* y *lipoides* que actúan como condensadores; un *líquido clorurado* que sirve de electrolito, y la luz que actúa como estimulante de la energía química y sensibilizador. El resultado del funcionamiento de esta gran máquina electroquímica, en el que interviene la luz como factor etéreo *vitalizante*, es convertir dicho fluido neúrico (producto sublimado o *iónico* del material sanguíneo), en una *radiación* (semejante a los Rayos X, porque no se desvía por los campos electromagnéticos, y atraviesa los cuerpos opacos) que se condensa alrededor del polo negativo o cátodo del sistema nervioso, que es la glándula hipófisis, y del positivo o ánodo, constituido por la glándula pineal; formando la que en un principio llamamos *materia mental*, y ha sido llamada por otros *éter reflector*.⁽¹⁾

¹ Conocidos son los interesantísimos trabajos de Bertholon, Waller, Haake, Mayer, Du-Bois de Reymond Mendelssohn, Einthoven, Nicolai, Gotch y Horsley, Caton, Dewar, Girard y nuestro compatriota Luis Cirera sobre las manifestaciones eléctricas en los seres vivos, y de cuyos trabajos extractamos las conclusiones más interesantes en lo que a la fisiología humana se refiere.

La función respiratoria de asimilación está ligada a la actividad eléctrica, produciendo inmediatamente cambios de potencial en sus distintas partes (Haake).

"Todo punto de sección transversal de un nervio o de un músculo, es negativo con relación a un punto cualquiera de su superficie longitudinal"; por consiguiente, si se unen por un arco metálico se desarrolla una corriente eléctrica, y esto ocurre en toda clase de músculos, y en toda clase de animales de sangre fría o caliente, variando solamente la fuerza electromotriz, entre 0'1 a 0'01 de voltio (Du-Bois de Reymond).

En los nervios se produce además una *corriente eléctrica axial*, que recorre el nervio en toda su longitud, y es tanto más intensa cuanto mayor es la actividad funcional del nervio; así es que el neumogástrico se distingue por su intensidad. Dicha corriente va en *sentido contrario* al de la corriente nerviosa, según Mendelssohn. Lo que puede explicarse por la teoría electrónica, que nos enseña como en los electrolitos, la corriente eléctrica está formada por una doble cadena de iones que se trasladan en sentido opuesto.

El corazón produce una corriente eléctrica en cada una de sus contracciones, que marca un campo eléctrico de líneas equipotenciales alrededor de cada polo cardíaco (ventricular o de la punta, y auricular o de la base), como indica la fig. 5. (Trabajos de Waller.) Dicha corriente se trasmite a todas las partes de nuestro organismo (Einthoven).

Las corrientes de reposo presentan una intensidad notable en los centros nerviosos, cuya fuerza electromotriz es de 0'02 a 0'03 voltios (Gotch y Horsley). En el cerebro, la superficie es siempre positiva con relación a una sección transversal, y una irritación cualquiera de un nervio centripeto, sensitivo o sensorial, produce una variación negativa de esas corrientes (Caton, Danlewsky y Cybuiski). Todo acto cerebral está en correlación con un cambio eléctrico del cerebro (Cirera).

Existe una corriente en la retina ocular, negativa en la superficie coroidea y positiva en la superficie libre (Du-Bois Reymond, Steiner); la cual se modifica bajo la influencia de la luz, con arreglo a la susceptibilidad de la retina por haber permanecido más o menos tiempo en la oscuridad (Brucke, Steiner, Einthoven, etcétera).

A la secreción de las glándulas de la piel, acompañan los fenómenos electro-motores de un modo constante. Las regiones cutáneas donde abundan las glán-

Sobre esta *materia mental*, bajo la acción de la mente, se plasma el pensamiento. Claramente se deduce que, la calidad y sutilidad de

esta materia mental, depende en último término de los alimentos que se han ingerido, por lo que resulta que la finura del pensamiento

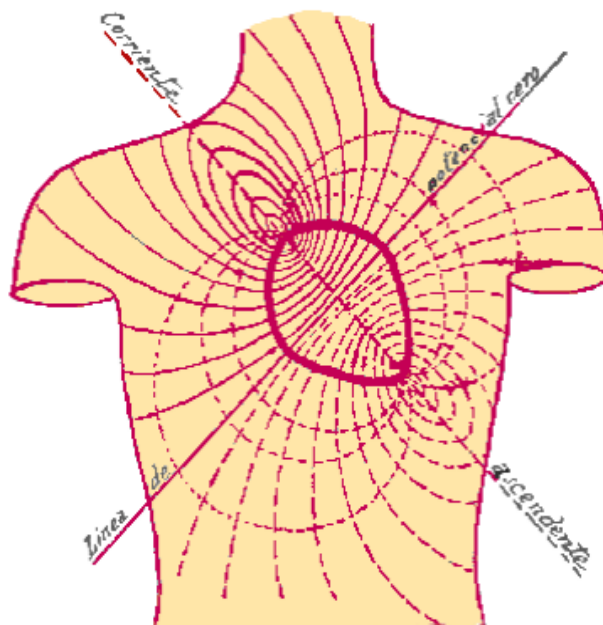


Fig. 5. Los dos polos del corazón y sus campos eléctricos potenciales (según Waller).

depende del régimen alimenticio; argumento trascendental para la defensa del vegetarianismo que preconizamos.

Resumiendo: El aparato craneal sublima el producto de la sangre oxigenada, a base de química de *nitrógeno*, vivificándolo por medio de la *luz* recibida del *éter*.

dulas sudoríparas, presentan una variación positiva de la corriente con motivo de todo acto de actividad psíquica, desde una simple sensación, hasta un esfuerzo violento de voluntad (Tarchanoff, Philippon).

Los glóbulos rojos de la sangre poseen una carga negativa; siendo positiva en el suero sanguíneo (P. Girard).

El organismo en su conjunto, es un complicadísimo mecanismo celular bañado todo y penetrado por una solución electrolítica doblada, de un sistema disperso coloidal; o por mejor decir, constituyendo un conjunto variadísimo de electrolitos, integrados generalmente por una disolución acuosa de sales (cloruros, carbonatos, sulfatos y fosfatos) de sodio y potasio. Esto hace que sus corrientes eléctricas se distribuyan por cada tejido y célula, según la propia conductibilidad de éstos y el potencial con que tropiecen. Así la electricidad interviene constantemente en todas sus funciones por las acciones *iónicas* y cargas coloidales de sus humores y plasmás.

La función neuro-electroquímica asignada por nosotros al sistema nervioso, no es, pues, más que una de tantas como pueden referirse a la maravillosa mecánica de nuestro cuerpo.

Hemos visto la maravillosa correlación y sinergia de los tres grandes sistemas orgánicos, realizando la no menos maravillosa alquimia de convertir

el alimento en pensamiento, según la feliz expresión de Brioude. Y no está de más, para final, que expongamos la curiosa relación que existe entre los diversos elementos que entran en juego en las funciones de la sublimación de la materia.

Intervienen en las operaciones que acabamos de reseñar, cuatro elementos químicos y cuatro físicos, que agrupados por el orden correlativo citado, dan el siguiente cuadro:

Hidrógeno	Carbono	Oxígeno	Nitrógeno
Calor	Magnetismo	Electricidad	Luz

Nos encontramos nuevamente con los cuatro elementos químicos constituyentes de la molécula organizada, en su relación con los cuatro elementos de la Naturaleza. Y por otro lado con cuatro modalidades de la *vibración etérea*, indispensables para las manifestaciones de la vida. Esto nos muestra una vez más la simplicidad de recursos a que recurre la naturaleza en sus manifestaciones, y la variedad en la unidad de la vida.

Otras funciones del encéfalo

En conjunto, el cerebro funciona en cuatro órdenes de actividades.

1° Como sublimador de los materiales elaborados por los otros sistemas. Conforme acabamos de ver.

2° Como conmutador trascendente de las vibraciones acústicas y luminosas, recogidas por el *aparato pineo-hipofisario*, según veremos en otra lección.(2)

3° Como órgano de la inteligencia y del pensamiento.

4° Como gobierno del organismo.

El *cerebro como órgano de la inteligencia*. Su mecanismo en tal orden de funciones es claro, pero sumamente complicado.

En el cerebro se manifiestan la *iniciativa*, el *instinto* y las *sensaciones*; en él reside también el archivo material de la *memoria sensible*, formado con imágenes celulares de las sensaciones; en él hay un sector mal definido, donde se unifican todas las sensaciones en un solo aspecto que recoge la mente abstracta. Todas las funciones de los *centros cerebrales*, no hacen sino dar elementos para que se manifiesten las funciones psicológicas, que no son localizables en sitio alguno, sino que su manifestación depende del conjunto del funcionalismo cerebral.

Existen en el cerebro tres clases de *centros*: de *proyección*, de *asociación* y *ganglionares*.

2 Asunto que no tratamos aquí, porque antes es menester conocer las funciones de las glándulas de secreción interna.

Los *centros de proyección* existentes en la corteza cerebral, son *sensitivos* (como los auditivo, olfatorio, táctil, óptico, gustativo...), y *motores*

(como los centros de los movimientos musculares voluntarios). Estos centros reciben las fibras sensitivas y sensoriales del organismo (después de haber hecho estación en los centros ganglionares de que hablaremos), y almacenan las imágenes de dichas sensaciones (memoria sensible). Otros, los motores, mandan fibras a los órganos del movimiento, previo paso por ciertos centros ganglionares.

Los *centros de asociación*, que son, con mucho, los más extensos del cerebro, dan fibras nerviosas que enlazan los centros de proyección. Las fibras centrípetas, reciben las sensaciones, fijándolas (memoria). Las fibras centrífugas, estimulan o inhiben (acción de la voluntad) las células de los de proyección. Los centros de asociación son: el *frontal*, verdadero centro psíquico, donde se unifica el sentido íntimo del yo inferior, es decir, la conciencia de la *personalidad*; el *medio* (ínsula), reúne en un todo único todas las regiones corticales, sensitivas y motrices del lenguaje; y el *posterior* o *temporoparietal*, que recibe las sensaciones del mundo exterior (visuales, táctiles, auditivas...), regulando las correspondientes funciones de los de proyección (que si no serían un mero reflejo no intelectual).

Los *centros ganglionares*, situados por regla general en la parte central del encéfalo, son eficaces auxiliares de las funciones cerebrales, y tienen por misión: 1º Producir reflejos superiores (automatismo), sin necesidad de que sean conscientes, y por tanto, que no intervenga la voluntad con el consiguiente ahorro energético. 2º Conmutar los impulsos sensitivos y sus reflejos. 3º Coordinar las acciones (fig. 6).

Estos centros son el *bulbo*, la *protuberancia*, los *tubérculos cuadrigéminos*, el *cerebelo*, los *tálamos ópticos*, y otros menos importantes.

El *bulbo* coordina los movimientos voluntarios, gobierna la fonación, el corazón, la respiración, masticación, deglución, estómago, párpados, secreción salivar, urinaria, función glucogénica, acomodación y defensa de los sentidos, etcétera.

La *protuberancia anular*, es un centro de coordinación sensitivo-motora.

Los *tubérculos cuadrigéminos*, coordinan las corrientes acústicas y ópticas, siendo los centros del equilibrio.

El *cerebelo*, es el órgano de la coordinación de los movimientos, por excelencia.

Los *tálamos ópticos*, son centros de los mecanismos orgánicos de la emoción y emiten las fibras motoras que ponen en *atención* los sentidos, en ellos se efectúan reflejos auditivos y ópticos, siendo punto de parada y conmutación de las fibras que ascienden a los centros de la corteza cerebral. Su papel es, pues, muy elevado.

Todos estos centros, se mandan fibras unos a otros y al cerebro, complicando de manera admirable las posibilidades del mecanismo de que se sirve la mente para manifestar sus esplendores en el reino de la actividad. El bulbo es una verdadera central de comunicaciones orgánicas, nudo vital que sabe de todos los misterios de la vida del organismo. Por algo su lesión es mortal.

El cerebro como gobierno del organismo. El cerebro se vale de todos esos órganos auxiliares que acabamos de describir con el nombre de centros ganglionares, amén de su acción directa (y consciente) en los casos en que

es necesaria; y de los reflejos medulares encargados del automatismo de las funciones menos complejas (defecación, eyaculación, etcétera).

El cerebro es el nudo de unión entre el mundo externo (por medio de su esfera somatocósmica que diría Letamendi) y el mundo interno o *yo inferior* (por medio de su esfera somatopsíquica); siendo por medio

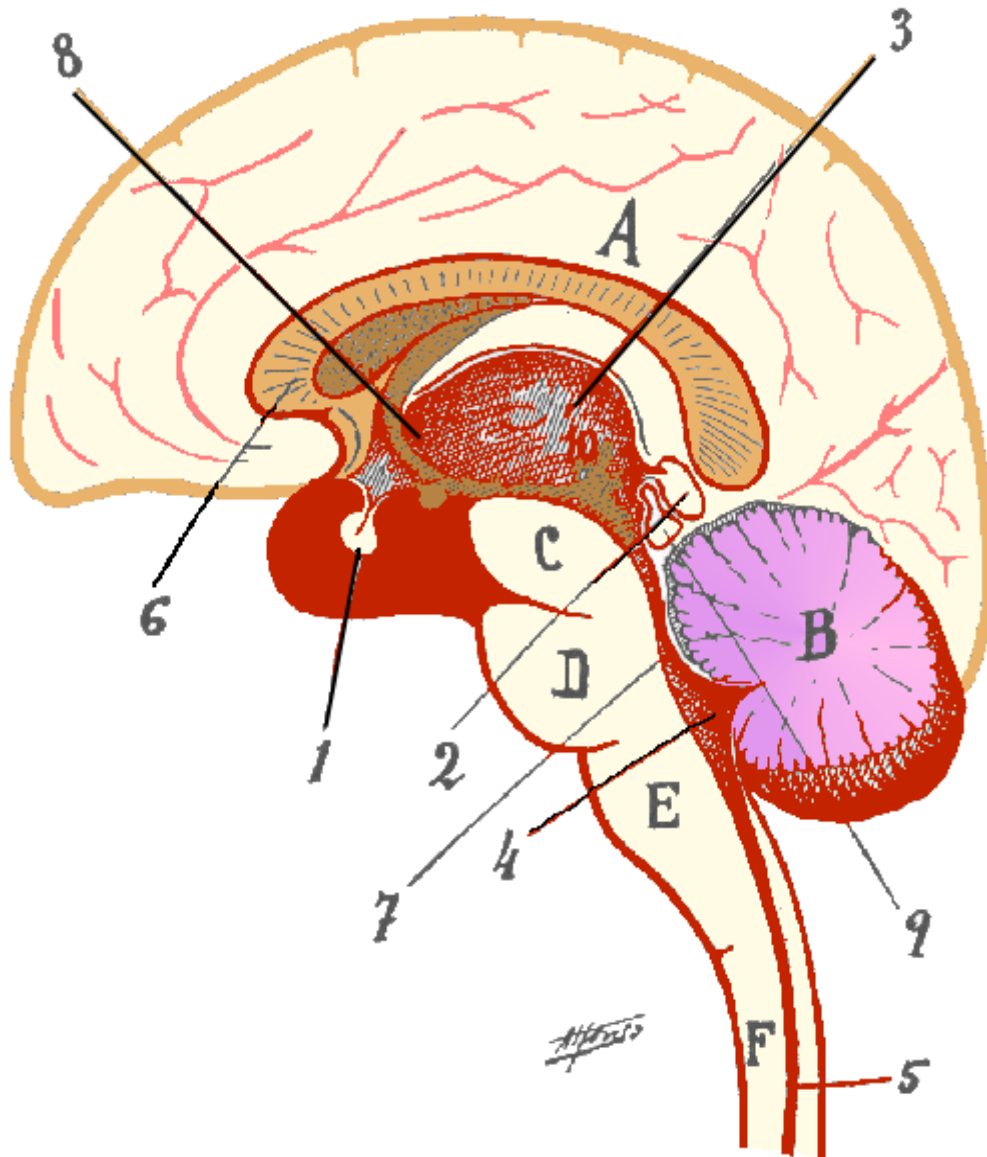


Fig. 6. *El encéfalo*: A, Cerebro; B, Cerebelo; C, Pedúnculo cerebral; D, Protuberancia; E, Bulbo; F, Médula; 1, Hipófisis; 2, Glándula pineal; 3, Ventrículo medio o tercero; 4, Cuarto ventrículo; 5, Conducto del epéndimo; 6, Cuerpo calloso; 7, Acueducto de Silvio; 8, Agujero de Monro; 9, Tubérculos cuadrigéminos, 10; Tálamo óptico.

del aparato pineohipofisario como realiza la trascendente comunicación con la individualidad o Yo Superior.

Las corrientes y vibraciones venidas del cosmos, llegan al cerebro por los nervios sensitivos y sensoriales; de éstos pasan a los centros

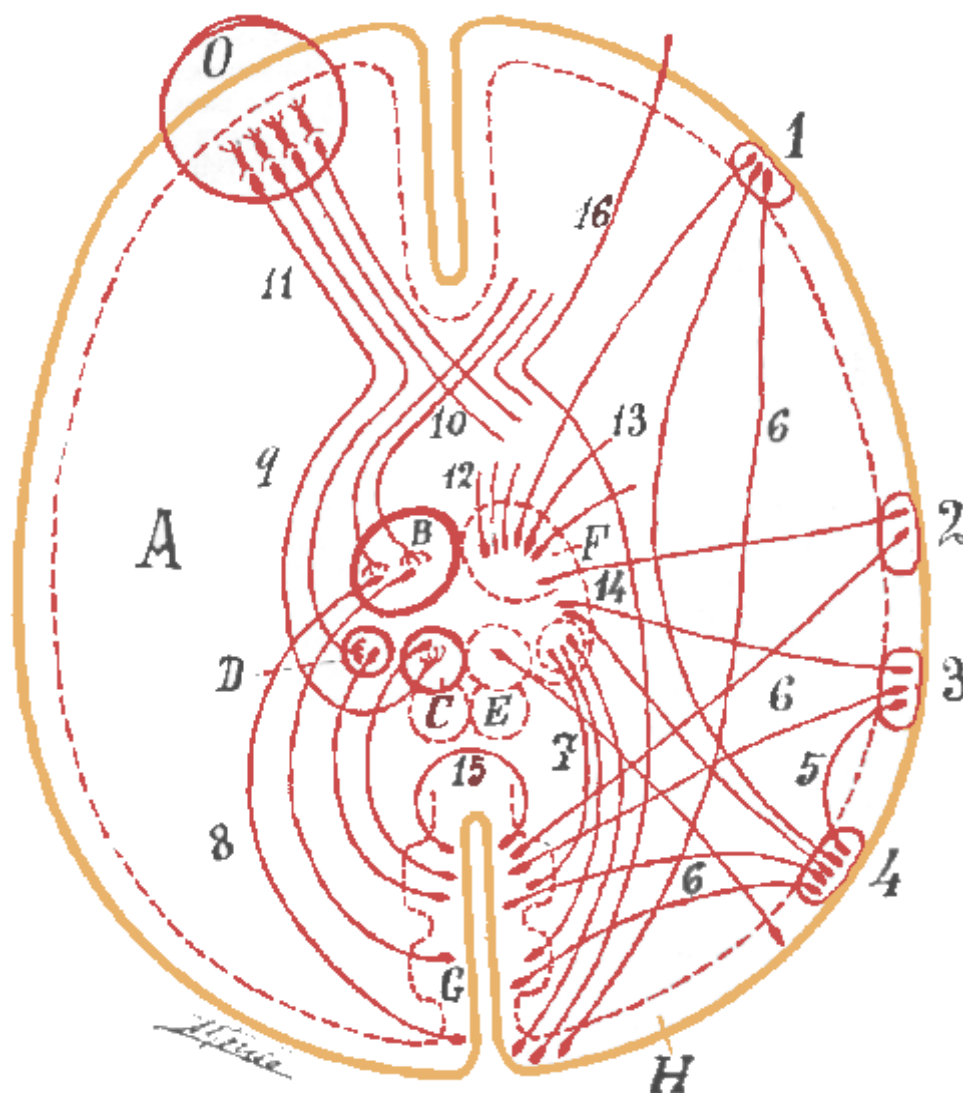


Fig. 7. *Funcionamiento del cerebro referido al sentido de la vista.* (Esquema); A, Centro oval; B, Pulvino (tálamo óptico); C, Tubérculo cuadrigémino anterior; D, Cuerpo geniculado externo (tálamo óptico); E, Tubérculo cuadrigémino posterior; F, Tálamo óptico; G, Centro óptico de proyección de la corteza cerebral; H, Corteza cerebral; O, Ojo; 1, Centro del lenguaje articulado; 2, Centro de la memoria auditiva; 3, Centro visual de las palabras; 4, Centro de los recuerdos visuales; 5, Fibra de asociación arqueada; 6, Fibras de asociación entre diversos centros; 7, Fibras de proyección con sensaciones visuales; 8, Idem; 9, Cinta óptica; 10, Guiasma óptico; 11, Nervio óptico; 12, Fibras reflejas de acomodación y defensa de la vista; 13, Fibras de proyección de la corona radiante; 14, Fibras cortico-talámicas; 15, Fibra comisural interhemisférica; 16, fibra óptica larga.

ganglionares, donde se reflejan en corrientes motoras de acomodación, coordinación y defensa de los órganos y los sentidos (reflejos inconscientes y de un elevado automatismo). De los centros citados, continúan hasta los

centros de proyección y asociación, donde quedan estereotipadas como memoria sensible en forma de engramas. En los centros ganglionares, algunas corrientes y vibraciones son sublimadas (visuales, auditivas), pasando a esferas superiores y conscientes. En los centros de asociación se relacionan unas imágenes con otras para proyectarlas en corrientes motoras de acción o expresión. La figura 7 contribuirá a dar una idea clara de la síntesis de las funciones cerebrales.

LAS GLÁNDULAS DE SECRECIÓN INTERNA

Y LOS CENTROS DE FUERZA

El aparato pineohipofisario. El sistema nervioso simpático, vegetativo o neuroglandular.

Significación de las glándulas de secreción interna

Estas glándulas constituyen positivamente un sistema químico de funciones complejas, destinado a dirigir y regularizar, mediante secreciones que pasan a la sangre, las más importantes funciones del organismo.

Realmente, todo órgano tiene una secreción interna, pero sólo se estudian en tal sentido aquellas secreciones cuya supresión o estímulo tiene consecuencias vitales inmediatas de cierta importancia.

Expongamos, aunque de un modo resumido, el papel de cada una de las glándulas en cuestión, asunto que el estudiante podrá ampliar en cualquiera de los muchos libros que tratan del asunto. Y para no salirnos de nuestro método analógico expondremos a la par los centros de fuerza que se corresponden con cada glándula.

Podemos citar siete fundamentales centros de fuerza a los que corresponde un órgano importante. Tales son:

<i>Centros de fuerza</i>		<i>Organos a los que corresponden</i>		
I. Pineal	corresponde	a		La glándula pineal
II. Hipofisario cavernoso	"	"		La glándula hipófisis y plexo
III. Tiroideo	"	"		La glándula tiroides y plexo tiroideo
IV. Cardíaco	"	"		Corazón y plexo cardíaco
V. Esplénico	"	"		Bazo y plexo esplénico
VI. Epigástrico	"	"		Páncreas y plexo solar
VII. Lumbar	"	"		Cápsulas y plexos suprarrenales (1)
				y otros tres accesorios que son
VIII. Genital	corresponde	a		Organos sexuales y plexo hipogástrico
IX. Coxígeo	"	"		La glándula coxígea
X. Tímico (accidental)	"	"		El timo

1 El plexo esplénico es derivado del plexo solar.

Glándula pineal. Situada en la región pósterointerna de los hemisferios cerebrales, cerca de los tubérculos cuadrigéminos, su secreción interna es depresora del instinto y función sexual (fig. 8). Su disminución acarrea la precocidad sexual,

corpulencia anormal, tendencia al sueño e hirsutismo (síndrome *macrogenitosómico*); y a veces adiposidad general.

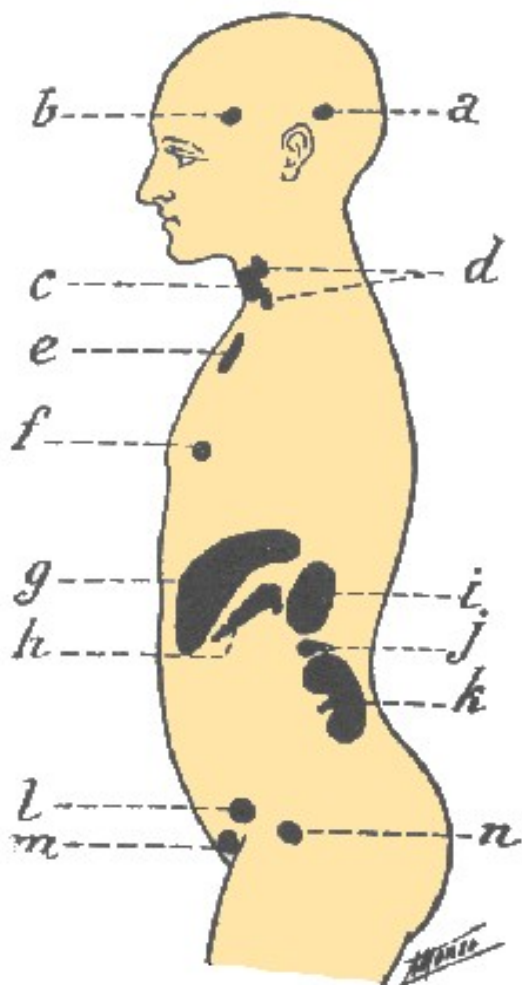


Fig. 8. *Las glándulas de secreción interna*; a, Glándula pineal; b, Hipófisis o glándula pituitaria; c, Tiroides; d, Paratiroides; e, Timo; f, Glándula mamaria (en la mujer); g, Hígado; h, Páncreas; i, Bazo; j, Suprarrenales; k, riñón; l, Ovario; m, Testículo; n, Próstata.

Tiene además un importantísimo papel en relación con las facultades mentales superiores del hombre, como hemos de ver cuando hablemos del aparato pineohipofisiario. Anatómicamente, se define este papel por la existencia de una "arenilla" que la recubre, y que falta en los niños menores de 7 años, en los viejos, en los locos y en los idiotas.

Glándula hipófisis. Su secreción varía en acción según sea de su lóbulo anterior, o de su lóbulo posterior. La de su lóbulo anterior provoca el engrosamiento de la matriz durante el embarazo, el desarrollo de los huesos del feto hasta cierta edad, y estimula la secreción de la leche después del parto. Finalmente, cuando es exagerada, produce el gigantismo o la acromegalia, según coincida con la época del desarrollo o con la edad adulta. La secreción de su lóbulo posterior aumenta los fenómenos genitales y expolea las contracciones de la matriz para la

expulsión del feto, aumenta la tensión arterial, los movimientos intestinales, el metabolismo de los hidrocarbonados y la excreción de orina.

La falta de función de esta glándula produce un entorpecimiento general, laxitud y somnolencia, enfriamiento, coma y disnea; siendo sus síndromes más caracterizados el adiposogenital y la diabetes insípida.

La secreción de esta glándula en la que entra el *fósforo* como elemento primordial, produce la congestión del tiroides. Su función despierta la de la glándula pineal y la de la matriz. Está, pues, relacionada con estos dos órganos de tan opuestas polaridades; relación de gran trascendencia que hemos de ver un poco más adelante al ocuparnos del dicho aparato pineohipofisario.

La glándula hipófisis está situada en la *silla turca* del escéfalo, lugar recóndito y verdaderamente privilegiado, como corresponde a tan importante órgano.

Glándula tiroides. Está situada por delante y a los lados de la laringe y de los primeros anillos de la tráquea, en compañía de las glandulillas paratiroides de importante función neutralizadora de los venenos de la nutrición. (2) Los tumores de la glándula tiroides constituyen el llamado *bocio*.

La secreción de esta glándula, llamada "fuelle de la nutrición", es a base de *iodo*, y provoca un aumento del metabolismo y las funciones genitales. Su exceso ocasiona el llamado mal de Basedow o bocio oxoftálmico.

La falta de función de la glándula que nos ocupa ocasiona el cretinismo, *mixedema* y la caquexia, caracterizados por debilidad, fatiga, enfriamiento, hinchazón de la cara y miembros, palidez, abatimiento, tristeza, apatía, disminución de la inteligencia, caída del pelo, etc., y la caquexia, en fin, o detención de la nutrición y desarrollo.

Por consecuencia, el papel de la glándula tiroides es el de regularizar la nutrición y estimular las funciones genitales.

Corazón. Corresponde al cuarto centro de fuerza, y aunque no es, en verdad, una glándula de secreción interna, bajo el punto de vista teleológico, su papel es fundamental en el sistema químico, por cuanto mueve el medio donde se verifican las acciones de todas las glándulas: la sangre.

El corazón es el nudo donde van a encontrarse todas las fuerzas vitales del organismo, de cualquier categoría que sean.

Bazo. Corresponde al centro de absorción de vitalidad, habiendo ya tratado de su función, excusamos hablar aquí de él. Podemos considerarlo como una verdadera glándula de secreción interna por todos conceptos, ya que carece de conducto secretor y sus funciones se resuelven en diversas elaboraciones de principios y elementos sanguíneos, además de su papel vitalizador digestivo.

² Estas glandulillas *paratiroides*, regulan también el metabolismo cálcico-magnésico; y su disminución secretora va acompañada de fenómenos de desmineralización (raquitismo, osteomalacia, caries dentaria), adelgazamiento, calvicie y tendencia *tetánica*.

Páncreas. A más de ser glándula de secreción externa del jugo pancreático, de tan importante papel en la digestión intestinal, arroja una secreción interna de no menor importancia, llamada insulina. Su función

consiste en regular el aprovechamiento de la glucosa del hígado y el de otros principios nutritivos, por las células; produciendo su falta, la presencia de azúcar en la sangre y la orina, la desnutrición y la caquexia, síntomas propios de la llamada *diabetes*. Es también estimulante del sistema nervioso *parasimpático*.

Cápsulas suprarrenales. Situadas encima de cada riñón, tienen una importancia secretoria que no corresponde, realmente, a su exiguo tamaño. Segregan *adrenalina*, que es una sustancia dinámogena, que aumenta el tono de las arterias (y por tanto la tensión de la sangre), neutraliza los venenos de la contracción muscular, estimula las funciones genitales, y es excitante específica del sistema nervioso *simpático*.

La falta de su secreción origina el llamado *mal de Addison*, caracterizado por fatiga, apatía, debilidad o astenia general, dolores, bronceamiento de la piel, y, finalmente, la muerte.

Glándulas sexuales. Son el ovario en la mujer y el testículo en el hombre, que, además de su secreción externa representada por el *óvulo* y el *espermatozoide*, respectivamente, tienen una importante secreción interna que da los caracteres sexuales respectivos, y estimula el correspondiente instinto sexual. (3)

Su falta conduce a la difumación de los caracteres sexuales (euniquismo, obesidad...) o incremento del desarrollo corporal.

Timo. Es una glandulilla, sólo existente durante la infancia, en la parte superior del esternón, cuya secreción interna es un freno al desarrollo sexual y mental, y un estímulo para el desarrollo físico. Previene contra la acumulación de ácidos (particularmente el fósforico) en el sistema. Desaparece en la pubertad.

Glándula coxígea. Situada en el extremo del coxis o rabadilla, es de funciones desconocidas, pareciendo ser que su atrofia ocasiona disturbios nerviosos.

La secreción de las glándulas ahora estudiadas, se modifica intensamente por las vibraciones emotivas y pasionales, lo que hace jugar a la emoción un papel de gran importancia en la producción de ciertas enfermedades (diabetes, enfermedades cardíacas, etc.). Las vibraciones físicas, cuando responden a plácidos y armónicos estados mentales, por el contrario, regulan y mantienen en una perfecta sinergia las secreciones internas de las glándulas todas. La importancia que para la vida tienen las citadas secreciones, depende de que no son sino el resultado en el plano químico de la conjunción de fuerzas que concurren al centro del

³ Durante el embarazo aparece en el ovario un nuevo elemento accidental de secreción interna: el *cuerpo amarillo* o *lúteo*, que se desarrolla en el sitio de donde salió el huevo fecundado y cuya función refrena y polariza en un sexo u otro, la acción excitativa de la hipófisis.

cual la glándula es expresión tangible. (4) Así se explica nuestra afirmación de que cada centro glandular es un nudo de comunicación entre el cuerpo y los

vehículos metafísicos. De aquí la trascendencia de la relación de unos jugos con otros, cuya aplicación médica insensata puede provocar, no sólo accidentes fisicoquímicos, sino también psíquicos, como ya estamos presenciando más veces de lo debido.

En toda emoción hay un factor psíquico (idea o sensación), uno expresivo (cólera, dolor...) y uno vegetativo (taquicardia, etc.), indiferente al factor psíquico (Marañón).

La secreción del tiroides prepara la emoción, por cuanto su exceso la favorece y su defecto la dificulta. Y así los enfermos de bocio oxoftálmico son muy emocionales y los mixedematosos muy indiferentes.

La adrenalina, o secreción interna de las glándulas suprarrenales, es la *causa orgánica* emocional (por esto el corazón late a gran presión), y la falta de ella dificulta la manifestación orgánica emotiva; (estos hechos fisicoquímicos no son sino expresión de la afinidad vibratoria entre el psiquismo inferior y el quimismo biológico, que ambos funcionan en plano atómico, como ya dijimos).

La vida del hombre puede dividirse en períodos de varios años, según la manifestación evolutiva de cada glándula interna, caracterizados por un tipo determinado de emociones, correspondiente al predominio de determinadas glándulas, cuya síntesis queda hecha, para comodidad del lector, en el cuadro siguiente, que resume la exposición hecha por Marañón:

<i>Edades</i>	<i>Glándulas que predominan</i>	<i>Emociones</i>
De 1 a 9 años (infancia)	Tiroides (nutrición), y timo	Instintivas, alegría y dolor
De 9 a 17 años (pubertad)	Tiroides, hipófisis (crecimiento), genital (poco)	Finas, complejas y vagas
De 17 a 33 años (adolescencia)	Tiroides, hipófisis, sexuales, suprarrenales (inestabilidad endocrina)	Epicas
De 33 a 45 ó 50 años (madurez)	Tiroides, hipófisis, sexuales, suprarrenales	Escasas
De 40 ó 50 a X años (climatérica)	Tiroides, hipófisis, sexual, suprarrenales. (Inestabilidad endocrina)	Líricas
De X a X años (senectud)	Disminución de todas las secreciones internas	Egoísmo

⁴ La palabra *hormon* con que se designa el *principio* activo de las secreciones internas (así como la palabra *enormon* con que Lordart designaba a la *fuera vital*), tiene su intuitivo origen, en la palabra *ormonta*, con que Hipócrates designaba aquel de los tres principios constitutivos de los seres (ta ixonta, ta exinomena y ta ormonta), o espíritu que *anima* a los demás principios: *Fuerza vital*, que nosotros decimos. Lo que apoya la idea de ser las glándulas de secreción interna, centros de fuerzas hiperfísicas.

El aparato pineohipofisario

Es notable por todos estilos que, el sentido del oído (o quinto sentido) no tenga una correspondencia tan clara con determinado sistema orgánico como la tienen los demás sentidos (la vista con el cerebro, el olfato con el aparato respiratorio, el gusto con el digestivo), y se nos aparece como órgano aislado, destinado a recoger una suerte de vibraciones (sonidos), que no es, ni con mucho, la más exquisita ni la más extensa. Pero he aquí que cuando esa gama de sonidos es combinada según excelsas leyes musicales por la intuición del genio, formando acordes, arpeggios, melodías, contrapuntos, etc., el sentido del oído adquiere un elevado rango, no superado por los demás. Se convierte en la entrada del aparato pineohipofisario, de funciones tan trascendentales como mal estudiadas. (5)

Existen en el cerebro, como hemos visto, dos pequeños órganos glandulares, en relación anatómica y fisiológica bien demostrada: la Hipófisis y la Pineal, que hemos considerado como el catodo y el anodo, respectivamente, del gran mecanismo electroquímico que es el sistema nervioso. La primera, francamente pulsátil, aumenta su actividad con los esfuerzos mentales, llegando sus vibraciones (si nos referimos al centro de fuerza al cual corresponde) o sus hormonas (si hablamos en lenguaje químico) a despertar la actividad de la pineal.

Estas dos glandulillas son, abundando en la idea de Crookes, especie de antenas receptoras y emisoras de la vibración mental, por las que se emiten o reciben pensamientos positivos (constructivos) o negativos (destructivos), según las leyes de sintonización mental que rigen estas operaciones, y cuyo análisis no es de este lugar. (6)

Por otro lado, estas glándulas son los órganos donde se manifiestan las más elevadas operaciones intelectuales del ser humano, como ya intuyó Descartes, al decir que *la pineal es el asiento del alma*, afirmación de la cual se han reído muchos sabios contemporáneos, para acabar la ciencia dándole la razón. (7) Y he aquí que encontramos la importantísima misión del sentido del oído, cuando pensamos que existen ciertos acordes y sonidos, abundantes en los cantos litúrgicos religiosos, en las obras de los grandes maestros y en la articulación de ciertas palabras (los famosos *mantras* de los indos y quizá las "fórmulas mágicas" de los egipcios), que

⁵ Crookes, en una conferencia dada en 1888 en Birmingham, expuso la idea de que en alguna parte del cerebro, podía haber un órgano capaz de recibir vibraciones aun no percibidas por los instrumentos, cuya existencia explique la transmisión del pensamiento y los numerosos casos de *coincidencias* a distancia.

⁶ La *arenilla* observada recubriendo la pineal, vendría a ser para los fenómenos mentales, lo que el radio-conductor de Branly-Marconi es para las ondas hertzianas. La arenilla pineal, como las limaduras de plata del radio-conductor, se orientan por la oscilación vibratoria, dejando pasar la corriente correspondiente, una vez vencida su resistencia.

⁷ Sabido es que la pineal está simbolizada en el clásico "tercer ojo" de los cíclopes mitológicos; y la manifestación de sus funciones no ha dejado de ser expresada por los artistas de todos los tiempos, en esos halos o haces de luminosidad nimbando la cabeza de los santos o seres espiritualmente elevados. Y esto desde los tiempos más remotos; lo que nos prueba el conocimiento arcaico de las funciones de la pineal.

tienen la particular influencia de intensificar las pulsaciones de la hipófisis (influencia fisiológica puramente psíquica), en los sujetos sensibilizados y educados para ello.

El funcionamiento del *aparato pineohipofisario*, está íntimamente ligado con el del sexo, no sólo por las relaciones de la secreción interna, que ya hemos visto, de las glándulas de uno y otro, sino por su inversa significación y finalidad.

Expliquemos esto.

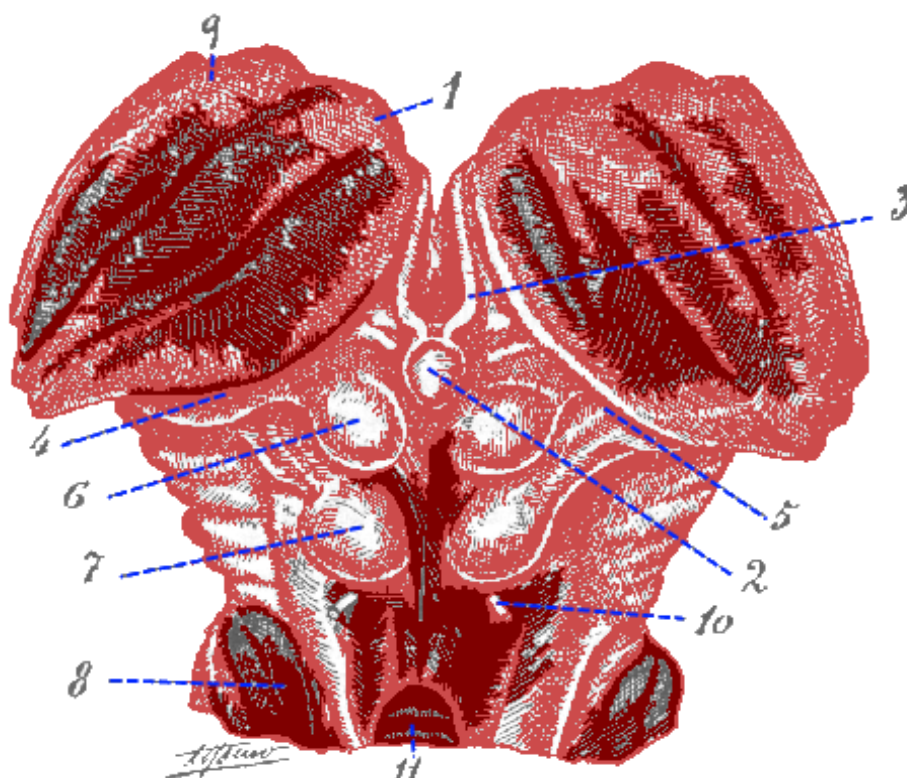


Fig. 9. *Núcleos encefálicos opto-estriados*. (Obsérvese la sorprendente semejanza del conjunto con los órganos sexuales de ambos sexos): 1, Tálamo óptico; 2, Glándula *pineal* o epífisis; 3, Sus pedúnculos anteriores o *habena*; 4, Cuerpo geniculado externo; 5, Cuerpo geniculado interno; 6, Tubérculo cuadrigémino anterior o *nate*; 7, Tubérculo posterior o *teste*; 8, Pedúnculo cerebeloso medio; 9, Surco optoestriado; 10, Nervio patético; 11, Válvula de Vieussens. (Entre los dos pedúnculos que forman la *habena* se ve el ventrículo medio, y en la parte superior la abertura llamada *vulva*)

Dijimos que en la parte posterior de los hemisferios cerebrales, existe un conjunto de órganos, constituido por la glándula pineal y los tubérculos cuadrigéminos. Y es curiosísimo, hasta hacemos meditar que sea algo más que una simple coincidencia, el hecho de que los tubérculos cuadrigéminos posteriores sean llamados *testes* (testículos); los anteriores, *nates* (*nalgas*); los pedúnculos anteriores de la pineal (¿penal?) son llamados *habena* (orquilla, como en la vulva) existiendo un orificio cerca de ellos, llamado *vulva*, y próximo inferiormente, otro orificio llamado

ano, que comunica con el acueducto de Silvio. Todo esto nos demuestra la sabiduría antigua en la apreciación y estudio de la anatomía y fisiología humanas.

También dijimos que la *glándula pineal* es depresora del instinto y funciones sexuales, como sucede también con el *timo*, y que en cambio la *hipófisis*, el *tiroides*, las *genitales* y las *suprarrenales*, son estimulantes o activadoras de las funciones genésicas. Según el individuo va entrando en la pubertad, empieza a manifestarse la mayor actividad del tiroides y la hipófisis, y débilmente la de la glándula sexual, acciones hasta entonces perfectamente compensadas por la secreción complementaria del timo y la pineal. Pero cuando, ya camino de la adolescencia, se intensifica la función de la glándula sexual, aumenta la tiroides y entra en escena de un modo patente la de las suprarrenales, todas activadoras del sexo, el equilibrio endocrino se polariza en la manifestación sexual, porque vencen las secreciones activadoras. Si extirpásemos la glándula sexual, la pineal y la hipófisis se compensarían, apareciendo los caracteres neutros del eunuco, pero si destruyémos la pineal, desaparecería el freno, cayendo el sujeto en el erotismo y aun la imbecilidad. Todo esto quiere decir que, es menester de un cierto equilibrio de secreciones, para que funciones tan importantes no se salgan de sus cauces normales, y que la anulación (voluntaria o no) del poder genital, tiene, para no destruir la armonía orgánica, que ser compensado con un exceso de función de la hipófisis; lo que equivale a decir que el *sacrificio sexual sólo debe hacerse a cambio del desarrollo de facultades elevadas*, manifestadas, como ya hemos dicho, en el mencionado aparato pineohipofisario. Y una vez que se ha intensificado la función hipofisaria por intensas prácticas de meditación (ejercicio mental metódico), las vibraciones de esta glándula (sea o no por medio de sus secreciones), alcanzan la pineal, despertando la función de este órgano del Yo, sensibilizándolo y preparándolo para la percepción de nuevos y más altos estados de conciencia. Haciendo buena la frase de Platón, "dioses sois y lo habéis olvidado".

En este aspecto tan importante de la fisiología humana, han fracasado de un modo rotundo tantos infelices pseudomísticos, que han tratado de hacer el sacrificio del sexo sin poseer la suficiente fuerza o capacidad mental. Y es que la conquista del espíritu debe hacerse, no anulando, sino resistiendo o encauzando las llamadas de la carne. Cosa que tiene un doble aspecto, porque la espiritualización no sólo se hace a costa de los egoísmos y placeres de la naturaleza inferior, sino que, esa fuerza sexual en tan grande caudal acumulada en los correspondientes órganos, cuando se fortalece con el poder (vir) de la castidad bien entendida, se transfiere a los órganos superiores del encéfalo, poniendo al hombre en condiciones de superación. (8)

Conviene no olvidar, finalmente, que, la fuerza creadora sexual

⁸ La mentalidad y la sexualidad están en razón inversa en cuanto a su función de libramiento fisiológico, porque suponen la acción de una sola fuerza polarizada hacia el polo positivo (cerebro) o hacia el negativo (sexo). Pero en razón directa en cuanto a su capacidad global, pues las personas de gran potencia mental, suelen tener también gran potencia sexual.

y la fuerza creadora mental, son las modalidades negativa y positiva, respectivamente, de una única fuerza creadora, de cuyo origen, circulación y distribución, hablaremos en la lección siguiente.

El sistema nervioso simpático o de la vida vegetativa

El sistema nervioso simpático, vegetativo o neuroglandular

El sistema nervioso de la vida vegetativa se compone de dos partes: El *sistema autónomo o parasimpático* y el *sistema simpático* propiamente dicho.

Sistema parasimpático. Está formado por una *porción mesocefálica*, que manda fibras nerviosas destinadas a la contracción del iris y del ciliar, procedentes del motor ocular común, a través del ganglio ciliar. Otra *porción bulbar*, compuesta por el *nervio vago*, que suministra fibras a la faringe, laringe, bronquios, corazón, estómago, hígado, páncreas, intestino delgado, colon y riñón; *fibras salivares*, que inervan las glándulas de este nombre, y *fibras vasodilatadoras* para la piel y mucosas de la cabeza. Finalmente, una *porción sacra*, que emerge del ganglio pélvico y manda fibras al colon descendente, recto, genitales y vejiga de la orina.

Sistema simpático. Está constituido por dos cordones nerviosos situados a lo largo de la columna vertebral, que parten del encéfalo y se unen en la parte inferior del coxis, los cuales presentan en su trayecto numerosos ganglios. Estos reciben ramas de los nervios raquídeos (o sea del sistema nervioso cerebro-espinal), y emiten a su vez filetes nerviosos de los que, unos se unen a diferentes nervios raquídeos y craneales (ramos anastomóticos), y otros se distribuyen a través de nuevos ganglios y plexos, siguiendo el trayecto de las arterias, en los órganos correspondientes.

El sistema nervioso simpático comprende cuatro porciones: *cervical, torácica, lumbar y pelviana*. Sus fibras eferentes inervan la pupila (dilatadoras), las glándulas salivares (secretoras), los vasos de la piel y mucosas de la cabeza, a los cuales contraen (vasomotoras), el corazón (aceleradoras), los bronquios, el estómago (vasomotoras), intestino, hígado, páncreas, bazo, riñón, colon y recto (inhibidoras), genitales y vejiga de la orina.

A esto hay que agregar los *centros vegetativos* (del cuerpo estriado, subtalámicos, para-hipofisarios, etc.) alojados en el encéfalo; los ganglios del *sistema entérico* de Langley, y los *acúmulos ganglionares viscerales*, situados en el interior de las paredes de los órganos (corazón, estómago, etc.), que dan cierta autonomía o automatismo a su función.

Como resumen diremos que, *la doble inervación simpática y parasimpática es general a todos los órganos*, exceptuando quizás los músculos de los vasos del intestino y estómago, los erectores del pelo y las

glándulas sudoríparas. Da una magnífica idea de conjunto el esquema que presentamos a la consideración del estudiante. (fig. 10).

Ahora bien; entre el sistema simpático y el parasimpático, existe un bien definido antagonismo funcional que ha permitido establecer dos síndromes, según predominen las acciones de uno y otro: el *síndrome simpático-tónico* y el *síndrome parasimpático-tónico* o *vagotónico*.

El *síndrome simpático-tónico* se caracteriza por dilatación pupilar (midriasis); proyección de los ojos (exoftalmos); aceleración cardíaca (taquicardia); disminución del sudor (piel seca); estreñimiento; disminución de la acidez gástrica; aumento de la tensión sanguínea (hipertensión); presencia de azúcar en la orina (glucosuria); disminución de tolerancia para el azúcar; convergencia defectuosa de los ojos, y otros menos ostensibles.

El *síndrome vagotónico* presenta contracción pupilar (miosis); ensanchamiento de la hendidura palpebral; aumento de secreción lagrimal y salivar; sudoración fácil; tendencia a la diarrea; lentitud cardíaca (bradicardia); descenso de tensión sanguínea (hipotensión); aumento de acidez gástrica; eosinofilia (véase "Análisis de la sangre"); espasmo del esófago, píloro, vesícula biliar y bronquios; tolerancia para el azúcar; tendencia a la incontinencia de la orina y heces; ausencia de glucosuria y otros.

La *adrenalina* excita exclusivamente el simpático; la *insulina* actúa predominantemente excitando el parasimpático; la *tiroidina* actúa indistintamente sobre los dos.

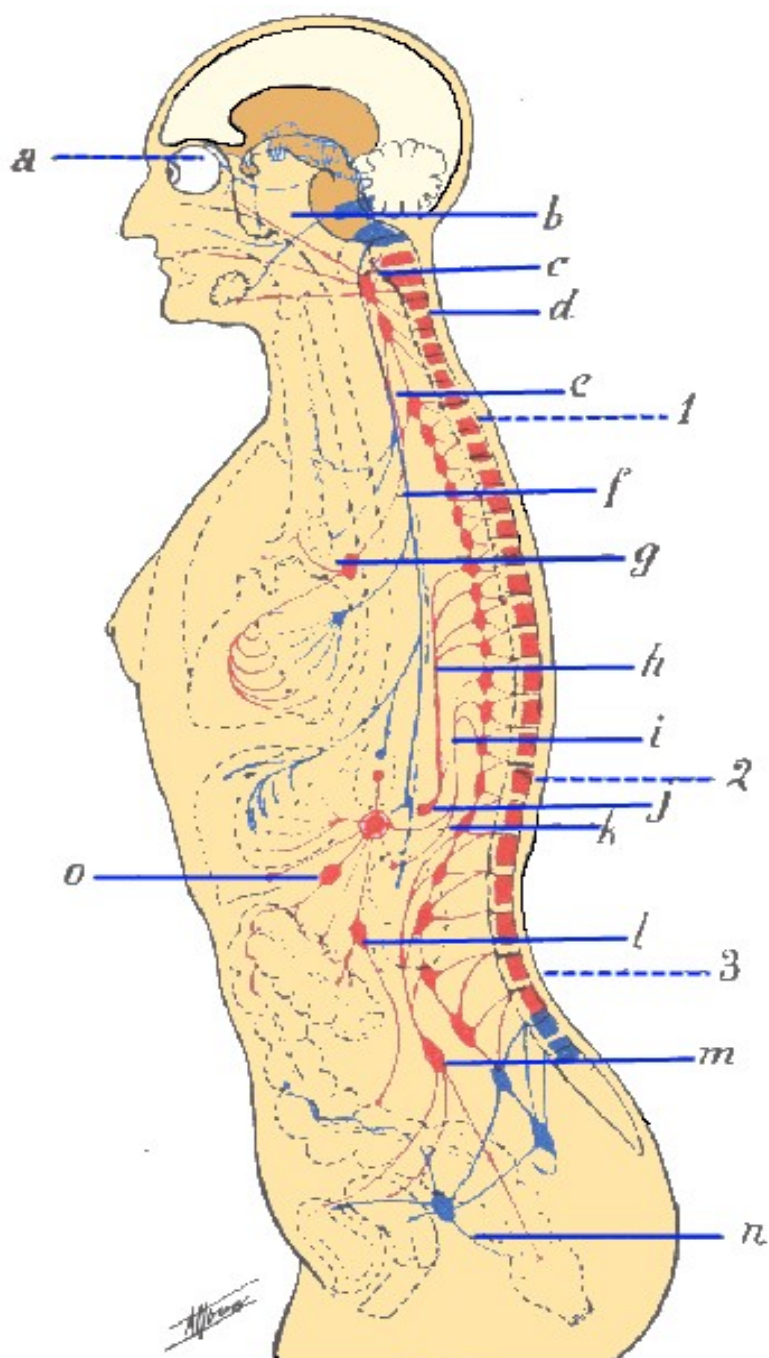


Fig. 10. *El sistema nervioso, simpático, vegetativo o neuro-glandular.* (Esquema) Sistema simpático propiamente dicho, en rojo. Sistema parasimpático o autónomo, en azul. Centros vegetativos encefálicos, recuadros en azul: *a*, Motor ocular; *b*, Cuerda del tímpano; *c*, Ganglio cervical superior; *d*, Ganglio cervical medio; *e*, Ganglio cervical inferior; *f*, Nervio pneumogástrico o vago; *g*, Ganglio de Wrisberg (plexo cardiaco); *h*, Nervio esplácnico mayor; *i*, Nervio esplácnico menor; *j*, Ganglio semilunar y Asa memorable de Wrisberg; *k*, Plexo solar; *l*, Ganglio mesentérico superior; *m*, Ganglio mesentérico inferior; *n*, Ganglio pelviano o hipogástrico; *o*, Ganglio celíaco; 1, Primera vertebra dorsal; 2, Primera vertebra lumbar; 3, Primera vertebra sacra.

Lección VI

REACCIONES GENERALES ORGANICAS SEGUN TIPO TEMPERAMENTO Y CONSTITUCION

Al hablar de la Síntesis vital armónica (pág. 25), hemos sentado un concepto que podemos definir así: *El hombre no es el centro de la vida, ni tiene la capacidad de modificar a su capricho los demás elementos del medio que le rodea, sino que es uno de tantos seres del medio universal, con sus limitaciones y deberes que cumplir dentro del conjunto armónico de la Naturaleza.*

Descartando pues el criterio hemocéntrico como contrario a la serena observación de los hechos, dejemos la palabra, por unas líneas, a las sensatas observaciones del doctor C. Ruiz Ibarra: (1) "Es el criterio homocéntrico el que rige en los estudios médicos, porque los estados de enfermedad se estudian principalmente en cuanto molestan al paciente, dificultan su vida ordinaria, contrariando su deseo. En lo que se relaciona con la alimentación humana, por ejemplo, se trata de combatir todo fenómeno anormal que dificulta comer lo que la glotonería humana ha idealizado como el *summum* del placer gastronómico, y se tiene como comida normal no lo que se ha demostrado ser lo adecuado a la naturaleza humana, sino lo que el hábito al servicio del deseo ha establecido como normal; es decir, que en vez de estudiar la organización humana y la alimentación, para adaptar ésta a aquélla, se intenta modificar aquélla para adaptarla a lo que el deseo pide que sea ésta. En todas las demás funciones, si se mira serenamente el asunto, se ve la misma orientación; mucho más se ve en la mayoría de los tratamientos en estados de procesos morbosos; hay un dolor por fatiga de un órgano u otra manifestación, cualquiera de desfallecimiento y no se procura el descanso necesario, sino que se calma el dolor o la manifestación que sea, suprimiendo la sensibilidad; ahí están la infinidad de drogas anunciadas por todas partes y la infinidad de laboratorios dedicados a su fabricación, para confirmar esta verdad. Se estrechan orificios orgánicos a fuerza de contraerse y se hace ver que se pueden hacer impunemente orificios artificiales; se manifiesta una blenorragia y se dice que se fabrican vacunas con las que se cura esta afección, quedando después el paciente como si nada hubiera

1 *Acción Naturista*, núm. 87, año 1926, pág. 93.

pasado; se estrechan las arterias porque la sangre se alteró y no puede circular ya por las de calibre y tensión fisiológicas, y con drogas se pretende modificar el retardo circulatorio para poder seguir fumando y bebiendo; se habla de terapias esterilizantes contra la sífilis, se destruyen funciones orgánicas con los rayos X, por hemorragias, cuya verdadera causa no se busca, pues si se buscara, muchas veces se vería que está en la comida, en la respiración o en el ejercicio del paciente, que quiere que le supriman la hemorragia para seguir haciendo su vida... etc. En una palabra, si somos sinceros hay que confesar que se hace creer al pueblo que puede vivir sin restricciones, que los tratamientos médicos compensarán las consecuencias que las transgresiones fisiológicas traigan."

Si la armonía de la vida humana, depende de sus relaciones con los demás factores que integran el medio vital circundante, se deduce la extraordinaria importancia que para nosotros tiene la cantidad y calidad de las reacciones habidas entre el individuo y el medio; reacciones recíprocas (véase Ley de Adaptación, pág. 20) e ineludibles.

Haremos bien en recordar que la base de toda reacción interbiológica o intrabiológica, estriba en la existencia en la célula (y aun en la molécula) de los tres grupos de fuerza: *creadoras, conservadoras y destructoras* (pág. 41). Estas fuerzas que *mantienen* la vida, al manifestarse en la dinámica vital, lo hacen (al fin y al cabo como todo éter vital) en dos polaridades: fuerzas *conservadoras o reaccionarias* y fuerzas *progresivas o de adaptación*. Verdaderos polos *negativo y positivo* de las libraciones energéticas de la vida.

Así toda reacción orgánica se basa en estos dos hechos:

El organismo toma aquello a que está adoptado, para mantener la normalidadPolaridad negativa.

El organismo se adapta a nuevos factores, para evolucionarPolaridad positiva.

El polo negativo está condicionado por aquella suerte de fuerzas orgánicas, conservadoras o de reacción (exactamente igual que en los organismos sociales) que tienden a la conservación del ser, reaccionan contra las causas externas para lograr el equilibrio orgánico y tratan de expulsar a todo agente que venga a alterar o modificar el primitivo estado de armonía. El conjunto de todas estas fuerzas, constituye, en una palabra, la *vis medicatrix*, fuerza medicatriz o energía individual curativa, que trata de insubordinarse contra todo aquello a que el organismo no está adaptado.

El polo positivo está condicionado por todas aquellas otras fuerzas progresivas o de adaptación (igual también que en el aspecto social), que, buscando estados de armonía más elevados, llegan a poner en peligro la integridad orgánica con tal de lograr adaptaciones a elementos más armónicos con la finalidad de la vida, y por ende el progreso evolutivo de los individuos, las especies y los reinos.

Naturalmente que, si pudiese dominar solamente el polo negativo, no lograríamos ningún progreso y viviríamos en un estancamiento evolutivo absurdo y contra natura, que pronto daría al traste con nosotros. Y si, por el contrario, dominase únicamente el polo positivo, estaría-

mos expuestos a desintegrarnos, como el humo, a fuerza de querer progresar tan de prisa. Todas las polarizaciones son nocivas, como nos demuestra la vida a todas horas.

La ponderación es el fundamento del equilibrio y de la armonía. Los planetas giran en una majestuosa armonía alrededor del sol, porque ni se dejan arrastrar por la fuerza centrípeta, gracias a la centrífuga de translación, ni ésta es tan potente que venza a la centrípeta y se vayan por la tangente. El número, la proporción, la subordinación, son los secretos de la armonía.

Estos conceptos son de importancia extraordinaria en el ejercicio de la medicina, porque la terapéutica no es otra cosa que el arte de estimular, es decir, de provocar reacciones; y éstas, están condicionadas por la ley de adaptación que, como ya vimos, nos dice: "Todo lo existente se adapta a las condiciones del medio que le rodea, para defenderse de él y aprovecharle en propio beneficio". Esta ley es recíproca, por cuanto los seres modifican el medio, siendo a ellos, por más activos, a quienes corresponde la iniciativa del cambio. Y esta ley de adaptación, que con la de selección y la de herencia, condiciona toda la evolución de los seres, se ejerce fisiológicamente por la acción alterna de agentes contrarios (calor y frío, día y noche, invierno y verano, trabajo y reposo...) o sea por el ritmo de las excitaciones y correspondientes reacciones. De esto se deduce que, la oscilación medida entre los citados polos positivo y negativo, es la clave de la normal evolución y progreso. Por tanto hay que dar a los seres, para conservar y restablecer la normalidad orgánica, aquello a que estaban adaptados, mas a prudentes dosis al principio, aquello a que, por ser mejor a su finalidad, deben adaptarse.

Pero hemos de ir poco a poco dando preponderancia a los elementos progresivos, a las nuevas adaptaciones, al mismo tiempo que vamos restando elementos de antiguas y patológicas adaptaciones, si las hubiese. Y todo esto con oscilaciones (contrarias) de más o de menos, según la intolerancia o tolerancia del organismo. Y de este modo llegará un momento en que éste se encontrará adaptado a lo que debe según la finalidad, habiéndose convertido las fuerzas progresivas del polo positivo en las conservadoras de las nuevas adaptaciones (2), y manifestándose fuerzas progresivas nuevas, que habrán hecho elevarse hacia el ideal el polo positivo.

Un ejemplo referente al fenómeno enfermedad y su tratamiento, dará mucha luz a nuestro razonamiento.

Partamos de la base de que existen las dos conocidas modalidades de enfermedad: la aguda y la crónica. En la enfermedad aguda el organismo trabaja con todas sus fuerzas, exaltando sus funciones para expulsar la causa morbosa; en la crónica, aunque existiendo lucha contra el mal, existe también un cierto grado de adaptación a la presencia de causas mórbidas, con remisión de las funciones fundamen-

2 Fenómeno exactamente igual al que se da en las organizaciones sociales. Todos los revolucionarios, se hacen conservadores y reaccionarios en cuanto llegan al poder. Cosa lógica y que obedece a una ley que, generalmente ignoran los hombres públicos.

tales de la vida, y cuya pasiva resistencia agota la energía individual, conduciendo a la muerte, si no la agudizamos o suprimimos causas por medio de una terapéutica adecuada.

Vemos pues, que frecuentemente el organismo se adapta a lo patogénico, ya sea toxina intraorgánica, ya sea elemento externo anti-fisiológico (mal alimento, aire impuro, tabaco, morfina...), y este hecho no puede explicarse más que por deficiencias de vitalidad y constitución. Buena prueba de ello es que las personas fuertes y robustas son más propensas a las enfermedades agudas por su gran potencial defensivo, y que los enfermos crónicos que adoptan la terapéutica natural, evolucionan en el sentido de una mayor propensión a las crisis agudas, prueba irrefutable del aumento de su vitalidad.

La noción de los polos terapéuticos se impone, pues, a la cabecera del enfermo y en nuestra sala de consulta.

Es indudable que, el enfermo crónico que nos pide consejo, solamente puede mejorar suprimiendo los hábitos y alimentos nocivos, a los cuales patológicamente está adaptado en resistencia pasiva; pero no es menos indudable que, suprimiéndole bruscamente sus habituales elementos de vida y dándole otros a los cuales no esté adaptado (aunque sean más en consonancia con la finalidad del ser humano) podemos ocasionarle fenómenos de desadaptación (desnutrición, desmineralización, extenuación), que pueden ser más graves que su propio mal, como hemos dicho en otra ocasión.

Así pues el arte de excitar que supone toda terapéutica, no es tan simple como muchos suponen, y es necesario condicionarle siempre a las características individuales que son las que determinan la reacción.

Ya al hablar de los temperamentos hemos visto algunas de las características de su modo de reaccionar (pág. 48) También el estudio de los tipos (pág. 44) nos enseña su modalidad reactiva, que va pareja con sus caracteres psicológicos. A esto hay que añadir los modos de reacción que dependen de la constitución, modo de vida, estado de enfermedad, etc., que no pueden concretarse en una clasificación rígida, y que exigen un estudio individual en cada caso. Pues lo interesante en la práctica es valorar el conjunto de estas condiciones.

Hagamos aun las siguientes consideraciones que servirán de guía general en la práctica.

A todos se nos presenta el mismo aire, los mismos alimentos, el mismo ambiente social, las mismas tentaciones, etc., y sin embargo, unos sacan más calorías de los alimentos, vencen los peligros mortales, se mantienen justos en medio de la corrupción social... y otros en cambio, no se nutren bien por mucho que coman, se dejan llevar de las pasiones sugeridas por el mundo, no reaccionan contra el mal, etcétera.

Esta variación de transformación de las energías externas que actúan sobre el individuo, es la causa de que no se puedan dar reglas fijas para la alimentación, para la curación de enfermedades, para

el estudio, para la educación, etc., sino solamente reglas generales en cuanto somos seres humanos.

El tipo cerebral transforma más cantidad de energías psíquicas que el de movimiento y el de nutrición. En cambio éste transforma más cantidad de elementos materiales, y el de movimiento más cantidad de energías vitales y fluidos. El cerebral reaccionará más a las manifestaciones psíquicas; el de movimiento más a las mecánicas y fluídicas; y el de nutrición más a las materiales químicas.

De los temperamentos diremos cosa semejante. El cefálico transformará y reaccionará más y mejor a aquellas energías externas propias al cerebro (luz, sonidos, energías psíquicas); el raquídeo a aquellas propias de la médula (roces, presiones, masaje, movimiento); el torácico a aquellas propias del corazón y pulmones (aire, ejercicio); el abdominal a aquellas propias del vientre (sustancias químicas), y el parablástico se caracteriza por la deficiente reacción y transformación de energías externas.

De todo esto se deduce que a cada tipo y temperamento debemos procurarle la mayor pureza, naturalidad y fisiologismo de aquellas energías que por su especial predominio le son más necesarias, pues precisamente este predominio hace que esas energías externas sean el fundamento de su peculiar modo de vida. Así, tan perjudicial sería hacer trabajar a un individuo de tipo cerebral sin luz de sol, como a uno de movimiento con mal aire (por lo que es tan corriente la tuberculosis en los tipos de movimiento que habitan en las grandes urbes), como a uno de nutrición con alimentos cárneos, como a un temperamento torácico con aire impuro, o a uno abdominal sin alimentos crudos, etc.

La constitución o capacidad de reacción a los excitantes externos (que se reconoce muy especialmente en el iris del ojo), es también dato importante de tener en cuenta, por cuanto según sea ella, y cuanto peor sea, menos debemos exponer al organismo a conflictos con energías externas antifisiológicas, y más debemos recomendar la recta y rigurosa vida natural.

La contextura mental psíquica, también condicionará el régimen de vida, pues daremos razones al hombre razonable, sensaciones al sensitivo (niños), imágenes al imaginativo, etc. Pensando, finalmente, que solamente la vida según las leyes naturales, es capaz de acabar con toda clase de predominios y llevar al hombre al grado de armonía que supone la íntegra salud.

Lección VII

EL CRITERIO NATURISTA EN MEDICINA

Para el que haya meditado toda la primera parte de estas lecciones, quedará perfectamente claro el criterio biológico y médico en cuanto al modo de pensar naturista se refiere.

Y ninguna síntesis mejor que, la que a modo de conclusiones, hace el doctor José Conde, en su admirable folleto: "Naturismo y Naturismo Médico".

1ª Es preciso distinguir y recordar las dos significaciones siguientes de la palabra Naturaleza.

- a) reunión de todos los seres de la Creación, El Universo.
- b) El organismo en cuanto tiende a conservar la salud y a restablecerla cuando la ha perdido.

Del vocablo "Naturaleza" en su acepción a) se derivan las voces "naturalidad" y "naturismo"; pero cuando decimos *Naturismo Médico*, nos referimos a la acepción b).

2ª Debe evitarse la confusión entre *Primitivismo* y *Naturismo*. El primero es propio del hombre primitivo, el segundo es patrimonio del civilizado. En el primero encontramos la naturalidad inconsciente; en el segundo, la naturalidad consciente. Los actos naturales, en el hombre primitivo (como en el animal), son naturales por instinto; y en el hombre civilizado lo son por reflexión.

3ª El naturista debe evitar también caer en el *naturalismo*; error filosófico que supone a la Naturaleza autora de sí misma y confunde los dos conceptos: Principio Creador y Naturaleza.

4ª El Naturismo en su origen, no es más que un sistema opuesto al artificialismo; o en otros términos, el Naturismo podemos considerarlo como una reacción contra el artificialismo.

5ª El objeto de estudio del Naturismo es la *naturalidad de nuestra vida*.

6ª El concepto de Naturismo puede sintetizarse diciendo que es *la ciencia que, oponiéndose al artificialismo, estudia las Leyes naturales que rigen nuestra existencia y mediante el cumplimiento de dichas Leyes, aspira al perfeccionamiento humano integral*.

7ª Definición: *Naturismo es el sistema científico-filosófico que estudia y propone la naturalidad en todos los actos de nuestra vida.*

8ª *Naturismo médico* es el sistema médico fundado por Hipócrates, que supone la existencia de una fuerza (*natura conservatrix* y *medicatrix*) de la que depende esta tendencia del organismo a conservar la salud y a recobrarla cuando la haya perdido.

9ª No se debe confundir el *Naturismo* con el *Vitalismo*. Son dos opiniones compatibles, pero no idénticas.

Estas conclusiones, que en el fondo no son sino una magnífica genealogía del criterio naturista, dejan claramente resumido nuestro modo de enfocar los problemas de la vida. Y a ello vamos a agregar los fundamentos que en materia médico-naturista dejó expuestos nuestro inolvidable maestro el doctor Jaramillo, buen definidor de estos conceptos.

1º En Medicina Natural no se combaten dolencias ni se lucha contra enfermedades; toda la acción de esta medicina se concreta en ayudar a las fuerzas orgánicas con un eficaz y consciente laboreo de *naturalizar* los *medios de vitalización*, en los que y con los que actúan dichas fuerzas, y éste es el único procedimiento lógico y racional de reintegrar al organismo a su normalidad funcional, cuyo inmediato resultado es el estado de salud.

2º Esta labor, única, de *naturalizar los medios de vida*, en que se concreta toda la función de la Medicina Naturista, se expresa por lo que se llama *crisis curativas* o *curvas críticas*, que no son otra cosa que la exteriorización, en forma de variadas molestias y de *aparentes empeoramientos*, de todos los movimientos, que en el interior del cuerpo, efectúan las fuerzas vitales, al reaccionar contra los elementos extraños o morbosos que con la *desnaturalización* de la vida se van acumulando en el organismo. Estas crisis son pues tan necesarias para la cura natural, que sin ella la cura no puede efectuarse. (1)

3º Con lo ya dicho, claramente se comprende, la incompatibilidad que existe entre ambas Medicinas, como que la finalidad de cada una es radicalmente opuesta y contraria. La Medicina Natural labora para limpiar y depurar el cuerpo de todo cuanto impide su funcionamiento, sin preocuparse de las protestas que la esfera sensitiva formule, con quejumbres de flaqueza, por las molestias que origina tan indispensable como beneficiosísima labor depuradora y rehabilitadora; la Medicina escolástica, por el contrario, acusando una condición de puro servilismo, atenta, únicamente, a la dicha protesta de la esfera sensitiva, con su empirismo terapéutico, va a contrarrestar las reacciones depuradoras, saneadoras, de las energías orgánicas, retrollevando al interior del organismo las *toxinas* o detritus morbosos, acrecentando

1 Esto, teóricamente verdadero, no es absoluto en la práctica, porque en muchos casos la potencia defensiva y eliminadora orgánica, realiza las operaciones depurativas y armonizadoras casi sin salirse de los límites habituales de la cantidad funcional. Y entonces no hay una verdadera crisis, al menos en lo que atañe a la esfera sensitiva. No es pues fatal el pretendido empeoramiento, que también acusan los homeópatas con el nombre de "agravación homeopática"

el morbosos acervo con sus empeoradores fármacos, e imposibilitando con ello, a veces de un modo definitivo, la rehabilitación de la normalidad funcional del organismo.

4° La actuación naturista, exige del actuante, un ánimo tranquilo y sereno en todos los momentos de su actuación; enajenarse de la noción del tiempo y no preocuparse más que de mantener el espíritu del que está bajo la acción saneadora, constantemente levantado y optimista, para que la labor *naturalizadora* del médico no se perturbe en ningún momento, con impacencias ni inquietudes de ningún género.

5° Si el naturista está obligado a ir depurando su mente y su conciencia de convencionalismos, errores, prejuicios y rutinas, la tal obligación llega a su máximo en su actuación auxiliadora.

Por fin, la labor naturista, requiere, más principalmente y más primordialmente, la depuración y perfeccionamiento de la esfera psíquica que de la física. Se convive mejor con un semejante correcto en palabras y obras, amoroso, tolerante y sencillo, modesto y de amplia comprensión, aunque su régimen de alimentación sea impuro, que con aquel que, observando un régimen severo y de refinada pureza en su vida física, posea una psicología retorcida, oscura y poco o nada refinada.

Veamos ahora las bien meditadas razones de otro de los más eminentes médicos españoles, el doctor Ruiz Ibarra, sobre el criterio que venimos sustentando, para que no falte en nuestra exposición la opinión de los más destacados representantes de la medicina naturista hispana.

"Cuando se estudia la vida con un criterio finalista, no limitando la observación de los hechos a la apreciación del mecanismo 'por el cual' se producen, ni aun a la de las causas 'por qué' se producen, sino que después de esto se plantea el hombre de estudio la interrogación de 'para qué' se produce aquel fenómeno, creemos que es cuando los problemas biológicos quedan colocados en el terreno de verdadera utilidad para la humanidad.

Por desgracia, hoy en día los hombres de ciencia huyen de este criterio teleológico; temen caer en un terreno de fantásticas hipótesis y en el ambiente de positivismo físico en que se mueven las generaciones actuales esto parece poco serio y poco científico; hoy no se cree científico más que aquello que puede ser repetido experimentalmente y apreciado por los sentidos; no se cree ya en los procedimientos filosóficos, y mucho menos aún, en el valor de la intuición. Y sin embargo, los fisiólogos actuales, que hasta suelen en sus obras advertir previamente que creen que su deber les impide entrar en estudio de la finalidad de funciones sin darse cuenta y hasta contra su voluntad, caen siempre, al final de sus trabajos, en la tentación de llegar a razonamientos teleológicos. Y es que sin ellos queda un vacío inmenso en todo espíritu inquisitivo. Es que sin preguntarse: y esto, ¿qué fin persiguirá? ¿Qué relación tendrá, en último resultado, con el fin de la vida? -¿Para qué vivimos?; en último final, no queda

satisfecha la consciencia. Es el acicate continuo del eterno problema 'de dónde venimos y a dónde vamos', que, quiera el hombre o no, es su constante pesadilla.

Si se acepta la unidad en la constitución de la naturaleza humana y su triple manifestación, física, intelectual y moral, no se puede cumplir la finalidad de la vida, el progreso, sin establecer un orden y una armonía entre las funciones que integran esta naturaleza humana en su triple manifestación. Dificultado se hallará para su fin un individuo fuerte físicamente, pero poco inteligente, aunque sea bueno; y dificultado igualmente el inteligente y bueno, pero con anormalidades físicas, como lo estará el normal física e intelectualmente, pero amoral; cada uno en proporción distinta, desde luego, pues hay jerarquías en las funciones.

Solamente la armonía -entiéndase bien, la armonía, no la unitonalidad -entre las funciones con que se manifiesta la vida humana, dará la resultante "progreso", alcanzando el tipo del hombre fuerte, bello, inteligente y bueno, que persigue el naturismo como ideal.

Y este conjunto armónico es al que debiéramos llamar *salud*, y al estudio de los medios que nos llevarán a su consecución, *Ciencia de la Salud*, que debía ser el objeto de la Medicina.

Mas, por desgracia, por el contrario, la medicina se ocupa solamente de la enfermedad; casi todas las inteligencias dedicadas a esta rama del saber humano no tienen más preocupación que el fenómeno morboso, y aun las investigaciones en el campo de la Fisiología, tienen su mira puesta en el problema de la enfermedad; todos los desvelos van encaminados a combatir la enfermedad, y es que creen que combatir la enfermedad es crear salud, y esto no es así. Salud y enfermedad no son dos cosas distintas que interfieran la una con la otra; son dos polaridades, son dos estados de la misma cosa, son como miseria y riqueza, coma luz y oscuridad; y por esto, como tienen que existir la una y la otra, es solamente intensificando una fase de la polaridad como se disminuye la opuesta; no es combatiendo la miseria con la caridad, como aquélla llegará a desaparecer ni a disminuir en la proporción debida, sino creando riqueza; no es combatiendo las tinieblas de un recinto pintándolo de blanco como se le iluminará, sino aumentando la luz en él; no es combatiendo la enfermedad, sino creando salud como cumplen los seres sus fines biológicos.

Ni la patología ni la higiene actuales, pues ésta limita su campo a la evitación del fenómeno morboso, sin evitar sus causas primarias fundamentales, satisfarán las necesidades del progreso humano mientras no cambien de rumbo. Mientras, ante el espectáculo de la muerte, con ocasión de fenómenos morbosos, se vea a éstos como causantes de aquélla, se les tema, por ello, y se trate de combatirlos y evitarlos a todo trance, no se podrá crear *salud*. Hasta que no se vea claramente que no es el fenómeno morboso el que mata, sino todo aquello que anteriormente ha contribuido a que no haya tiempo para que tal fenómeno morboso llegue a su etapa final, siempre de tendencia curativa, no se orientarán los fenómenos patológicos en un sentido útil para el progreso humano.

La Ciencia de la Salud, encausando la vida de los seres de manera que se realicen armónicamente sus funciones todas, y así se adapten a su medio y tengan defensas cuando hayan de sufrir las inevitables variaciones de éste, conseguirá que el fenómeno morboso, expresión de actividad de defensa contra cambios de medio ambiente, dé una resultante evolutiva útil, y no solamente no mate, sino que perfeccione.

Solamente para este fin ha podido crearlo la sabia Naturaleza, que, si así no fuera, sería criminal... Intentar pensar esto, solamente intentarlo, nos parece la mayor de las blasfemias. El Naturismo, viendo siempre la perfección en todo lo que la Naturaleza crea, determina y sostiene, con sus leyes, es la única Ciencia de la Salud.

Y resume el doctor Ibarra en los siguientes postulados, los fundamentos del naturismo médico:

1° La enfermedad en general, no es una cosa casual ni accidental; es un estado del organismo, consecuencia natural de la manera de vivir.

2° La enfermedad crónica es un estado de adaptación a modos antinaturales de vida o de condiciones heredadas.

3° En la enfermedad aguda hay siempre un esfuerzo de la vitalidad, para limpiar el organismo de detritus y venenos.

4° Por lo tanto, en la enfermedad, una vez manifiesta, hay -si bien se piensa -una defensa de la vida, siendo el verdadero destructor aquel incumplimiento de la ley natural (fisiológica), que dio motivo a que la naturaleza defendiera la vida por medio de la adaptación (enfermedad).

5° No es la enfermedad lo que hay que combatir directamente, si se ha de evitar, sino sus causas fundamentales.

6° Las consecuencias inmediatas de estas causas son: la alteración de la composición de los tejidos y humores, la retención de sustancias que debieran ser eliminadas y la alteración consiguiente de todos los mecanismos autorreguladores de la vida fisiológica.

7° La curación sólo puede obtenerse colocando al enfermo en condiciones de que estos mecanismos reguladores funcionen en forma que lleguen a eliminar lo impuro y reconstruir los tejidos y humores sobre bases normales.

8° Estos mecanismos reguladores sólo se pondrán en juego fisiológico estimulados por los agentes que les dieron modalidad específica e individual; los agentes naturales, *alimentos, aire, luz, sol, agua, movimiento, pensamientos, sentimientos*, adecuados a las circunstancias y condiciones de cada caso.

9° La naturaleza, por sí sola, resuelve los problemas de enfermedad, si dispone de medios; son estos medios los que nosotros tenemos que aportar, pero nunca pretender dar el problema resuelto a la Naturaleza.

10° El uso de toda clase de remedios con la pretensión de dar resuelto el problema de enfermedad, considerando al ser vivo como ele-

mento pasivo, o simple campo de lucha, es uno de los mayores errores de la época médica actual.

Y para que no quede por exponer el punto de vista de otro de los más cultos médicos de nuestro país, veamos lo que nos dice nuestro gran amigo el doctor Roberto Remartínez:

"Uno de los más sólidos fundamentos de la Fisiología, tratada desde el punto de observación naturista, es el criterio de la *Unidad Orgánica*. Todo el sistema naturista gira alrededor de ese centro de gravitación. *El cuerpo es un solo órgano y la vida una sola función*; tal es el inmortal postulado hipocrático que expresa que, para la mejor comprensión de los fenómenos vitales es precisa la reintegración de los diversos sistemas y órganos en un total *organismo* y las distintas funciones, en la función total *vida*. Toda noción, sistema o especulación basados en el estudio o concepto de órganos separados e independientes, será falsa de origen y conducirá al error... Así pues toda la fisiología (como estudio de las desviaciones de la función normal) y toda la terapéutica (como estudio de los medios de recuperación de la normalidad) han de basarse en el criterio inmutable de *unidad*, de una unidad perfecta en que cada segmento, cada órgano, cada tejido y cada célula del sistema orgánico están íntimamente relacionados con todos los demás, sin detrimento de cumplir cada parte su cometido especial dentro del general concierto y actividad del conjunto.

La Naturaleza, siendo esencialmente conservadora en su tendencia y procurando siempre la supervivencia del individuo, cuenta con una insospechada variedad de mecanismos defensivos que, llegado el momento, ponen en juego con la intensidad que las circunstancias exijan para cumplir dicho fin. Todas las funciones orgánicas, y todos los órganos y todos los tejidos, pueden en un instante dado acrecer su actividad habitual forzando su régimen normal de funcionamiento con una tendencia curativa y reparadora o normalizadora: las funciones mediante el aumento de su actividad (circulación, sudación) y los órganos y tejidos actuando de emunctorios de eliminación de residuos morbosos, de barreras o diques que sirvan de obstáculos al mal. De esta forma el organismo vivo cuenta con poderosos y varios mecanismos de defensa y, en el caso de que ésta fracase relativamente, de acomodación a las causas que motivaron la desarmonía en el sistema. No podía ser de otro modo teniendo en cuenta las frecuentes y muy diversas causas de enfermedad que acechan a todo ser vivo y las reiteradas circunstancias en que se ve amenazado su organismo por las variaciones del medio ambiente. Esta función de acomodación a las variaciones del medio y esa puesta en juego de mecanismos extraordinarios (cuando la acomodación provisional no es suficiente) con tendencia curativa y supresora de las causas morbosas, constituye la llamada *vis medicatrix*, y es el secreto de que *la mayoría de las enfermedades abandonadas a sí mismas tiendan a la espontánea curación*.

Bueno es añadir que todas estas funciones de defensa, así como las actividades que se producen en el organismo en estado de enfermedad, no son distintas, sino en la intensidad de aquellas funciones y procesos que se observan en el estado de salud. Dicho de otro modo:

que *no hay verdaderas funciones patológicas*, sino que cuantos mecanismos y fenómenos se observan en la enfermedad tienen su representación durante el estado de salud, variando sólo el ritmo o la intensidad con que se producen.

La *vis medicatrix* tiende a curar tanto mejor cuanto menos se estorbe o dificulte su esfuerzo con tratamientos inhibidores de la espontánea tendencia curativa de la naturaleza, y cuando ella fracasa (por falta de reserva vital o porque la desarmonía introducida en el organismo es superior a sus fuerzas de compensación) nada hay que hacer y la muerte es el término de la estéril lucha.

Dada la unidad del organismo, esta lucha es *siempre general*, y por más que el foco agudo aparezca localizado en un determinado sector orgánico, todo proceso de desgracia (enfermedad) implica siempre una repercusión general y una participación unánime de todo.

Dada una causa de perturbación, cualquiera que sea su naturaleza, que actúa sobre el organismo determinando un efecto, se produce siempre y necesariamente una reacción del ser vivo contra la causa, que a su vez modifica. Estos dos factores: causa que obra y modifica, y organismo que acusa un efecto reaccionando a su vez sobre y contra la causa, son indiscutibles en todo proceso vivo fisiológico o patológico.

Una de las mayores discrepancias de criterio entre la alopátia y la medicina naturista radica en el distinto concepto de enfermedad. Para la medicina alópata ésta es un error de la naturaleza, un algo, una entidad que hay que combatir y cuyas causas se deben buscar casi siempre en lo microscópico. En cambio para la fisiatría, la enfermedad es siempre consecuencia ineludible de la transgresión de la ley natural y un proceso activo en que intervienen siempre un factor cósmico perturbador y un organismo que reacciona a aquél, bien con una tendencia de acomodación o bien en franca actitud de defensa. Que la enfermedad es siempre de causa cósmica fácilmente se comprende si se tiene en cuenta el carácter invariable de la energía individual, y el hecho de que cualquier variación o desproporción de calidad o cantidad de las energías cósmicas con relación al individuo, es causa de menoscabo orgánico.

La Patología, basada en el estudio de enfermedades catalogadas, podrá tener un interés didáctico, pero en modo alguno responde a la realidad. Contra todo lo que puede esperarse de la gran variedad de procesos morbosos estudiados, son muy pocas las verdaderas enfermedades o si se quiere, las *verdaderas causas* de enfermedad, porque lo que presta tal variedad a los síndromes morbosos no es tanto la pluralidad de causas como la infinita variabilidad de formas posibles de respuesta por parte del organismo. Las enfermedades primarias o estados premorbosos, como las define el doctor Carton, son unas pocas, pero las afecciones derivadas (en función de la intensidad de perturbación y sus formas posibles, y sobre todo, de la reacción orgánica) resultan de una enorme complejidad. De aquí el criterio de *no estudiar enfermedades, sino enfermos*.

Entendiendo la enfermedad como un proceso y como actualización de una lucha cuyas causas latentes son muy anteriores, dejan de tener

los estados morbosos el carácter de *repentinidad* y *casualidad* con que se estiman generalmente. En efecto, las enfermedades *ni son casuales, ni, por lo común atacan de golpe*. Lo que se entiende como irrupción brusca del proceso no es sino la actualización de estados latentes o potenciales de enfermedad, cuyas causas se remontan a muy atrás y arrancan siempre de alguna transgresión de las leyes naturales. Por esta misma causa y modo de juzgar las manifestaciones patológicas, lo que a menudo se entiende como causa predisponente (herencia, alimentación deficiente, falta de higiene, abusos, edad, sexo, temperamento, género de vida, etc.), por la alopátia, vienen a ser verdaderas causas determinantes, en tanto que las causas por aquella entendidas por específicas y determinantes (microbios, sobre todo), con frecuencia no son sino consecuencias y también actores que colaboran tardíamente en el proceso.

En este asunto, lo que separa en realidad las dos escuelas es el *criterio de finalidad* del proceso morbozo. La alopátia entiende que la enfermedad es siempre perniciosa, y el naturismo proclama que su tendencia es en general, mejoradora del estado anterior.

El doctor Remartínez, establece en los siguientes postulados, las diferencias fundamentales entre la terapéutica alopática y la naturista:

1ª Fundamentalmente, la terapéutica alópata es la terapéutica de la enfermedad, en tanto que la naturista es la del enfermo.

2ª La terapéutica alopática se basa en la acción (excitante o inhibidora) de un remedio; la naturista se fundamenta en la reacción del organismo. La primera busca el estímulo artificial, en tanto que la segunda es armonizadora siempre.

3ª Pese a su intención, pocas veces lograda (y siempre con cargo a algún daño para el cuerpo), de luchar contra causas, la terapéutica alópata es la más de las veces sintomática, en tanto que nosotros, no sólo no luchamos contra síntomas, sino que los encauzamos, si así conviene, dirigiendo nuestra atención contra las verdaderas causas primarias.

4ª La terapéutica alopática se dirige contra las causas secundarias de enfermedad; la naturista trata de combatir las causas primarias.

5ª En las enfermedades agudas, la terapéutica alopática tiende a yugular o hacer abortar la dolencia; la naturista es más bien expectante. En las crónicas, la terapia usual es muchas veces solamente sintomática y paliativa, en tanto que la fisiatra es, digámoslo así, agudizante, en el sentido de exaltar la reacción orgánica contra las causas del mal, intentando despertar las energías vitales, algunas veces no más que adormecidas pero no agotadas.

6ª Los tratamientos alopáticos se dirigen casi siempre al aparato, sistema u órgano lesionado o a la función perturbada, con un criterio parcialista, en tanto que la fisiatría (sin perjuicio de actuar localmente si lo juzga oportuno) entiende la enfermedad como un proceso general y dirige el tratamiento hacia el organismo como unidad.

7ª La terapéutica corriente es analítica, o sea que va del todo a la parte. La naturista es sintética, o sea que procede de la parte al todo.

Por todo lo anteriormente transcrito, véase bien claro la unanimidad y firmeza de principios de que parten los médicos naturistas, con lo que en realidad no hacen otra cosa sino mantenerse fieles a las bases hipocráticas que nadie ha podido desmentir como auténticos cimientos del arte de curar. Varios errores de principio han descarrilado del camino de la verdad a la medicina contemporánea. Y esos errores parten de sus mismas raíces. Se enseña anatomía analítica del cuerpo muerto, más que anatomía sintética del cuerpo vivo. Se hacen deducciones fisiológicas basadas en experimentos de laboratorio y prácticas en animales, en lugar de enseñar una fisiología netamente humana del hombre íntegro y en actuación y animado, por consiguiente de los impulsos de su psiquis y de los destellos de su espíritu, que tanto influyen en la vida orgánica. Se enseña una terapéutica modificadora de síntomas como nueva modalidad de la magia moderna, sin ir a la causa fundamental de los males. Y de este modo asistimos al espectáculo de una humanidad enferma y degenerada.

La llama de la verdad naturista ha prendido en todos los tiempos en ciertos hombres de espíritu crítico que han ido revelando diversas facetas de esta terapéutica de acuerdo con los expuestos principios. Hipócrates dio las bases; médicos, filósofos y empíricos han continuado su obra con más o menos acierto a través de los tiempos. Pero hay que reconocer que en la mayor parte de los casos, la perla diáfana de la verdad hipocrática ha sido presentada con un ropaje de disparates y chabacanerías pseudocientíficas (pese al buen sentido de muchas de ellas) extraordinario. Para sortear gallardamente este peligro hay que huir sobre todo, del exclusivismo de métodos y sistemas. En Medicina no existe ninguna panacea, ni nada que, en cuanto a poder curativo, tenga un valor absoluto. Existe sí, un principio de valor universal sobre el cual ha de cimentarse cualquier acto curativo. El siguiente: *Para curarse hay que rectificar los errores de conducta, de acuerdo con las leyes naturales que rigen la vida.* Sobre esto cabe la diversidad de médicos y métodos. No hay quien cure solamente con hidroterapia, ni sólo con dietética, ni sólo con sugestión, ni sólo con glóbulos homeopáticos... Aunque sí pueden pretenderse éxitos resonantes en cada una de estas direcciones. Es cuestión de que llegue el enfermo adecuado.

Tengamos muy en cuenta este hecho capital: *Curar no es sanar.* "El médico cura y la Naturaleza sana", dice un adagio médico. Y curar no es más que proporcionar los *medios* (que no *remedios*) para que la naturaleza del enfermo realice su labor de saneamiento. Y no hay que olvidar que salud es tanto como pureza y armonía. Curar es depurar el organismo doliente y estimular armónicamente, o sea con proporcionalidad y adecuación, las fuerzas vitales del sujeto enfermo. Y todo lo que no sea restablecer la normalidad física, química y funcional de un organismo, no merece el calificativo de *sanitario*.

Estimamos que, el médico debe ser antes un buen terapeuta que un hábil diagnosticador, porque si bien se piensa, el verdadero diagnóstico estriba en *buscar la causa de que tales funciones estén alteradas o tal órgano lesionado*, más que en buscar esta lesión orgánica

que es el último efecto de una alteración latente o manifiesta del fisiologismo. Así, por ejemplo, es evidente que la lesión denominada *úlcera de estómago*, depende de una alteración química primordial por alimentación inadecuada o tensiones psicológicas. Se perturba en primer lugar, ante la excitación anormal, la cantidad y calidad de la secreción gástrica. Tras de esto viene la anormalidad en las funciones del píloro, la dificultad en la evacuación del estómago, la dilatación consiguiente, la retención, las fermentaciones anormales y finalmente la ulceración de la mucosa. Considerando de este modo todos los procesos, no es difícil hallar donde está el verdadero remedio.

Este modo de enfocar los problemas clínicos, no es más que un corolario de la conocida ley de que, "La función hace al órgano". La función patológica, hace al órgano enfermo o lesionado. Tratar una lesión localmente, sin corregir las funciones perturbadoras que la originaron, es una actitud carente de filosofía. Y no olvidemos que la filosofía es el primer instrumento de la buena clínica.

Tampoco debemos olvidar que no existen funciones esencialmente patológicas, sino alteración *en cantidad* de las propias funciones fisiológicas. Y de aquí otra deducción lógica y práctica de nuestra terapéutica naturista: *Hay que emplear como medios terapéuticos los mismos que sostienen y modifican las funciones normales del organismo.*

Dentro del criterio naturista, se considera al enfermo como elemento *activo*, cuya naturaleza ha de actuar sobre los medios que se aporten para su curación. El criterio de la medicina alopática, al menos en la práctica, considera al enfermo como agente *pasivo*, sobre el cual puede ejercerse la acción de un elemento externo modificador. Esto último conduce a resultados aparentes y por tanto erróneos.

A esto hay que añadir el carácter profundamente moral de la medicina naturista, cuando dice al enfermo: *Si quieres curarte, corrige tus malos hábitos.* Algo muy distinto a lo que prácticamente hace la escuela alopática al tratar de corregir lesiones y funciones perturbadoras, sin exigir al enfermo la corrección de su conducta.

Véase claro que, sin dirección filosófica no puede haber verdadera medicina, porque se desconoce el criterio teleológico de la vida. Este criterio teleológico que acaba siendo la pesadilla de todo verdadero hombre de ciencia: "¿Para qué vivimos?". Pero que aclara por modo maravilloso la conducta de nuestros actos, cuando se le contesta con esta afirmación: "Para el perfeccionamiento de nuestro *ser* espiritual".

Pese al positivismo de la ciencia de nuestro siglo, tendremos que exclamar con Charles Sedgwick Minot: "Hay tres cosas que no puede explicar la teoría mecánica de la vida: La *organización*, el *mecanismo teleológico* y la *conciencia*".

SEGUNDA PARTE

LA VIDA EN SALUD Y ENFERMEDAD

Lección VIII

EL JUEGO DE LAS ENERGÍAS INTERNAS Y LAS EXTERNAS. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE FISIOLÓGIA E HIGIENE

En el organismo existe una *energía potencial*, que no es más que un *caudal individualizado de la vitalidad universal*.

Esta energía potencial, se *actualiza* en manifestaciones secundarias, químicas, electro-magnéticas, caloríficas, etc., al estímulo de las energías cósmicas (calor, luz, magnetismo sideral, alimentos, aire...). Pero -y esto es lo importante- ninguna energía secundaria se puede convertir de nuevo en la vitalidad original.

Este hecho, ya apuntado cuando nos referimos a la conciencia (pág. 32), es corolario de una ley natural tan bien conocida por los filósofos como olvidada por los médicos, por la que *ningún efecto puede convertirse otra vez en su causa, aunque sí puede ser causa de otros efectos secundarios*.

El olvido de este hecho puede llevarnos hasta los más lamentables errores de orden clínico. Así sucede, por ejemplo, que se trate de aumentar la energía vital de un individuo, aumentando excesivamente su alimentación, cuando lo que en realidad hace el estímulo alimenticio es, actualizar o liberar la energía potencial del sujeto; es decir, *gastarla*, no producirla. Se gasta en una mayor exuberancia de manifestaciones orgánicas, lo que da la sensación de *más vida*, pero en el fondo disminuye el caudal, que debiera haber sido tratado con un criterio más conservador. Por consiguiente, la proporción adecuada entre la energía individual y las energías externas que la ponen en juego (ley de las *armonías energéticas* de Ruíz Ibarra), es la base de la máxima economía de la fuerza vital. Porque armoniza el estímulo exterior con la capacidad reactiva individual. Y en esto ha de fundamentarse todo el efecto *tónico* que queramos conseguir en cualquier organismo. El *máximo tono no es el máximo producto*, decía con gran razón Letamendi, al referirse a su tan discutida fórmula de la vida, en la que demostraba que ésta es igual al producto de las energías cósmicas por la energía individual.

La capacidad reactiva de un organismo no puede aumentar porque aumentemos la cantidad de materiales y energías del medio ambiente que han de ponerla en función (actualizarla). Y en cambio podemos llegar hasta a originar un colapso de dicha capacidad reactiva, por un exceso de concurrencia energética cósmica. Una hora de baño de sol en

una piel anémica y atrofiada, produce efectos destructivos y aun tóxicos, propios de una grave insolación. Una comida excesiva puede quitar la vida en lugar de dar *más vida*. No obstante es indudable que, el baño de sol bien dosificado y la comida justa *aumentan el tono vital*, que no es sino el fruto de la *buena administración* del caudal energético.

Estos conceptos, que trabucamos en nuestra diaria conversación, confundiendo hasta a los hombres de ciencia, debieran ser expresados correctamente en nuestras frases. Y así, en lugar de decir: la comida *me ha dado energías*, seríamos más exactos diciendo: *ha despertado mis energías*, o *me ha tonificado* (es decir, puesto en tono).

Esta vitalidad individual, energía interna o potencial, no es otra que la *physis* o *vis medicatrix* hipocrática, causa, no solamente de las manifestaciones de la vida normal, sino de los *actos curativos* en los organismos enfermos. Lo mismo que sostiene la vida normal, cura en los momentos de anormalidad. Así también, las mismas energías naturales que mantienen la vida fisiológica, son las que poseen la máxima capacidad correctiva para solucionar el proceso patológico. Por esto nosotros basamos nuestra terapéutica en el estímulo por los *agentes naturales* del medio que nos rodea, siempre consecuentes con nuestra idea de que la medicina es el arte de estimular y que no hay otro estímulo normal sino el de los excitantes del medio que corresponden ancestralmente al organismo y en el seno de los cuales se generó éste. De aquí que, para nosotros la higiene y la terapéutica sean una misma cosa, muy lógicamente deducida del hecho aceptado por todos los fisiólogos, de ser las funciones patológicas una desviación, *solamente en cantidad*, de las funciones de la vida normal.

Los *excitantes artificiales* (drogas, tabaco, nervinos, etc.), y aun los naturales en exceso, producen una depresión de las manifestaciones vitales, después del estímulo anormal. De aquí que, el sujeto que se habitúa al uso de dichos excitantes, haga de ellos un círculo vicioso, para salir, con el estímulo de unos, de la depresión que le producen otros. Todo lo cual es un despilfarro de la fuerza vital, que agota prematuramente la existencia. No debemos olvidar la ley de Feré, según la cual: "Las excitaciones moderadas, tonifican; las fuertes, deprimen." Ni el hecho de observación corriente que nos enseña que, tras una excitación anormal, viene un período de depresión mucho más duradero que el de estímulo.

Ahora bien; la vitalidad que mantiene la vida o que cura al enfermo, no es una fuerza ciega, sino que obra con arreglo a plan y finalidad. Un plan inteligente según arquetipo específico y una finalidad que no es suya, sino del espíritu y su Destino. De aquí la razón que asistía al doctor Juarros, cuando desde las columnas de "Vida Médica" nos proponía el estudio de las determinantes del Destino, que muchas veces son obstáculos insuperables para el resultado esperado de la enfermedad, aun con las garantías máximas de la ciencia del pronóstico. Y cuyo estudio podría evitar al médico todos los fracasos resultantes de una lucha contra la fatalidad.

Nosotros, aunque no somos fatalistas, sino *deterministas*, creemos que las determinantes poderosas de un mal Destino en una persona, pueden hacer inútiles las más esclarecidas y esperanzadas maniobras médicas de orden fisioterapéutico. Lo cual no quita para que hagamos

todo lo posible en el orden humanitario y científico, tanto más cuanto que otros factores de orden más elevado, y que sí pueden actuar sobre las determinantes del Destino, pudieran sumarse imprevistamente a nuestra buena labor en el terreno meramente orgánico y aun psíquico. Así, pues, el médico tiene siempre la obligación moral de enfrentarse con la muerte, aunque presienta o sepa que ha de salir vencido.

Si pues, las fuerzas vitales del individuo están subordinadas a otros elementos de mayor categoría y efectividad (estados de ánimo, estados mentales, estados de conciencia), deduciremos cómo la vida normal no es solamente un problema de adecuación entre la energía vital y las energías del medio cósmico, sino más principalmente, de estímulos íntimos del Yo trascendente. La voluntad de vida (consciente o inconsciente) es más poderosa que los mejores estímulos fisiológicos, y resulta el milagro de hacer que prevalezca un organismo, con un mínimo de condiciones hígidas, que en otro caso no hubiera bastado. Vese como ningún problema puede resolverse circunscribiéndose exclusivamente al orden material.

Por esto, el concepto de la adecuación de las energías vitales o ley de las armonías energéticas, ha de hacerse extensivo a las energías psíquicas y trascendentes del sujeto, que también contribuyen a la resultante del libramiento vital.

Sentados estos principios, que no son sino enunciados de hechos de observación, concretemos algunos aspectos del juego de las energías vitales.

Casi todas las energías cósmicas actúan en el organismo por intermedio de un vehículo material, cuya intervención es muy de tener en cuenta. Así los alimentos, el aire y aun la luz, llevan, aparte de sus energías potenciales, o más o menos actualizadas, un algo material, sólido, fluídico o etéreo, a lo que el organismo tiene también que reaccionar para sortear o aprovechar sus influencias mecánicas. El ejemplo más evidente es el de los alimentos, cuyo aporte material requiere mecanismos complicados de prehensión, ingestión, elaboración y eliminación. Y en esto hay una gran variedad de grados que debemos tener en cuenta para lograr la fórmula de las "armonías energéticas" de cada individuo. Desde el *grano de trigo germinado*, que en un mínimo de sustancia lleva un máximo de energías potenciales, hasta el pedazo de carne cocida que, como sustancia muerta carece de energías potenciales y vitales, hay una gama infinita de posibilidades. Y decimos que hay que tenerlo en cuenta, porque tropezamos en la práctica con personas que no toleran demasiado volumen alimenticio, pero sí necesitan de alimentos muy estimulantes; al contrario que otros que, necesitan bastante volumen alimenticio para que vaya más diluido el aporte energético. Hay, pues, una correspondencia entre las proporciones de lo que es sustancial y lo que es energético. Que no se puede olvidar en la práctica higiénica.

En realidad, ya Hipócrates había sentado, en una sencilla expresión, la fórmula práctica de esta proporción, al decir que lo que el organismo recibe debe ser proporcionado a lo que da. Esta y no otra es la clave de la verdadera higiene. No hay sino que referirla a la calidad y la

cantidad de las energías que han de poner en juego la vida y a las que se manifiestan como libramiento vital de los actos individuales.

Los intercambios de energías y materiales con el medio, sufren oscilaciones y variantes con arreglo a los distintos momentos de los ciclos de la naturaleza (ciclo del día, estaciones del año, fases de la luna, variaciones planetarias), y de las fases distintas de la vida individual (edades, ritmos vitales).

Variaciones según los ciclos de la Naturaleza. No olvidemos que todo ciclo tiene un máximo y un mínimo (véase *Ley de los Ciclos*, pág. 18), que se traducen en un más y un menos en las manifestaciones de la dinámica universal. Todo se reduce a esto en cada fenómeno natural: *iniciación, ascenso, plenitud, descenso y terminación.*

Para los efectos de nuestro estudio, limitémosnos a observar cómo se corresponden estos máximos y mínimos de las energías cósmicas, con los de la energía individual. Aunque salta a primera vista, y es lógico que así suceda, como, formando el individuo parte de la Naturaleza misma, las alzas y bajas de sus ciclos vitales, se corresponden respectivamente con las de los ciclos cósmicos.

El *día*, con su ciclo de 24 horas, aporta un máximo de energía luminosa y magnetismo solar, durante su ascenso, que se reduce extraordinariamente durante la noche. A lo que el organismo responde con actividad diurna de grandes libramientos energéticos (calor, trabajo, actividad química) y reposo nocturno, con recuperación potencial (asimilación, condensación de fluido neúrico, etc. Esto inspiró a Letamendi su famoso "horario de la irritabilidad", en el que estudia las mutuas acciones y reacciones del individuo y el medio, durante las diferentes horas del día, para sacar conclusiones prácticas que pueden reducirse a esto: De día conviene trabajar y de noche descansar.

El *año*, con su ciclo de 365 días, nos presenta igualmente su plenitud estival, con un derroche de luz, calor, magnetismo y sustancias alimenticias; contrastando con un mínimo invernal en que se reducen los aportes materiales del medio, incrementándose en cambio las manifestaciones de orden metapsíquico. A esto corresponde el individuo con libramientos análogos, en los que, por regla general, se advierte un predominio de los de orden material en verano y de los de orden espiritual en invierno.

El ciclo *lunar*, con sus fases, menos ostensiblemente, y los ciclos de los demás *planetas* del sistema, más veladamente, pero con no menos efectividad, influyen en las manifestaciones de la vida espiritual.

Las influencias de la *luna* son de una importancia bien notoria. Intervienen en la producción de las mareas y otros efectos telúricos que se reflejan hasta en la circulación de la savia de los vegetales y de los humores en los animales. En el organismo humano tiene efectos marcadísimos, especialmente en personas anormales del sistema nervioso, en las que provoca alteraciones de orden psíquico (histéricos, epilépticos, etc.), llegando a veces a producir accesos de locura coincidiendo con determinadas fases de su ciclo mensual (como se cuenta que le sucedió a Carlos VI en 1399), por lo que a ciertos individuos perturbados se les ha llamado *lunáticos*. La exaltación de las personas débiles aumenta con

la luna nueva y la llena. El ciclo lunar es el que rige la aparición de tan importante función como es la *menstruación* en la mujer; y de múltiples funciones de los animales (empollación de los huevos de ciertas aves, evolución de ciertas formas morbosas), así como también en la maduración de frutos, cambios atmosféricos, etc., todo lo cual repercute a su vez en la vida animal.(1)

Mercurio, con su ciclo anual de tres meses terrestres, rige la aparición de las estaciones del año nuestro, que tanta influencia ejercen en los organismos, siendo la más claramente manifiesta la aparición de crisis depuradoras en los cambios de una a otra estación, sin contar las distintas influencias del ciclo anual o solar a que antes nos hemos referido.

El planeta *Venus*, con su año de nueve meses terrestres, rige el desarrollo del feto en la matriz, que también tarda nueve meses. (Por esto los antiguos le pusieron el nombre de Venus, la diosa del amor).

Marte, con su año de dos de los nuestros, rige el desarrollo de ciertas plantas (bienales).

Júpiter, con su año de doce de los nuestros, rige la aparición de la pubertad en término medio.

Saturno, con su ciclo de treinta años, rige las épocas del crecimiento humano (treinta años) y decrecimiento (sesenta años) físico.

Las influencias de *Urano*, con su año de ochenta y cuatro de los nuestros, y de *Neptuno*, con su ciclo de ciento sesenta y cinco años, son poco ostensibles, quizá por razones astronómicas que suponemos, pero no son de este lugar, o bien porque no son conocidas de nosotros.

Los astros no sólo influyen en el hombre por su naturaleza y la duración de su ciclo u órbita solar, sino por su posición con respecto a los demás. No hay por qué insistir en que la influencia del sol o la luna cuando están sobre el horizonte, no es la misma que cuando están ocultos; tampoco es la misma la influencia del Sol cuando entre él y la Tierra se interpone la Luna, provocando un eclipse, que cuando es la Tierra la que se interpone entre la Luna y el Sol. Sabido es que, las *determinantes* de la vida de un individuo, están fijadas por el "momento cósmico" del instante de su nacimiento. Momento que supone una determinada concurrencia de factores externos que influyen decisivamente (pero no fatalmente) en las características de los elementos de su *personalidad*. Esta concurrencia de factores cósmicos, es en última instancia, la originada por la interferencia de los ciclos planetarios con relación al Sol (hora del día, del mes lunar, estación del año, posiciones zodiacales, etcétera).

Se deduce lógicamente que, estando muchas funciones orgánicas de los seres terrestres, determinadas (no causadas) por la influencia cíclica

1 Letamendi ha comprobado la influencia de la luna en el proceso vegetativo de la cicatrización, y se expresa en estos términos: "Las funciones propiamente vegetativas de nuestro organismo experimentan una exaltación normal durante los catorce días que median de luna nueva a luna llena (luna creciente), y una remisión normal durante los otros catorce días que median de luna llena a luna nueva" (*Patología general*, tomo II, págs. 433 y 534).

de los astros, y variando la influencia de éstos en cada momento de acuerdo con la posición relativa en su órbita, los caracteres que se *plasman durante* el desarrollo del feto en el claustro materno, dependen de esta posición. De modo que, lo que realmente deducimos al estudiar la concurrencia de fuerzas planetarias en el momento del nacimiento, es la labor que éstas han realizado durante la gestación, forjando una personalidad de determinados caracteres, de los cuales dependen las iniciativas y reacciones en la vida; y por tanto su Destino. Todo en el cosmos está íntimamente ligado por relaciones de causalidad; por esto hicimos fe de deterministas. No encubramos nuestra ignorancia con las palabras "casualidad" o "azar".(2)

Variaciones según las fases de la vida individual. Las manifestaciones de la vida individual se realizan también, como las de la Naturaleza, según ciclos de ciclos. Y cada ciclo supone: un *ritmo* concertado en la armonía del conjunto. Las distintas edades de la vida, las variantes del desarrollo y libraciones de los distintos órganos, las oscilaciones de los ciclos vitales generales, suponen diferencias de acción y reacción en su juego con las energías externas.

Será lo más práctico para la buena comprensión del estudiante y para llegar a una visión sintética de tan arduo asunto, la exposición de los principales ciclos de la vida individual, de mayor a menor.(3)

1. Vida totalX años.
2. Ciclo de manifestación sexual40 a 60 años.
3. Ciclos de manifestaciones de las glándulas endocrinas. (Véase pág. 67)Variables.
4. Ciclo funcional intelectual33 días.
5. Ciclo funcional femenino28 días.
6. Ciclo funcional masculino23 días.
7. Ciclo funcional individualVariable.
8. Ciclo funcional digestivo16 horas.
9. Ciclo funcional circulatorio15 segundos
10. Ciclo funcional respiratorio3 segundos.
11. Ciclo funcional simpático-solar. (Véase pág. 75)4 segundos.
12. Ciclo funcional cardíaco1'2 segundos.

Si ahora pensamos que cada ciclo tiene un *máximo* y un *mínimo* en su libramiento vital, deduciremos la extraordinaria complejidad de las coincidencias e interferencias, que pueden darse a lo largo de la vida del individuo, y que podrían explicarnos tantos episodios, cambios, crisis y variantes de orden físico y psíquico como podemos observar en cuan-

2 Cada uno nace como es, porque hay causas para que sea así y no de otro modo.

3 Llamaremos *ciclo de manifestación*, al de libramiento total del órgano en la vida (ejemplo: la función del corazón, que dura, en este caso, tanto como la vida misma), y *ciclo funcional*, el de su ritmo biológico (ejemplo: el latido cardíaco). Hay ciclos vitales inmediatamente ligados a otros (ejemplo: por cada 18 latidos cardíacos, se realiza un ciclo circulatorio y 4 ½ respiratorios).

tos seres nos rodean, y que no por difíciles que sean de observar y comprobar, dejan de estar regidos por la ley matemática de sus ciclos. Ley que conocida y aplicada a cada paso, nos permitiría predecir y explicar los acontecimientos de la vida personal y aun de la colectiva.

Goethe, el genial poeta y naturalista alemán, escribió en su diario: "Tengo que observar con mayor atención el círculo de los buenos y de los malos días que se mueve en mí mismo. Las pasiones, las ansias de bien, el impulso para hacer esto o lo otro, el espíritu de inventiva, de ejecución, el sentido del orden, todo esto cambia y constituye un movimiento metódico, de igual modo que la alegría, el vigor espiritual, la energía, la agilidad corporal, la depresión física, la calma mental, el apetito. Como vivo de una manera en extremo frugal, nada turba el movimiento, y necesito determinar la medida del tiempo y el orden en que yo mismo me muevo alrededor de mí mismo." (4)

En resumen: La vida, como Letamendi dice: "no es un *ser*, sino un *acto*, y como acto de un ser corpóreo, se reduce a un caso particular del movimiento". Es decir, que la vida es una función -la función total- de los seres organizados y el resumen de las funciones de cada uno de sus órganos, conforme opinó Hipócrates.

Todas estas funciones o movimientos orgánicos, están mantenidos por dos factores: La *energía individual* que los padres legan a los hijos, y las *energías del exterior*, que el notable biólogo español señor Potó resolvió en los tres medios: astronómico, cósmico y biológico.

La *energía individual* no podemos aumentarla; hemos, pues, de contentarnos con la que nuestros padres nos transmiten; aunque sí está en nuestra mano su buena economía.

La administración racional de las *energías cósmicas*, en cambio, está casi siempre a nuestro alcance. En general, somos dueños de que concurren de una manera armónica y perfecta al mantenimiento de nuestros actos vitales.

La vida *sana* o *normal* estriba en la *armonía funcional* y ésta depende de la adecuada relación de valores entre la energía individual y las energías del medio externo. En este principio está basada toda actuación en sentido *naturista*, que busca constantemente la armonización entre los dos factores de la vida. Muy al contrario que la actuación *artificialista*, que trata de obtener el *máximo producto*, excitando la energía individual con un exceso de concurrencia de energías externas o una calidad inapropiada para la vida del individuo.

Corolario de todo lo expuesto son los conocidos principios de fisiología que exponemos a continuación:

4 Para el estudio y ampliación de todo lo referente a los ritmos vitales, recordamos al estudiante las siguientes obras del doctor Fliess: *El curso de la vida*, *El año en todo lo que vive*, *Sobre la ciencia de los períodos* y *De la Vida y de la Muerte*. Y la del doctor Schlieper: *El año en el espacio*.

Principios fundamentales de Fisiología en los cuales deben basarse todas las reglas de la higiene

1º. *La función hace el órgano.* Esto quiere decir, v. gr., que nosotros tendremos más músculos o más cerebro, cuanto más los hagamos funcionar dentro de aquel orden de actos para los que han sido destinados por ley específica de la Naturaleza.

2º *Todo órgano que no funciona se atrofia.* Es decir, que la Naturaleza, siguiendo siempre la más estricta economía y justicia, no consiente que un órgano que no trabaja consuma energías cósmicas que pueden hacer falta a otros que trabajan, y por consecuencia, lo hace desaparecer.

3º *Si ejercitamos la función de unos órganos y de otros no, llegaremos a la desarmonía y, por tanto, enfermaremos.* Pues la armonía en los seres vivos es el máximo poder, es el bien y la belleza, es la salud.

4º *Todo órgano que trabaja en exceso se hipertrofia, y, a la larga, degenera.* Por eso tienen degeneración grasienta en el corazón aquellas personas que le han hecho trabajar en exceso, bien sea por aumento de presión consecutiva a la ingestión de grandes cantidades de líquidos (bebedores de cerveza), bien por trabajos forzados, etcétera.

5º *La energía individual es única y actúa enteramente en todos los momentos de la vida.* En el sueño, que en apariencia cesa lo más posible la actividad de la energía individual, sucede que ésta se emplea en trabajo interno de *asimilación y desasimilación*, y por eso no puede manifestarse al exterior. Por esta razón no conviene mientras el organismo cumple una función importante (v. gr.: digestión), verificar otra también importante (v. gr.: reproducción, ejercicio físico, etc.), pues equivale a dificultar las dos.

6º *La armonía orgánica es la base física de la felicidad individual.* De modo que no pretenda bienestar la persona que antes no cuide de ser armónica en todas sus manifestaciones.

Principio fundamental de higiene

La higiene de todo órgano se debe fundamentar en hacer aquello (en calidad y cantidad) para lo que la Naturaleza le ha destinado según la ley de las especies.

Aplicando este principio al *cuerpo humano* y a su *función*, la *vida*, sacamos en consecuencia que un hombre no vive en recta higiene, y por tanto *sano* (armónico), si no hace aquello para lo que fue destinado; es decir, desde el más simple precepto de higiene corporal, hasta sus producciones trascendentales, reveladas mucho antes por la vocación y la aptitud.

Lección IX

LA ENFERMEDAD. LOS SINTOMAS

Nomenclatura de la enfermedad. La unidad morbosa y la multiplicidad de formas. Síntomas de la enfermedad. Mecanismo de reacción curativa.

La enfermedad es un modo inarmónico de vivir. Es un acto orgánico caracterizado por la exaltación o remisión de funciones, con tendencia final a la curación o restablecimiento de la armonía.

Letamendi define la enfermedad como *un modo de vivir con exceso o defecto de energías cósmicas*: Es decir, que la causa de las enfermedades se encuentra en el mundo externo y no en la energía individual (recuérdese el principio 5º de la lección anterior); y añade que, *la enfermedad está determinada por aberración física de la energía individual, y caracterizada por desórdenes anatómicos y funcionales.*

De acuerdo con el anterior concepto de enfermedad (que en último análisis es el concepto de Hipócrates) están las definiciones de Sydenham, Bouchard, Roger y otros:

Dice el primero: *la enfermedad no es otra cosa que un esfuerzo de la naturaleza que, para conservar al enfermo, trabaja con todas sus fuerzas para evacuar la sustancia morbosa.*

Dice el segundo: *la enfermedad es aquel estado funcional del organismo, a la vez consecuencia de la excitación de la causa morbosa y reaccionando contra ella.*

Dice el tercero: *la enfermedad es el conjunto de actos funcionales y secundariamente de lesiones orgánicas, que se producen en el cuerpo, consecuencia, a la vez, de la acción de las causas morbosas y reaccionando contra ellas.*

De todo esto se deduce que, tratar de suprimir la enfermedad sin haber eliminado la causa que la produce, es un acto falto de lógica, y que tiene consecuencias perjudiciales para el enfermo.

En todos los casos, la enfermedad supone, una lucha entre el organismo y la causa morbífica; lucha en la que siempre se *gasta* un caudal exagerado de energía individual y en la que vence el organismo si esta energía es suficiente para anular la causa patógena, o es vencido si dicha energía no basta. Mas, si en el organismo actúan causas morbosas, recibamos a la enfermedad como una reacción útil, cuyo buen tér-

mino no sólo conduce a un estado de salud mejor que antes de padecerla, sino que supone un progreso en la evolución del organismo. Toda victoria lleva implícita la capacidad de anular causas de perturbación.

Así, pues, la enfermedad no es una *equivocación o aberración* de la Naturaleza que el médico se encuentre en el deber de combatir, tratando de enmendar la plana a las naturales reacciones orgánicas. Ningún médico consciente puede darse por satisfecho por el sólo motivo de haber suprimido o abortado sistemáticamente el conjunto de síntomas de un enfermo. Como dijo muy bien el doctor Camilo Calleja: "Hay que distinguir claramente de las acciones morbígenas las reacciones vitales." Y la misión del médico consiste en "remover los cuerpos extraños que hubiera y suministrar a la naturaleza los elementos de que esté privada, para que ella misma con su poder autónomo los asimile y reorganice". A esto añade, comentándolo, el doctor Ruiz Ibarra: "Toda manifestación anatomopatológica es una reacción orgánica contra un estado bioquímico anormal precedente, y éste a su vez una consecuencia de un metabolismo antifisiológico; entendiéndolo el metabolismo integralmente, como la vida toda, el intercambio de materia y energía con el cosmos, a cuyo favor y pesar conservamos la forma; y que dicho en términos vulgares quiere decir que, las sustancias extrañas de la composición normal del organismo que se introducen en él como consecuencia de la antinatural manera de vivir, son la verdadera enfermedad, y la reacción para eliminarlas, neutralizarlas y adaptarse a ellas, es lo que constituye todo un fenómeno patológico." "No me niegue nadie que sólo efectos se estudian y combaten, que todavía la clínica se reduce a descubrir lesiones y a que éstas desaparezcan, aunque sólo sea temporalmente; que son piezas patológicas las que preocupan a la mayoría de las mentes médicas de esta época, que se reduce la clínica a una fisicoquímica combinada con la bacteriología, con las que se pretende curar y no se llega más que a modelar un tipo humano cada vez más rebajado en sus reacciones vitales."

La enfermedad, en consecuencia, *no se coge*, sino que *la hace* el organismo. No es una cosa sino *un acto*. No es algo que se mete en el organismo y le perturba (que esto sí podrá ser la causa morbosa), sino el conjunto de fenómenos reactivos para eliminarlo o anularlo. Por esto nosotros hemos propuesto para la denominación de la enfermedad, un término que indique su carácter activo o dinámico.

Nomenclatura de la enfermedad

Este carácter dinámico de todo proceso morboso, nos lleva a considerarlo como un *estado o modalidad* de la vida una. Nada nos dice, en el fondo, el llamar a un estado morboso, *tuberculosis, cáncer, reuma*, etc. Esto, a lo sumo, nos define una lesión, y estaría justificado, hasta cierto punto, si la causa prima de toda enfermedad fuese el microbio, en cuyo caso no habría inconveniente en identificar el mal con la causa. Pero como la enfermedad no es un microbio ni ningún otro ente individualizado, sino un *proceso biológico* en el cual el microbio puede ser un colaborador,

debemos adoptar otro léxico que exprese bien el concepto dinámico y modal de la enfermedad.

Estas exigencias de recta expresión del concepto, quedan satisfechas diciendo *estado tuberculoso, estado canceroso, estado reumático*, etc., o en una forma menos eufónica, pero también propia: *tuberculismo, cancerismo, reumatismo*. Estas expresiones nada predisponen en favor de una causa determinada. Se reducen a expresar una forma de manifestación. Y con ello queda cumplida la necesidad de que las palabras correspondan a las realidades y no se reduzcan a vanos fantasmas contra los cuales se lucha inútilmente. Cáncer, sífilis, difteria son palabras sin fondo. Estos estados morbosos *los hace* el organismo. Y los hace porque no encuentra otro camino mejor para resolver los íntimos problemas de su quimismo perturbado por una vida antifisiológica en todos sus aspectos.

La preocupación por la necesidad de catalogar -es decir, poner un nombre o una etiqueta a las enfermedades, es uno de los motivos que, en los tiempos presentes, más sugestionan en mal sentido, más limitan el libre juicio del médico y más dificultan la emisión de un pronóstico acertado.

Aquí debemos transcribir la tesis expuesta por Argimiro Severón en su ponencia médica al VI congreso naturista español, y que dice así: "Es indudable que la nomenclatura nosográfica clásica no se ajusta a la concepción clínica naturista, sino a reglas puramente mecanicistas o anatomopatológicas. De aquí nace la imperiosa necesidad de formular una nueva nomenclatura que recoja y refleje más fielmente los postulados clinicobiológicos fisiátricos. Nosotros daremos algunas normas sobre el particular, que no pretendemos sean definitivas ni mucho menos, pues podrán modificarse o ampliarse a medida que los estudios naturológicos vayan aportando nuevos datos, vayan trayendo nuevos problemas clínicos que hoy no se pueden ver en toda su desnudez."

Clínicamente existen dos estados bien definidos: el *estado agudo* y el *crónico*. Ambos no son más que aspectos de un problema de mayor o menor cantidad metabólica.⁽¹⁾ El *estado agudo* se caracteriza por un ritmo fisiológico acelerado, que puede obedecer a diversos factores exógenos o endógenos que provocan una reacción curativa o destructiva, pues hay que distinguir entre una y otra, ya que no siempre la reacción es conservatriz, como se cree erróneamente por muchos. Esta depende del estado orgánico humoral, fisiológico, psicológico, vitalidad, edad y tratamiento. El estado agudo comprende los procesos febriles violentos causados por agentes psicofísicos, virus o bacterias, si bien los virus o bacterias sólo actúan sobre terrenos mórbidos, a los que simplifican para eliminarlos. El *estado crónico* se caracteriza por dos fases inconfundibles: la *fase de retención* o sedimentación y la *fase de enervación*. La primera

¹ *Metabolismo* equivale a transformación. Es un término con el que se expresan los fenómenos de construcción (anabólicos) y destrucción (catabólicos) que realiza el organismo con los materiales y energías recibidos del medio externo, en el continuo trasiego de la vida. Antes se aplicó al hecho de transformarse una enfermedad en otra. Que en el fondo supone el

fase o sedimentación comprende los organismos denominados obesos, di-sémicos, artríticos, reumáticos, gotosos, diabéticos, luéticos, gonorreicos, psoriásicos, eczematosos, ulcerosos, tuberculosos, nefríticos, escrofulosos, hipertensos, arteriosclerósicos, catarrosos; en una palabra: todos aquellos estados crónicos susceptibles de curación o mejoría por medio de la medicina natural adecuada y oportuna. La *fase de enervación* representa un paso avanzado de la fase sedimentaria, caracterizada por escasa vitalidad, febles defensas orgánicas, fisiológicas, humorales y psicológicas. En esta fase entran todos los *caquéticos* y los padecimientos incurables o en su última etapa vital, en los que sólo cabe prolongar la vida a fuerza de cuidados.

Reducidos los procesos patológicos a dos grandes cuadros abstractos generales, la nomenclatura correspondiente se simplifica, si su objeto es calificar y concretar de modo simple y sintético los supradichos cuadros. Es decir, al 'estado agudo' se le aplica el siguiente término: *Crisis anabólica o rectora*, si el estado agudo implica una reacción curativa, constructiva; *crisis catabólica* o desintegrativa, si el estado agudo representa una reacción destructiva, mortal. Los términos crisis anabólica o catabólica se concretan agregándoles los vocablos correspondientes. Ejemplo: Crisis anabólica digestiva, hepática, intestinal, gástrica, etc.: crisis anabólica respiratoria, neumónica, bronquítica, tuberculosa, pleurítica, etc., cuando la intensidad de la crisis se localiza en un aparato y lesiona o afecta patentemente a un órgano o tejido de éste... El estado crónico presenta dos fases: *retención y enervación*. La retención o sedimentación no es más que un metabolismo deficiente, una adaptación orgánica, una fase intermedia entre el estado agudo y la enervación. Y la enervación indica un metabolismo catabólico, enervante; los últimos esfuerzos vitales. A la fase de retención se la puede denominar 'fase defensiva orgánica' y a la de enervación 'fase débil orgánica'. A estos términos se los concreta añadiéndoles los vocablos correspondientes a un aparato, órgano o tejido lesionado.

El estado crónico corresponde al agudo y éste a aquél. Esto es, el estado agudo, salvo por accidente, es una agudización reactiva del estado crónico, mientras que éste es una atenuación o forma adaptativa del estado agudo. El estado de retención corresponde a la crisis anabólica o rectora, y el estado de enervación a la crisis catabólica o destructiva.

Esta manera de concebir la nomenclatura de las enfermedades expuestas por Severón, no llegará seguramente, en el mejor de los casos, a ser del dominio del vulgo, pero tiene el indudable valor científico de poner los conceptos en su verdadero lugar, retro trayendo la génesis de la enfermedad a un problema nutricio fundamental.

Efectivamente, la *enfermedad aguda* supone una exaltación de las funciones orgánicas, y la *enfermedad crónica* supone una depresión de las mismas. Sabemos muy bien que el enfermo crónico sólo puede curarse por una agudización de sus males; es decir, convirtiéndole -como dice Sandoz- la enfermedad por lentitud de la nutrición (crónica), en una enfermedad por aceleración de la nutrición (aguda). Esta transformación *metabólica*, es lo que se ha llamado en medicina natural *crisis*

curativa y en medicina homeopática *agravación homeopática*. Todo ello

106

no supone más que una variación en el ritmo de los libramientos vitales que concurren a la defensa orgánica. Pues como dijo Claudio Bernard: "El estado de salud y el estado de enfermedad son regidos por las mismas fuerzas, y no se diferencian más que por las condiciones particulares en las que se manifiesta la ley vital."

Ratifica todo lo expuesto el hecho indudable de que todo estado morbooso no es, a fin de cuentas, sino un proceso de *inflamación aguda, subaguda o crónica*. Lo agudo supone defensa, lo crónico adaptación. El sufijo *itis* (inflamación) que se aplica a las enfermedades (ejemplo: enteritis, bronquitis, salpingitis) expresa exactamente el concepto básico del mal.

Ahora bien: ¿cuándo un estado morbooso tiene tendencia constructiva o destructiva? ¿Cómo podremos reconocer esto?

Si bien es verdad que toda función anormal tiene tendencia correctiva, compensadora o sanadora, también es cierto que el resultado curativo depende de la cantidad de fuerza vital en su relación con la intensidad de la causa morboosa, y muy especialmente del tratamiento empleado. Si éste encauza los esfuerzos orgánicos ayudando a la depuración de las causas del mal, es indudable que se ahorrarán energías vitales. Muy al contrario, que si se instaura un tratamiento abortivo o supresivo que, impidiendo la labor depuradora de la naturaleza individual, obligará al organismo a tomar otro camino (seguramente más penoso) para resolver el problema de su defensa. Una enfermedad puede, por consiguiente, ser destructiva o constructiva, según el tratamiento que se emplee para su curación.

Llegamos a la conclusión de que *no toda enfermedad aguda puede considerarse como crisis curativa*, aunque su tendencia teleológica sea ésta. Por ejemplo: Una meningitis o una miocarditis no constituyen una crisis curativa, sino una consecuencia lamentable del ataque de causas morbosas; aunque el proceso inflamatorio localizado en órganos tan importantes, sea la expresión de una defensa del estado general. Lo sensible en estos casos es que la naturaleza tenga que recurrir para defenderse, a ciertos procesos en órganos cuya lesión puede costar la vida al individuo. Este hecho nos hace también deducir (por si no hubiese sobrados argumentos filosóficos para ello), que *todo proceso local es manifestación de una reacción general de defensa vital*. Y que si el organismo localiza a veces en ciertos órganos importantes el proceso inflamatorio de defensa y eliminación tóxica, es porque, por unas causas u otras, han fallado los mecanismos y vías normales de realizar las funciones depurativas y neutralizadoras. Con lo que se comprende la responsabilidad en la elección del tratamiento médico.

Dice con mucha razón el doctor Argüelles: "La fiebre es siempre una reacción del organismo, un síntoma del modo como éste responde a la existencia de un proceso morbooso general que afecta una parte en particular, y el proceso local puede ser curativo, como un incordio en la ingle, o destructivo, como un absceso en el cerebro."

De modo que el concepto de "crisis curativa", depende en primer

lugar de su carácter anabólico, de síntesis o polimerización, y en segundo lugar (de un modo adjetivo y circunstancial), del tratamiento

107

empleado, encauzador y no supresivo. Un tratamiento supresivo puede tomar una crisis curativa en crisis destructiva. Así, pues, toda enfermedad aguda puede ser crisis curativa si reúne las antedichas condiciones; pero distan mucho de serlo todas. Y en general se reserva ese nombre para las remociones de estancamientos o depósitos morbosos que limpian de toxinas los órganos y tejidos, restaurando las funciones alteradas a su ritmo y cantidad normal.

El carácter constructivo o destructivo de una crisis puede colegirse por el estudio de ciertos signos (estado general y de las funciones orgánicas, señales en el iris, diagnóstico básico, biorritmo, etc.) que merecerán nuestra atención al tratar del diagnóstico.

La unidad morbosa y la multiplicidad de formas

Con el mismo criterio con que afirmamos la unidad anatómica y fisiológica (véase pág. 33), tenemos que afirmar la unidad morbosa que, naturalmente no se refiere a las formas patológicas, sino a la capacidad reaccional que origina los cuadros sintomáticos. Dice el profesor Corral: "La solidaridad y estrecha correlación de los actos del organismo representada en la *conspiratio una* de Hipócrates, da lugar a que cada parte del organismo, necesite, para vivir bien, de la acción de todas las demás. Enferma, pues, una de ellas, es natural que enfermen las demás o al menos aquellas que con la primera estén más relacionadas." Esto quiere decir que, en realidad no existen enfermedades locales. Un catarro nasal puede ser una compensación eliminadora por deficiencias de una vía normal de eliminación o por ingestión de alimentos mucógenos. El especialista que con toques, pulverizaciones, ablaciones de cornetes, etc., *corte* dicho estado catarral, no habrá realizado ninguna labor clarividente en verdad.

El que un cuadro morboso tenga su principal localización en determinado órgano no quiere decir que sea solamente dicho órgano el que está enfermo, sino que el organismo ha encontrado en ese órgano ciertas facilidades o condiciones para realizar su función patológica de defensa. Por otro lado, un mismo cuadro morboso puede ser originado por causas distintas. Así, por ejemplo: Un estado tuberculoso puede ser por taquitrofia (aceleración de la nutrición) en un sujeto, por braditrofia (retardo de la nutrición) en otro, y necesitar de tratamiento completamente distinto, a pesar de que en ambos enfermos la enfermedad tiene (o se le da) el mismo nombre. Dos individuos pueden presentar el bacilo tuberculoso en los esputos, y uno se hace tuberculoso y muere, y el otro, sin tratamiento siquiera, calcifica espontáneamente sus lesiones y cura.

Y es que *el efecto que llamamos enfermedad, lo determina el organismo y no la causa morbosa*. Por eso se ha dicho con harta razón que, "no existen enfermedades sino enfermos".

Una vez admitida la causa del mal, todo depende de la capacidad

y manera de reaccionar de cada organismo y aun de cada sistema y de cada órgano dentro del conjunto. El doctor Ibarra nos pone el

108

siguiente instructivo ejemplo: "Dos individuos, que pueden ser hasta hermanos, criados y desarrollados en el mismo ambiente, cometen una transgresión de la ley fisiológica en la alimentación, por ejemplo: sus organismos respectivos llegan a constituirse sobre tejidos impuros; a la larga retienen productos morbosos y por su escasa vitalidad reactiva se traducen estas causas en procesos morbosos crónicos; en el uno en una lesión destructiva tuberculosa pulmonar; en el otro, en una diabetes. ¿Cómo las mismas causas han producido efectos distintos?"

"Porque en el hecho ya establecido, proceso morbooso, además del hecho biológico exterior, digámoslo así -alimentación antifisiológica y sus consecuencias primarias- intervienen las condiciones individuales que dan modalidad al proceso, y así en nuestro ejemplo, uno de los hermanos, por condiciones congénitas o adquiridas, por su costumbre de estar más tiempo en locales cerrados, por la sola actitud de su esqueleto, por no guardar la posición fisiológica, su aparato respiratorio trabaja en peores condiciones, la circulación en éste no es normal y allí se fijan las materias morbosas y por allí se eliminan, previo su proceso inflamatorio; el otro hermano por las condiciones de su vida, por las lecturas que hace, conversaciones que sostiene y falta de dominio de sí mismo, sufre emociones constantes que dificultan la fisiología de las glándulas de secreción interna, con sus consecuencias manifiestas en los variables cambios diabéticos."

Juzgando con este criterio filosófico, vemos que la multiplicidad de formas morbosas depende de las modalidades reactivas de cada organismo, y que en el fondo hay una unidad causal, representada por la alteración del quimismo humoral (medio interno), consecuente a la anormalidad de los aportes energéticos y materiales (medio externo) en más o en menos.

Mas en el fenómeno enfermedad no sólo nos interesa el *por qué* se produce (causa) y *cómo* se produce (mecanismo), sino muy especialmente, *para qué se produce* (finalidad). Olvidar este criterio teleológico o finalista es pisar terreno poco firme en la terapéutica. Solamente aprestándonos a respetar la finalidad del fenómeno morbooso, podremos ser útiles al enfermo. Y esto se deduce de la unidad anatómica y funcional tanto en salud como en enfermedad, que son las dos modalidades en que se manifiesta la vida una.

La enfermedad tiene una finalidad de orden físico: defiende y *depura* el organismo, le hace *evolucionar* venciendo causas mórbidas, le *adapta* y da nuevas capacidades defensivas y, en fin, le *selecciona*. Pero tiene además otra finalidad de orden moral o trascendente, que no es la menos importante, y sobre la cual debemos detenernos un momento.

Dice Paul Carton (*Medicina Blanca y Medicina Negra*) : "Estar enfermo es, en cierto modo, encontrarse conducido providencialmente a la escuela de la sabiduría, por medio de la paciencia, de la previsión, de la ponderación, del dominio, de la aceptación, del renunciamento, de la humildad, conjunto de cualidades que conducen al progreso espiritual. Una enfermedad, es pues, más bien una ocasión de lucha del individuo

contra sí mismo; es decir contra sus imperfecciones de conducta anterior y

sus malas tendencias, que un simple combate contra influencias externas...

"¡Las enfermedades son purgatorios!", decía Paracelso. Y un ilustre literato dijo no ha mucho: "Las enfermedades son *pecados* funcionando en un organismo"; frase admirable y sintética que plasma el verdadero y fundamental concepto de las enfermedades. Los pecados llamados capitales, son, en efecto no solamente pasiones bajas, sino causa inmediata, interna, de enfermedad. La envidia se traduce en anemia, la ira en congestiones, la pereza en retardos nutritivos, la avaricia en estados hepáticos y de desnutrición, la lujuria en estados caquéticos y tuberculosos, la gula en artrismo y toxemia ... La utilidad espiritual de la enfermedad estriba en la lección correctora de la desviación de los principios morales; puesto que todo error, baja pasión o falta de dominio propio, lleva a la transgresión de la ley natural y a la desarmonía consecuyente.

Esto nos hace pensar hasta qué punto es cierto el criterio de la unidad morbosa, no ya referido al organismo como unidad, sino extendido a todo el ser humano incluyendo sus elementos anímicos.

Síntomas de la enfermedad

Son los fenómenos o funciones anormales con los que la enfermedad se manifiesta. El conjunto de síntomas se llama *síndrome o cuadro sintomático*.

Los patólogos han dividido los síntomas, desde distintos puntos de vista, en anatómicos, físicos, químicos, estáticos, funcionales, pretéritos, actuales, esenciales, accidentales, persistentes, intercurrentes, etc., cuya denominación indica claramente lo que con ella se quiere significar. Pero a nosotros, desde el punto de vista eminentemente práctico de la terapéutica, sólo nos interesa diferenciar los síntomas *útiles* de los *perjudiciales*.

El conjunto de síntomas útiles constituye la *crisis curativa*; y el de los perjudiciales, la *crisis destructiva*. Un síntoma útil es, por ejemplo, la fiebre, una eliminación diarreica, una expectoración catarral. Un síntoma perjudicial es v. gr.: una lesión cancerosa o tuberculosa, una inflamación de las meninges. De modo que el problema del verdadero terapeuta, es el de la valoración del síntoma y su finalidad. De esta valoración depende el tratamiento y su éxito, y por consiguiente, el verdadero resultado saneador. Repitamos una vez más cómo una terapéutica sistemática de supresión sintomática, puede ser un palo de ciego, por abortar el esfuerzo defensivo de la naturaleza, cosa que si puede llamarse *curativa*, no puede llamarse *sanitaria*.

Dice un adagio: "El médico cura y la Naturaleza sana." Mas la Naturaleza sana, si el médico la deja, sabiendo los síntomas que debe respetar y encauzar...

Mecanismo de reacción curativa

Al actuar una causa morbosa cualquiera sobre el organismo, se produce un *efecto directo* más o menos ostensible, que llamamos *afección*. A esto responde el organismo con una serie de actos defensivos que constituyen la *reacción*. La acción de la causa es un *daño*, la del organismo una *defensa*. Esta *reacción viva* del organismo ante el poder *eficiente y excitante* de la causa del mal, lleva siempre una finalidad correctiva y saneadora, aunque no siempre la consiga.

Por ejemplo, en una herida, podemos considerar la *acción o afección* caracterizada por la destrucción o separación de tejidos, hemorragia, etc., y la *reacción viva* representada por todos los actos de coagulación de la sangre, reparación y cicatrización. En una fiebre tifoidea, la *afección* produce la paulatina intoxicación de los humores causada por alimentos fuertemente tóxicos y la depresión vital consiguiente; y la *reacción*, los fenómenos febriles, diarreas, hemorragias, inflamaciones linfáticas del intestino, etc., con los que el organismo se defiende y desintoxica.

Dice el profesor Corral: "No siempre tiene la misma importancia en las enfermedades, ni se perciben por modo tan manifiesto estos sus dos elementos constitutivos, pero en ningún caso puede prescindirse de ellos. Enfermedades hay en que la protesta del organismo se eleva tan briosa y pujante que quedan en la sombra y apenas se notan los actos hostiles de la causa morbífica: tales son la mayoría de las enfermedades agudas (enfermedades *reactivas*). Alguna rara vez, por el contrario -y pueden servir de ejemplo ciertos cóleras fulminantes- la impresión afectiva es tan profunda y deletérea que la reacción parece que no tiene ni tiempo de manifestarse: vida y reacción se extinguen a la vez para siempre. Tal enfermedad parece que queda incompleta o mejor dicho, que no existe: el vulgo dice con razón que el hombre *no ha tenido tiempo de estar enfermo*: muere como un decapitado. Las enfermedades crónicas suelen ser principalmente enfermedades *afectivas*, esto es, en las que la reacción se dibuja mal, y parece reducida a tentativas tardías, mal sostenidas y pocos eficaces. Sin embargo, un examen atento hallará, aun en estos casos desfavorables, hechos suficientes que traducen la tendencia y los conatos conservadores del organismo."

Y esta *reacción viva* con que el organismo responde a la *lesión causal* (usando el léxico de Letamendi) o *afección*, es, como ya dijimos, el resultado de la acción inmediata de la energía individual o fuerza medicatriz, que *actúa en todos los momentos en la proporción debida, para resolver el conflicto patológico; y a la que cabe estimular y quitar obstáculos, pero no dar resueltos sus problemas*, como con evidente falta de filosofía trata de hacer la medicina alopática.

Todo el mecanismo de funciones anormales desplegado por el organismo para luchar contra una causa morbosa o afectiva, va acompañado de una alteración material o anatómica, aunque simplemente se

refiera a un cambio nutritivo. Ocurriendo esto en la vida normal, en la que hasta una sencilla contracción muscular va acompañada de una variación química, no tiene porque no suceder en las formas patológicas

111

de la vida. A la alteración material, causante o consecuente, de la enfermedad, se la llama *lesión*.

Esta alteración de la organización es doble: a) La anterior a la función morbosa, que es generalmente de orden químico y causa del mal. b) La consecuente a la función morbosa, que es su efecto, y que puede llegar a ocasionar importantes alteraciones de tejidos y órganos. Así, como decía Huchard: "La enfermedad de la función habrá hecho la enfermedad del órgano."

Mas, es importantísimo hacer notar que, la alteración primera o causal, puede radicar en el medio cósmico extra o intraorgánico, como ocurre en el caso de respirar aire viciado o ingerir alimentos tóxicos. En este caso, a pesar de contar con órganos normales, se alterará la función, y esta alteración funcional, traerá a su vez, como consecuencia, una nueva lesión orgánica? Así pues, en las enfermedades en que la condición primitivamente alterada es el *cosmos*, hay un período de perturbación puramente funcional, que es precisamente *el de máximas probabilidades de curación*.

El olvido de este importante hecho, ha conducido, como dice Corral, al "abuso de la Anatomía patológica, o mejor dicho, las exageradas inducciones que se hacen de las lesiones cadavéricas para reconstituir la génesis de los procesos morbosos. Se olvida con frecuencia que estas lesiones son ya más bien, como ha dicho Semmola y otros, el *cadáver* de la enfermedad. La desesperación en el pronóstico y el nihilismo de la Terapéutica son las gravísimas consecuencias de esta errada manera de constituir la Patología. Desde este punto de vista la afirmación de las enfermedades sin lesión, *sine materia*, aun llevada hasta el último grado del absurdo, fuerza es confesar que no ha producido tantos desastres como la exageración opuesta".

Por esto, el ideal del diagnóstico, con miras a la máxima garantía terapéutica, es el de reconocer la *alteración prima o lesión causal*, muchas veces no ya de orden químico, sino de ese orden más recóndito de las perturbaciones moleculares y etéreas, como ya veremos.

Finalmente, reconózcase en la observación de todos estos hechos, la manifestación de la ley de "acción y reacción" en el proceso de la enfermedad como en los aspectos todos de la vida.

2 No puede haber escrúpulo en llamar *lesión* a la alteración del medio cósmico en función con el organismo, puesto que esta palabra proviene del término latino *leasus*, participio de *laedo*, que quiere decir lastimar, ofender. Efectivamente, el hecho afectivo de ser lastimado, es lesivo. Y lesión es más bien la acción de lesionar que el efecto de la misma.

Lección X

LA FIEBRE

La *fiebre* o elevación de la temperatura orgánica, es el más característico de los fenómenos de defensa orgánica y el hecho culminante de la reacción vital. Esto merece que le dediquemos una lección.

Por otra parte, el miedo que generalmente infunde a las familias todo proceso febril, nos induce a explicar el por qué y para qué se produce la elevación térmica.

Esto requiere algunas explicaciones previas.

El *calor animal* es una de las consecuencias del *proceso nutritivo celular*, que con sus desdoblamientos, hidrataciones y sobre todo *oxidaciones*, mantiene una temperatura constante específica, y cuyo libramiento en el hombre y en reposo, se ha calculado en unas 2500 calorías diarias.

Cuando el proceso nutritivo celular se exalta, aumenta la temperatura normal, y si este aumento *persiste*, lo consideramos como *proceso febril*. Esto quiere decir que existen aumentos de la temperatura normal, de carácter *no febril*, como los producidos por influencias externas (baños y atmósferas calientes) y ejercicios musculares extraordinarios, que son transitorios y cesan en cuanto cesa visiblemente la causa que los produce.

La fiebre no es solamente un aumento de temperatura, sino un conjunto de fenómenos que veremos a continuación y entre los cuales, la elevación térmica es el más destacado. Según el aumento de temperatura, podemos distinguir:

Fiebre leve	hasta 38,5 Grados
Fiebre moderada	“ 39,5 “
Fiebre alta	“ 40,5 “
Fiebre muy alta	“ 41,5 “
Temperaturas hiperpiréticas	entre 41,5 y 50 grados.

Aunque en algunas infecciones puede llegar la temperatura a 42 ó 44 grados, estas *temperaturas hiperpiréticas* deben considerarse como excepcionales.

Ciclo febril. Permítasenos referirnos a la sabia exposición de nuestro maestro de patología, profesor L. Corral, a la que, por su claridad y orden didáctico, nada podemos quitar ni poner.

113

En muchas de las enfermedades febriles agudas, la temperatura sigue su curso regular (*ciclo térmico*), en el que se distinguen bien tres períodos: de incremento, de estado y terminal.

1º El período de *incremento o pirogenésico* es aquel en que la temperatura se desarrolla hasta alcanzar sus alturas máximas: puede ser *rápido* (de pocas horas), *lento* (de unos días), y este puede ser *con oscilaciones ascendentes* (serie de crecimientos diarios cada vez mayores, interrumpidos por descensos cada vez menores, y que dan a la marcha general de la temperatura una dirección ascendente).

Cuando la subida de la temperatura es rápida y extensa -algunas veces de tres, cinco o más grados en cosa de una hora- se acompaña siempre del fenómeno del *escalofrío*, que consiste en una sensación angustiosa de frío, excitaciones musculares que pueden producir desde la erección de los bulbos del pelo (*carne de gallina*) y descomposición del semblante, hasta el temblor y castañeteo de dientes (temblor de la mandíbula inferior) y verdaderas convulsiones. La piel está fría (a veces baja hasta 32 grados y aun más), pálida y con matices azulados (cianóticos). El escalofrío constituye indudablemente un esfuerzo de acumulación de calor: la acción muscular exagera la termogénesis, mientras que la isquemia (contracción de los vasos sanguíneos) de la piel suprime la radiación: son estos dos hechos *paralelos*. La defensa no es, pues, contra el frío, ya que el enfriamiento es una parte del proceso, sino contra la causa morbosa.

2º El período de *estado, fastigio o acmé* es aquel en que la fiebre permanece en sus alturas máximas; puede ser breve, como el de los accesos de fiebre palúdica que dura a veces momentos, o largo, como el de la fiebre tifoidea que dura semanas. Se admiten muchas variedades: *fastigio de vértices* (forma *acuminada*), cuando la temperatura alcanza el máximo una a tres veces lo más en la enfermedad; de *oscilaciones*, cuando la temperatura sube a ciertas horas del día y baja en otras (y estas oscilaciones según la dirección general que dan a la marcha de la fiebre se llama *estacionarias, ascendentes o descendentes*) y finalmente el *fastigio remitente*, que es el que presenta oscilaciones grandes e irregulares.

3º El período *terminal* puede ser favorable (*de defervescencia*), o desfavorable (*premortal*).

La *defervescencia*, que es el retorno de la temperatura a la cifra normal, puede ser rápida, en unas horas (*crisis*); o lenta (*lisis*), en algunos días, y ésta irregular o con oscilaciones descendentes.

El descenso rápido y extenso de la fiebre se acompaña de un *sudor* copioso, y de un estado de inacción muscular, que es en un todo opuesto al fenómeno del escalofrío. Hay además una *poliuria* con eliminación de materias sólidas en gran cantidad, y que hacen bajar sensiblemente el peso del enfermo; y cambios en los elementos figurados de la sangre (*crisis*

hemática).

El período *premortal* conduce a la muerte por una subida enorme de la temperatura (*tipo ascendente*); por un descenso, que es lo más

114

frecuente (*tipo descendente o colapso*); o sin regularidad alguna (*tipo irregular*).

Otros fenómenos de la fiebre. La elevación febril de la temperatura orgánica, va acompañada de mayor *frecuencia del pulso y de la respiración; aumento de sed, sequedad de la lengua y falta de apetito; agitación nerviosa o depresión; orina disminuida y cargada; disminución de glóbulos sanguíneos; enflaquecimiento y ciertas alteraciones de los tejidos.*

Como se ve, todo ello supone un proceso de removimiento y eliminación, en el que queda reducido al *mínimum* el proceso de asimilación, cosa que hay necesidad de tener en cuenta para no errar en la instauración del régimen alimenticio de los febricitantes.

Cómo se produce la fiebre. En la mayor parte de los casos, la fiebre se produce por la existencia de toxinas o sustancias extrañas en los humores, y entonces su finalidad es la combustión, simplificación y eliminación de dichas sustancias. Menos veces es de origen puramente nervioso. Pero en todos los casos, la causa productora de la reacción febril obra sobre el sistema nervioso, donde residen los centros (bulbo, protuberancia, médula, pedúnculos cerebrales, cuerpos estriados ...) que regulan la temperatura del organismo.

Como hemos de tratar más adelante de las sustancias morbosas y de los microbios, bástenos decir aquí que, las fiebres de *origen humoral* son las *infecciones, tóxicas, inflamatorias y traumáticas*; y las de *origen nervioso* todas aquellas en que una causa no química, obra directamente sobre los centros termorreguladores (emociones, lesiones del sistema nervioso, neurosis, cólicos hepáticos, exploraciones quirúrgicas, etcétera).

La fiebre, como puede deducirse, es casi siempre un síntoma de un proceso morbozo (*fiebre sintomática*) pero existen casos de *fiebre esencial (o idiopática)* que casi pueden reducirse a las de origen nervioso.

Efectos y finalidad de la fiebre. Siendo la fiebre, como dijimos, el hecho culminante de la reacción orgánica, tenemos que aceptar, en principio, su utilidad y su finalidad saneadora. Esta opinión, de abolengo hipocrático, ha sido sustentada en todos los tiempos por los más destacados patólogos, y alguno, como Semmola, ha llegado a considerar como perjudicial todo tratamiento supresor de la fiebre.

Sydenham y Boerhaave expresaron su carácter depurativo y defensor. (1) Letamendi insiste en su tendencia conservadora y curativa. Corral nos dice que "la fiebre podrá en caso revelar la gravedad del *daño causal*, pero ella no es el daño sino la defensa contra él, y debe por lo tanto en principio respetarse. Podrá ser el barómetro que anuncia la tempestad, pero ésta no se conjura rompiendo el instrumento". Metchnikof y Bouchard en los tiempos modernos, Sandoz, Cartón, Ruiz

1 *Instrumentunt naturae qui partes impuras a puris sacernat*, decía el primero. *Affectio vitae conantis avertere mortem*, decía el segundo.

115

Ibarra, Lindlahr y otros últimamente, han demostrado elocuente y científicamente la acción defensiva del proceso febril.

Efectivamente, la fiebre favorece la formación de antitoxinas y sustancias defensivas (Lüdke); destruye, aumentando las oxidaciones, las sustancias morbosas (principalmente *coloides*), que no pueden ser eliminadas por los emunctorios sin una previa desintegración química; y atenúa la virulencia microbiana (Walter, Richter, Cheinisse, etcétera).

Prueba evidente de estos efectos depurativos es el mayor vigor y vitalidad que pueden observarse en aquellos individuos que han padecido una enfermedad febril, la cual ha sido tratada por medios *no supresivos*.

Al lado de estas ventajas de la reacción febril, ha habido autores que han tratado de exponer sus peligros o efectos desfavorables como la fatiga del corazón, la pérdida de peso y la muerte por exceso de calor. Indudablemente, todo esto puede ocurrir; pero nos inclinamos a pensar que, el peligro mortal de la fatiga cardíaca y la pérdida de peso, más puede deberse a los tratamientos supresivos (que contrarían la reacción orgánica) que a la fiebre misma; y en cuanto a la muerte por calor excesivo, ya hemos visto que pueden resistirse hasta temperaturas de 48 y 50 grados, límite extremo en el que ya puede darse la coagulación de los albuminoides celulares, pero al que cabe oponerse con aplicaciones hidroterápicas frías oportunamente prescritas. No olvidemos la frase del doctor Ruiz Ibarra: "No es la enfermedad aguda la que mata, sino el desgaste vital anterior a ella."

Se deduce, y a su tiempo hablaremos de ello, que la mejor terapéutica antifebril, consiste en realizar por los medios del arte médico, los efectos que busca la fiebre. Es decir, ponerse de parte del esfuerzo orgánico en lugar de contrarrestarlo.

Por todo lo expuesto sacamos en consecuencia que, cualquier enfermedad febril constituye el esfuerzo más franco de que es capaz un organismo para desembarazarse de las causas que perturban su vida; y que, por regla general, la fiebre carece en sí misma de peligros, de los cuales dista tanto más cuanto que con un tratamiento adecuado, eliminador, encauzador de todo síntoma defensivo y atemperante, se facilita la solución de todo aquello para lo cual la fiebre era el esfuerzo culminante de la reacción viva.

Hipócrates mismo juzgaba más fácil de curar cualquier enfermedad aguda que una crónica, y se prevenía contra la supresión inoportuna de la fiebre, al decir: "Los enfermos a quienes falta la calentura sin anteceder las competentes señas de terminación, o en los días que no sean críticos, es de temer vuelvan a recaer en la enfermedad." (Pronósticos).

Lección XI

COMO SE ENGENDRA LA ENFERMEDAD

Cuadro de la progresión de la desarmonía orgánica. La causa de la enfermedad es múltiple. Estados de enfermedad latente. Qué son las sustancias morbosas.

Se enferma rompiendo la armonía de nuestra vida por el incumplimiento de las leyes naturales.

¿Cómo se rompe esta armonía?

Por uno de estos cinco hechos:

1º *Excitación de la energía individual, obligándola a gastarse en cantidad mayor que la que por ley natural le corresponde en determinado tiempo.* A este resultado se llega con el uso de los excitantes artificiales (alcohol, café, medicamentos tóxicos, etc.) o dejándose llevar por la sensualidad, bajas pasiones y concupiscencia.

2º *Disminución de aquellos actos en los que debe encontrar normal empleo la energía individual en determinado tiempo.* A este resultado se llega por la vida sedentaria y ociosa, con su consiguiente retardo nutritivo y libramientos anormales de energías nerviosas.

3º *Obligando al organismo a recibir energías cósmicas en cantidad mayor o en calidad diferente a las que por ley natural le corresponden en determinado tiempo.* A este resultado se llega por la comida excesiva, la ingestión de alimentos impropios o tóxicos, el vicio de fumar, etcétera.

4º *Disminución del aporte de energías cósmicas que corresponden al organismo en determinado tiempo.* A este resultado se llega por la comida escasa, la falta de aire y sol, etcétera.

5º *Tratando de obtener el máximo producto de la vida de nuestros semejantes y negándoles nuestra ayuda.* A este resultado se llega en todas las manifestaciones egoístas de la vida, que a la postre redundan en perjuicio

del que las hace.

El resultado final de los excesos y de las faltas, tanto en calidad como en cantidad, es el *acortamiento de la vida, rebajamiento de la vitalidad, y acúmulo de sustancias morbosas* en los humores y órganos.

117

Llegado el momento, surge la enfermedad o *crisis defensiva*, destinada a restablecer la armonía, y una de dos: o el organismo vence si su energía vital es suficiente o sucumbe en la lucha. (Bajo el punto de vista social, la *guerra y la revolución* -que no es sino una evolución rápida- representan esfuerzos críticos contra el *morbo* de la injusticia).

La causa de la enfermedad es múltiple

Aunque toda enfermedad suponga en principio una violación de la ley natural que es su causa originaria, intervienen en su génesis y desarrollo factores diversos que vamos a estudiar, y cuya observación nos aleja del criterio simplista de la causa única.

El vulgo puede opinar que una pulmonía ha sido causada por el frío, una fiebre tifoidea por beber agua impura, y una tuberculosis por haberse introducido en el organismo el bacilo de Koch. Pero el hombre observador y estudioso sabe que esto no es así.

Efectivamente: en primer lugar, una enfermedad no aparece repentinamente, sino que se va gestando poco a poco, a veces durante mucho tiempo, por la insistencia en los errores del vivir. En segundo lugar, las causas externas a las cuales se atribuye generalmente el estallido de la enfermedad, no tienen influencia decisiva como factores del mal, sino cuando el terreno orgánico ha llegado a un determinado grado de alteración fisicoquímica.

Así, por lo menos, tiene que haber en toda enfermedad una *causa de fondo* que actúa poco a poco, y otra *causa ocasional* o motivo, representado por una variación más o menos brusca del medio que rodea al individuo (calor, frío, humedad, etc.); a las que se suman muchas veces las ingerencias de un agente parasitario infectante o infestante (microbio), el cual vendría a ser una *causa accesoria* o coadyuvante.

Ninguna de las tres por sí sola, como no actúe en un grado de intensidad extraordinario (que casi nunca se da en la práctica), puede originar la reacción vital, el *hecho* (no la cosa) que llamamos enfermedad.

El falso criterio de la causa única, que nos llevaría al también falso concepto de la especificidad del mal, nos conduciría al tercero y más lamentable de los errores: el de la *entidad morbosa* y su terapéutica específica, que es el camino más seguro para llegar al nihilismo terapéutico de que hablaba Corral. Y es que, la enfermedad no es *algo* que se *mete* en el organismo, según ya hemos dicho, sino un proceso completamente personal. Y que *se sale de los límites de la oscilación media normal* que constituye el estado de salud.

El estudio de las causas de enfermedad no puede desentenderse del

estudio del organismo vivo sobre el cual actúan, porque es precisamente éste el que desempeña el papel más activo en el fenómeno morboso. El cuerpo no es un recipiente pasivo de las causas de enfermedad como no puede serlo de los medios curativos. Hay que contar con él si creemos sinceramente en el principio de que es *la naturaleza*

118

la que sana. Y de la naturaleza orgánica más que de la causa ostensible, depende que se manifieste o no la enfermedad. Así, por ejemplo: Una corriente de aire frío produce un catarro a una persona y a otra no. La primera, bien por deficiencia de reacción calorífica o por recargo humoral de sustancias coloides, responde con la inflamación y eliminación catarral de las mucosas. La segunda reacciona cumplidamente con una activación circulatoria que no sobrepasa la oscilación normal y no enferma. No cabe duda de que, dada la misma causa, el efecto lo ha determinado el organismo, como expusimos anteriormente.

Así, pues, *no existe nada en el orden natural, que por sí mismo sea causa esencial de enfermedad.* Las causas morbosas solamente lo son por *su relación* con el organismo. De aquí la mayor importancia terapéutica que tiene para nosotros la modificación y vitalización del terreno orgánico, antes que la intención de atacar o destruir tantas pretendidas causas de enfermedad (microbios, oscilaciones climatológicas...) que en realidad ni se pueden destruir, ni son por sí mismas causas de perturbación de la vida.

En el cuadro que exponemos a continuación queda perfectamente fijado el papel causal que corresponde a cada elemento en el complicado proceso por el cual se llega a estar enfermo.

Estados de enfermedad latente

Antes de manifestarse cualquier enfermedad, se va fraguando paulatinamente el estado morboso, bajo la acción insistente de las causas patológicas. Este período (que a veces dura años), en el que no hay una sintomatología ostensible, aunque sí existen signos de alteración orgánica, se ha llamado *estado o síndrome de aptitud mórbida*, como quieren otros autores.

Cada organismo, ante la acción de una causa perturbadora, va determinando sus modos de resistencia y reacción según su tipo, temperamento, constitución, etc., manifestando una *trayectoria morbosa* que podemos prever y atajar con una simple corrección de conducta higiénica del paciente. Un estado canceroso, tifoideo o tuberculoso, no se improvisa, sino que es fruto de errores profundos y continuados. Más importante es conocer el camino del mal, que el mal mismo; por aquello de que "más vale prevenir que curar".

Los estados de enfermedad latente fundamentales son tres:

1º *Estado de intoxicación digestiva.* Se ha dicho con harta razón que, la mayor parte de las enfermedades tienen su origen en el tubo digestivo. Efectivamente, una alimentación excesiva e impropia, es la fuente máxima de intoxicación orgánica, por regla general. La ingestión continua de un

exceso de carnes, pescados, confituras, conservas, salazones, alcohol, etc., van poco a poco, en el curso de los años, recargando el organismo de toxinas o sustancias extrañas (ácido úrico, urea, ptomainas, alcaloides, colessterina, etc.), que alteran profundamente el quimismo orgánico y la constitución humoral, manifestándose a la postre

RESULTADOS SECUNDARIOS

Tumores Gangrena Necrosis Pulmonía Meningitis Sarampión Gripe Fiebre tifoidea Tuberculosis Cáncer Inflammaciones

CAUSAS ACCESORIAS O COADYUVANTES

(Microbios) Bacterias Protozoarios Insectos PARÁSITOS

MOTIVOS OCASIONALES

Emociones
Cansancio
Fatiga

Etcétera
atmosféricas
Depresiones
Viento
Calor
Humedad
Frio

VARIACIONES INDIVIDUALES

VARIACIONES DEL MEDIO

(Causas inmediatas)**PRIMARIOS RESULTADOS**

morbosas en el Sustancias Acumulo de

sangre y humores anormal de la Composición

Defectuosa inervación

MEDIOS

Defecto de energías externas Exceso de energías energía individual Mal empleo de la energía individual Excitación de la

(Trascendentales) CAUSAS	fundamentales Causas MOTIVOS
VIOLACIÓN DE LAS LEYES NATURALES	Autoindulgencia propio Falta de dominio Indiferencia Ignorancia

el estado de enfermedad cuando ya la fatiga de las defensas orgánicas ha hecho imposible una resistencia compatible con la vida normal.

El organismo, no obstante, va indicando a todo el que quiere verlo, la afección que le ocasiona el régimen antinatural, mucho antes de declararse la

enfermedad de un modo manifiesto.

La lengua saburrosa, la boca seca y con mal sabor, el aliento fétido, a veces la salivación excesiva, los períodos de mucha hambre seguidos de inapetencia, las náuseas, los vómitos, el ardor de estómago, las regurgitaciones ácidas, la pesadez o dolor de estómago, el estreñimiento, la producción de gases, la fetidez excesiva de las deposiciones, las hemorroides, el sueño intranquilo, el aumento de volumen del vientre, y otros variados signos, nos indican de modo evidente la intoxicación digestiva, la irritación gastrointestinal y la excitación general orgánica.(1)

Estos signos, a los que no se les suele dar importancia, se van intensificando y sistematizando paulatinamente, hasta que la alteración química continuada llega a producir lesiones de los órganos digestivos y la intoxicación permanente de los humores llega a originar alteraciones materiales de otros órganos, o estados infecciosos.

Se puede asegurar que *toda la patología digestiva no es más que un proceso de defensa o adaptación a alimentos antifisiológicos*, como dice Paul Carton: "No hay gastritis, sino un solo sufrimiento del estómago, expresado de diversas maneras." El progreso de la intoxicación digestiva, se extiende a las glándulas anejas que acaban por manifestar su irritación o insuficiencia (cólicos y vómitos biliosos, urticaria, ictericia, glucosuria (diabetes), etc.), tras de lo que se afecta, como consecuencia, el sistema circulatorio (várices, palpitaciones, congestiones, hemorragias), y el nervioso (insomnios, irritabilidad, hipocondria, astenia), clara expresión del trabajo excesivo de los órganos, de su fatiga consiguiente y de la agresión tóxica continuada.

En unos enfermos es el estómago el que más manifiestamente acusa la intoxicación y sobrecarga digestiva; son los *dispépticos* con sus variadas molestias de acideces, dolores, fermentaciones y gases. En otros, es el intestino que se presenta estreñido o suelto, pesado, doloroso, con flujos catarrales o hemorroides, etc.; son los *enteríticos*. Otras personas son más particularmente afectadas en el hígado, que le presentan sensible, aumentado de volumen y con tendencia congestiva: son los *hepáticos*, con su cortejo de signos característicos: tinte subictérico (o amarillento, por paso de la bilis a la sangre o *colemia*), amargor de boca y vómitos biliares, hemorragias fáciles por las encías, vías respiratorias, intestino y nariz, consecuentes a la plétora que generalmente les acompaña, etcétera).

Por de contado, se manifiestan también *incapacidades de elaboración* de determinados principios alimenticios, con resultados muy diversos. En unos se observa incapacidad del metabolismo de las *albúminas*, que aboca en la acidificación úrica y sus variadas manifestaciones artríticas, reumáticas, albuminúricas, etc. En otros son mal elaborados los principios

1 La lengua saburrosa puede no ser síntoma de intoxicación digestiva, sino de disminución de la vitalidad.

hidrocarbonados (féculas, almidones, azúcares), dando lugar a la obesidad, glucosuria, diabetes, etc. Otro grupo, en fin, transforma defectuosamente las sustancias *ácidas*, produciéndose cuadros de desmineralización, de los que

hemos de hablar. En realidad, todos estos resultados, si no una intoxicación propiamente dicha, suponen una sobrecarga humoral de sustancias extrañas que perturban profundamente la química normal de la vida, y a la postre son la más importante de las causas de enfermedad.

Sea por consecuencia de la fatiga de los órganos digestivos, en vista de la ingestión permanente de alimentos excesivos o antifisiológicos, sea por defecto en la ingestión de ciertos principios alimenticios, puede llegar un momento en que el organismo sea incapaz de una correcta y suficiente asimilación, presentándose entonces un *síndrome de desnutrición*, que muchas veces es el resultado fatal a que llegan las personas que han abusado de la mesa, cuando ya hacia la edad de 50 ó 60 años, el organismo se muestra incapaz de resistir la continuación de un régimen intensivo y tóxico de alimentación. Y entonces viene el adelgazamiento, el mal color, la debilidad o astenia general, la pérdida de memoria, irritabilidad e insomnio, la inapetencia, el estreñimiento, la sensibilidad al frío, caries, hinchazones y tendencia a las infecciones, frecuentemente de tipo caquéctico. Cuando la desnutrición es por falta de ciertos principios nutritivos (vitaminas, albúminas, sales), se presentan determinados cuadros patológicos (neuritis, escorbuto, raquitismo, pelagra, afecciones oculares, desmineralización), de las que nos ocuparemos oportunamente y cuya corrección es de relativa facilidad.

2° *Estado de desmineralización*. Se caracteriza por la pérdida de peso específico (Ferrier), debilidad, irritabilidad, tendencia a las infecciones de la piel y las mucosas (eczemas, conjuntivitis, anginas, impétigo, etc.), irritación y grietas de las aberturas naturales (boca, nariz, ano, ojos) y de la piel, dentera, friolerismo y tendencia a las hemorragias (de la nariz, las encías, los bronquios, etcétera).

La desmineralización orgánica proviene de la *escasez de alimentos mineralizantes* (frutas, verduras, hortalizas, leche, agua gorda), o de la *deficiencia de elaboración de los alimentos ácidos o acidificantes*. En efecto: los ácidos vegetales se transforman por *oxidación* intraorgánica, uniéndose a las sales alcalinas. Mas, cuando por falta de esta reacción, el organismo se muestra incapaz de esa transformación, se verifica un arrastre de dichas sales del seno de los tejidos, para neutralizar el exceso de ácidos que llegaría a ser incompatible con la vida. Igual hecho se opera cuando la acidificación humoral es resultante de un exceso de alimentos proteínicos (carnes, pescados, huevos) o de su incompleto metabolismo (ácido úrico, láctico, etc.). Pero cabe afirmar que es más frecuente la desmineralización por acidificación de los humores, que por la falta de alimentos mineralizadores como se deduce de la razón antes dicha.

Consecuentes a la desmineralización, son muchos estados patológicos que hallan en dicho proceso su razón de ser. Tales son el raquitismo, el escrofulismo (linfatismo), la osteomalacia, hemofilia, clorosis, mal de piedra (litiasis), infecciones glandulares, dérmicas y mucosas;

122

ateroma, flebitis, caries y tuberculosis, por no citar más que los más frecuentes.

3° *Estado de plétora*. Los signos característicos y que casi nunca faltan,

son:

Sensibilidad exaltada de la boca del estómago, que indica el estado congestivo del hígado, especialmente de su lóbulo derecho (lóbulo de alarma, según Pascault).

Tinte carminado de las uñas de las manos, que corresponde al estado congestivo de los pulmones, opacidad del pulmón derecho, y que expresa profundas alteraciones vasomotoras, consecuentes a la intoxicación orgánica, y fatiga del hígado.

La función del corazón se halla debilitada, presentándose frecuentemente fatiga al menor ejercicio y aun por el simple hecho de comer. Tampoco es raro que el individuo tenga algunas décimas de fiebre, sobre todo después de las comidas.

Unas veces, el enfermo pletórico presenta un aspecto de exuberancia vital, buen color y abundancia de carnes, propias del carácter sanguíneo y congestivo. Otras veces, por el contrario, simula un estado tuberculoso, por el adelgazamiento, fatiga y temperatura subfebril. En otros casos nos encontramos con enfermos fofos, pálidos y cansinos, como corresponde a un grado de intoxicación orgánica avanzada (probablemente de tipo colesterínico y precanceroso). Y en ocasiones advertimos la frecuencia de las hemorragias como defensa antitóxica y descongestionante, por la nariz, bronquios, hemorroides, etcétera.

El estado de plétora evoluciona en tres sentidos distintos, fáciles de prever, dado el temperamento y tipo del individuo. Hacia un estado de *gran artritis úrico* en los sanguíneos; hacia un estado de *gran artritis colesterínico* y procesos cancerosos en los linfáticos y hepáticos; y hacia un *síndrome de desnutrición*, en fin, tanto en unos como en otros temperamentos.

Los estados de enfermedad latente nos revelan la verdad de nuestro concepto sobre la alteración primordial del quimismo orgánico como base de todo mal, y el espejismo de las especialidades médicas cuando la práctica de éstas supone desentenderse del estado general, cuya alteración precede siempre a la alteración anatómica localizada.

Qué son las sustancias morbosas

Todo elemento extraño que se introduce en el organismo, es objeto de una de estas tres soluciones: *se digiere y asimila, o se deposita o se elimina*.

Todo aquello que no se ha asimilado formando *materia viviente* del propio organismo, debe conceptuarse como *sustancia extraña*. (Abderhalden dice que son *extrañas* las "sustancias que en su estructura y configuración no muestran ninguna afinidad con las que constituyen el organismo").

123

Claro es que, en toda sustancia extraña, hay un principio de perturbación de la química orgánica, y por consiguiente podemos considerarla también como *sustancia morbosa*. Mas conviene puntualizar que, una

sustancia normalmente aceptada por el organismo puede actuar como sustancia *extraña* cuando se ingiere en cantidad extraordinaria, que no permite su elaboración corriente. Los residuos mal o insuficientemente transformados, actúan como elementos morbosos, obligando a esfuerzos de transformación y eliminación. Tal sucede con la comida excesiva.

El concepto de sustancia morbosa, como base de toda manifestación patológica, viene a resucitar la antiquísima teoría de los "humores pecantes", sustentada ya en Grecia y en el antiguo Oriente, 2000 años antes de Jesucristo.

Modernamente, Augusto Lumière ha demostrado que la toxicidad humoral es debida a la presencia de floculados (precipitados), consecuentes a la destrucción parcial de la arquitectura coloidal de ciertos elementos humorales. Y que esto, a su vez, dependería del paso de las albúminas alimenticias y microbianas, o sus productos de desdoblamiento, al seno de los humores orgánicos. ("La teoría coloidal de la biología y de la patología").

Pero es que, además hay una multitud de aportes y residuos tóxicos no precisamente albuminoides, que actúan como sustancias morbosas y a los cuales pasaremos revista someramente.

Proceden de tres orígenes:

1º *Del mundo exterior.* (Alimentos antinaturales, impurezas del aire, etc.).

2º *De los microbios.* (Antracina, tetanina, tuberculina, malleina, etcétera).

3º *Del funcionamiento del propio organismo. (Desechos).* (Urea, uratos, ácido láctico, etc.).

Sustancias extrañas procedentes del mundo exterior. Son todos aquellos *manjares, o restos de su digestión, gases extraños del aire, drogas,* etc., que no se asimilan. Las *carnes* son los alimentos que más *sustancias mórbidas* dejan al digerirse. Entre otras citaremos la *tirosina* y algunos de sus productos de transformación: *paraetilfenol, paracresol,* etc.; el *escatol* y el *indol,* etc. productos de la descomposición del *triptofano*; el *ácido único* (principal causante del artrismo y estados reumáticos) y la *xantina,* la *urea,* la *creatina,* la *taurina,* las *tomainas* o bases de la putrefacción, entre las cuales podemos citar la *cadaverina, putrescina, colina, neurina* (esta última produce al ser inyectada en las ranas, en cantidad de 1 a 2 miligramos, la parálisis general), etc.

El vino, el café, el té, el tabaco, obrando con sus respectivos venenos (*alcohol, cafeína, teína, nicotina*), entorpecen órganos tan importantes como el estómago, el riñón, y el corazón, por el efecto curtiente o de endurecimiento que producen en sus estructuras.

Las *medicinas o drogas,* casi todas son tóxicas -como puede verse

hojeando cualquier libro de Terapéutica-, y algunas, como el *mercurio, arsénico, quinina, aspirina, antipirina,* etc., en tan alto grado, que sus malos

efectos son muchas veces peores que la enfermedad que se trata de corregir y suponen en quien las da un completo desconocimiento de los admirables éxitos de la medicina natural.

El *aire confinado* que se respira en los teatros, cafés, etc., y aun en las calles mismas de las grandes poblaciones, contiene gran cantidad de *sustancias tóxicas*: entre ellas citaremos el *anhídrido carbónico* proveniente de la respiración de personas y animales, y de las combustiones (braseros, velas, etc.). El *óxido de carbono* que no poco contribuye a la *anemia* de los habitantes de las grandes ciudades. La que se llamó *antropotoxina*, que es una mezcla de *gases y sustancias volátiles tóxicas* producidas en el tubo digestivo de las personas (especialmente en las carnívoras) y que se elimina por la piel y pulmones. Las *bases volátiles de la putrefacción* (*butilamina, amilamina, etc.*), el *gas sulfuroso, los carburos*, pueden también impurificar la atmósfera. Pueden existir en el aire, asimismo, partículas polvorientas de *carbón, metales, etc.*, y *polvillo de materias orgánicas* que fermenta en las cavidades del pulmón, etc. En fin, basta decir, como prueba de lo fuertemente tóxico que puede ser el aire de los locales donde se acumulan muchas personas, sin ventilación, que "se recuerdan con el nombre de *tribunales negros*, algunas audiencias judiciales en que enfermaron y perecieron una parte de los jueces y de los asistentes, con síntomas muy diferentes de los de la asfixia" (Corral). Parece hoy demostrado que en la respiración se elimina un *alcaloide volátil* de acción análoga a la *neurina* de la putrefacción de las carnes.

A la contaminación del aire en las grandes ciudades contribuyen grandemente los gases y humos que desprenden los automóviles, las industrias y las calderas de calefacción.

Sustancias extrañas provenientes de los microbios y su nutrición. Podemos citar entre ellas la *endotoxina* de los bacilos que se encuentran en los enfermos de cólera, terriblemente venenosa; la *tuberculina, la malleina, etc.*, y mil otras provenientes de la acción de los microbios sobre la sustancia que los nutre, como las siguientes: *tirosina, aminos, peptonas, ptomainas, fenol, indol, cresol, amoníaco, ácido butírico, etc.*

Sustancias extrañas procedentes del funcionamiento del propio organismo. Son en número grandísimo y salen normalmente por las glándulas y vías de eliminación. El *anhídrido carbónico* sale por los pulmones; las *heces* por el ano; la *orina* con su complejísima composición (de la cual forman parte el *ácido úrico, la urea, la creatina, los pigmentos biliares, etc.*), sale por el riñón; el *sudor* (que contiene entre otras cosas *urea, lactatos, sulfatos, fosfatos, etc.*), sale por la piel. De todas estas sustancias que se forman con el funcionamiento de los órganos, mencionaré algunas extraordinariamente tóxicas, como la *urea, el ácido úrico, la bilis*, por lo cual no nos han de extrañar los estados resultantes de su falta de eliminación, como por ejemplo, la *uremia*, por la retención de los *principios tóxicos* que debían salir con la orina, etc.

Todas estas sustancias extrañas, cuando son retenidas en el orga-

nismo, reaccionan unas con otras y con los propios componentes de los tejidos orgánicos, formando otras sustancias más complejas y estables, más difícilmente eliminables, que conducen a intensos estados de intoxicación crónica que se manifiestan en graves síntomas (estados caquéticos de la tuberculosis, el cáncer, etcétera).

La acumulación de todas estas *sustancias mórbidas*, ya sea por falta de eliminación, ya sea por exceso en su introducción, ya sea -como generalmente sucede- por ambas causas a la vez, es, como hemos dicho, la causa inmediata de las enfermedades. En efecto: todas estas sustancias *no asimiladas*, y por tanto sin vida, acumuladas en los tejidos orgánicos, hacen que sus células *no se nutran normalmente*, por encontrarse rodeadas de un medio anormal (exactamente igual que pasa a los microbios cuando han agotado el terreno en que viven), y por consecuencia *enferman y degeneran* (*degeneración grasosa, amiloidea, calcárea*, etc.). Hasta las enfermedades que menos parecen consecuencia del acúmulo de sustancias mórbidas, son a la postre motivadas por ellas. Así en el *idiotismo* se ha observado la *degeneración pigmentaria mieloide* de las células nerviosas; y enfermedades como la *parálisis general, demencia presenil, epilepsia*, etc., son debidas en último término a un defecto de nutrición de las células nerviosas; y es indudable que sólo puede haber defecto de nutrición cuando las células no reciben los cuerpos químicos que en normalidad requieren, o no pueden expulsar los restos de su función que las estorban.

Las causas de la enfermedad, según la escuela naturista hipocrática

Ninguna enfermedad, como hemos visto, es producida por una causa única. Por esto, parece infructuoso el empeño de ciertos investigadores en la búsqueda de una toxina, un microbio o un virus causantes del cáncer o del reuma.

Todo estado morbooso suele ser producido por tres causas, como fue admitido por las antiguas escuelas griegas de los "Asclepiades", tanto la "hipocrática" de Cos (a la cual perteneció Hipócrates, el "padre" de la Medicina) como la de Cnido, formada también por muy doctos varones.

Estas tres causas son: *pre disposición*, causa constitucional o "aitia", congénita o heredada; causa *ocasional*, motivo o "profasis" y causa *accesoria*, complementaria o "sinéctica".

La predisposición es la disposición originaria, carácter o "personalidad". Se recibe por herencia de los antepasados y determina la conformación anatómica, la calidad de los tejidos orgánicos y su reacción, el tipo, el temperamento y las tendencias psicológicas.

Este conjunto heredado de condiciones personales constituye el "sino" como la "ananke" de los griegos, a modo de "necesidad" o "forzosidad", que la conducta personal acertada o errónea convierte en "destino", "moira" o fatalidad.

Súmanse a estas condiciones otras hasta cierto punto involuntarias, como el clima, las estaciones del año, la vida familiar y social, la profesión y la conducta personal en materia de higiene o su contraria.

La causa ocasional o profasis, dependiente del azar, el infortunio o el acaso, puede consistir en contusiones, enfriamientos, disgustos, emociones o tensiones. Fue denominada por los hipocráticos "tykken", que significa: "lo que es, pudiendo no haber sido".

La causa sinéctica o complementaria puede estar representada por parásitos, fermentos, virus o la reacción a la lesión primaria. Por ejemplo, un golpe puede originar la rotura de un hueso y luego infectarse la herida produciéndose un absceso, un tétano, una osteomielitis, etc. Los asclepiades consideraban a la causa sinéctica como la conjunción de la causa interna o disposición y la causa externa o motivo. Y tras de ella venía el desorden inicial anatomopatológico, punto de partida o "aphorme" del razonamiento diagnóstico.

En uno de los libros del *Cuerpo hipocrático* ("Sobre la naturaleza del hombre") se establece una distinción causal genérica:

Las enfermedades "epidémicas", que se transmiten por el aire que se respira.

Las enfermedades "esporádicas", que se deben a los desórdenes personales del régimen de vida. En este aspecto es causa importante la brusquedad en los cambios de régimen; porque lo "brusco" es una forma de lo "violento" y lo violento es "funesto". La sencillez, la no-violencia y la integridad, son las más notorias propiedades de una alimentación sana.

Así, según la causa y su manera de actuar, la enfermedad puede considerarse un castigo (como se consideraba generalmente en la antigüedad), como un reto o como una prueba. La enfermedad como castigo requería una terapéutica en que no podían faltar las invocaciones a los dioses y otros seres espirituales, para arrojar los "malos espíritus" (hoy diríamos complejos) causantes del mal. La enfermedad como reto obliga al hombre a buscar una solución inteligente o racional para curarla o evitarla (es el camino de la ciencia moderna). La enfermedad como prueba debe educir en toda persona el dominio de sus extravíos, debilidades y vicios, la fuerza de su voluntad y la eficacia de sus virtudes latentes (fe, esperanza, paciencia, fortaleza, templanza), cuya ausencia puso en juego gran parte de las causas de la enfermedad.

Una vez que éstas han actuado, se produce una alteración de la potencia, fuerza vital o "dynamis", que produce a su vez la reacción; desarrollándose según el esquema típico de los asclepiades: Comienzo o "arkhe", incremento o "epidosis", "acme" o punto culminante y resolución o "apolysis", pudiendo también terminar en la muerte o "tanatos".

Los antiguos hipocráticos concibieron el mecanismo humoral de la enfermedad, más tarde sistematizado por Galeno. Los cuatro humores o líquidos del organismo: sangre, bilis, linfa y atrabilis, normalmente actuando en mezcla proporcionada, pueden alterarse por las causas ya citadas y separarse un humor ("apocrisis"), originando una "discrasia" (o mala mezcla) que produce un desorden funcional o "adinamia". Y este humor desplazado puede formar un depósito o "apostema" o retirarse hacia un órgano interior en forma de "metastasis".

Este criterio humoral, tan despreciado por la medicina moderna,

debe valorarse en lo que tiene de cierto, a los efectos terapéuticos. Y, para ello, hay que recordar también las transformaciones de estos líquidos desplazados, "humores pecantes" o materias morbosas.

La "pepsis" o cocción de los humores (de "pessein", fermentar, y de "pepainein" cocer), es lo que nosotros llamamos sencillamente fermentación, muchas veces producida por fermentos figurados o "microbios". Por la cocción todas las cosas se hacen dulces (suaves, favorables), decían los hipocráticos, y se llega a la depuración o "Katharós". Este criterio de la depuración como vuelta a la salud se ha olvidado completamente en esta época de vacunas, sueros, inyecciones, medicamentos y transfusiones.

Tras de la "pepsis" viene la crisis (de "Krinein", separar, decidir...) que es una modificación súbita o rápida del proceso morbo, que, cuando coincide con la "pepsis" y la "metástasis" es indicio de franca curación, y esto se manifiesta por medio de la fiebre (o "piretos") y la inflamación (o "phlogmós").

La fiebre puede ser un síntoma sanador o peligroso; pero, en principio, se presta a ser conducido a buen término por el arte de la medicina. La fiebre puede ser agudísima, que hace crisis a los tres o cuatro días, aguda, que dura de una a tres semanas, y larga, que excede de tres semanas y termina sin crisis o se hace continua, adoptando una forma particular, como, por ejemplo, en la malaria o paludismo. (Ver pág. 113).

En el libro "Sobre las semanas", del *Corpus hipocrático*, se dice que las fiebres se resuelven en los días 7º, 9º, 11º y 14º (segunda semana), 21º (tercera semana), y 28º (cuarta semana); y que en los días impares los enfermos sanan o mueren. Esta verdad relativa no es ajena a la observación de los ritmos naturales. (Véase pág. 100.)

La inflamación o tumor inflamatorio se caracteriza por los cuatro síntomas clásicos de calor, tumor, rubor y dolor, y toma distintas formas como forúnculo, tubérculo, flictema, absceso, flemón, antrax, bubón, inflamación... que expresamos habitualmente con vocablos terminados en "itis" (bronquitis, colitis, otitis, salpingitis, etc.).

La terminación de la enfermedad puede ser la curación total, la salud suficiente, que, aunque sin salud total, puede permitir el desarrollo de una vida casi normal y la incurabilidad, que no tiene más solución que la paciencia, la resignación o la muerte. "Para los males sin remedio no hay remedio más eficaz que aguantarlos virilmente", decía Arquíloco.

La muerte normal o "eutanasia" o la muerte anormal o "distanacia", no hay porque tratarlas aquí. El término de una vida naturista debe ser la muerte eutanásica, tras la longevidad que proporciona la buena salud.

A pesar de los progresos técnicos de la medicina moderna y de su pretendido fundamento hipocrático, aun se ignora la causa de muchas enfermedades. Dijo el Dr. Barceló en Barcelona, en el IX Curso internacional de enfermedades reumáticas, (Noticias Médicas, 4 –abril– 1972 que "la causa de la artritis reumatoide continúa siendo un misterio,

a pesar del sostenido trabajo para dilucidarla".(2) El catedrático K. H. Bauer, durante el LXXXVIII Congreso de cirujanos recientemente celebrado en Munich, dijo que "la génesis del cáncer sigue siendo un enigma, si bien continúa incrementándose el cáncer de los fumadores. Habló por fin de un posible virus desconocido, que, al no conocerse, no pasa de ser hipotético. Y así tantos.

Indudablemente, el repaso del estudio sistematizado de las causas de los males según la escuela hipocrática, podría abrir un buen camino de investigación a los médicos y biólogos de nuestros días. (3)

²Lo mismo ha dicho el doctor Borrachero del Campo en ABC de 19-VIII-72.

³ Consúltese el magnífico libro "Medicina Hipocrática", del profesor doctor Laín Entralgo, no hace mucho publicado, que nos proporciona datos valiosísimos, concretos y documentados.