

Cien años de soledad

“El que quisiere tener salud en el cuerpo, procure tenerla en el alma”

Francisco de Quevedo

“El ser humano pasa la primera mitad de su vida arruinando la salud y la otra mitad intentando restablecerla”.

Joseph Leonard,

Premio Nobel de Fisiología y Medicina.

Contrariamente a todo lo que la medicina ha especulado durante años sobre lo perjudicial que significan los hábitos nocivos para la salud de las personas, como por ejemplo el cigarrillo, el alcohol o la droga, y especialmente sobre lo que la ciencia entiende por “vida saludable”, Jeanne Louise Calment, la mujer que vivió 122 años y 164 días, la persona documentada más longeva de la historia, comenzó fumando a los 21 años de edad (dos cigarrillos diarios) y de manera asombrosa dejó de fumar a los 117 años.

La decana de la humanidad y todavía puntera en el libro Guinness de récords mantiene vivo su secreto sobre el arte de la longevidad después de muchos años de haber fallecido (1997)

Nacida en la década de 1870, logró sobrevivir a no menos de 329 supercentenarios verificados menores que ella, siendo incorporada al *Libro Guinness de los récords* en 1988.

Según lo ha expresado la propia Calment, ella atribuyó su longevidad y su estado relativamente saludable para su edad al aceite de oliva, el que utilizaba diariamente en la ingesta de alimentos y para untarse la piel, así como una dieta basada curiosamente en vino de Oporto y en el consumo de casi un kilo de chocolate a la semana. Curiosamente, Calment llevó una vida por demás activa: practicaba esgrima, andaba en bicicleta, fumaba dos cigarrillos diarios, y caminaba todos los días hasta que se fracturó el fémur en una caída a la edad de 114 años, lo que requirió cirugía, y la posterior utilización de una silla de ruedas. En 1994 llegó a pesar 45 kilogramos; y poco antes de su cumpleaños 116, enfermó de gripe, pero increíblemente logró sobreponerse.

Pero la clave de la longevidad de Calment no era un secreto a voces y parece radicar en una forma de vida sosegada que todos conocían bastante bien. Es que la adorable anciana tuvo la fortuna de llevar una vida tranquila y ordenada en Arlés (Francia), lugar donde residió durante toda su vida, y poder encarnar en los huesos de su juvenil espíritu aquel famoso dicho latino de

Juvenal, que reza: *Mens sana in corpore sano*. Es cierto que su campechano estilo de vida ha sido posible gracias a la fortuna de su esposo, que pudo dedicarse a hacer solo lo que más le gustaba y que, como no le fue necesario trabajar, hizo solamente las labores que creía conveniente, pues parece que el don más grande que tuvo la serena y sempiterna Calment fue el hecho de que jamás tuvo que hacer nada que no fuese por placer y por el solo gusto de hacerlo.

Probablemente, la longevidad de esta francesa supercentenaria nos haga reflexionar sobre la importancia de llevar nuestra vida encaminada por los linderos de nuestro deseo y enfocada hacia la permanente búsqueda de su realización. Si bien vemos en la añosa figura de Calment la viva representación de alguien que tiene una postura realmente notable y de excepción, está claro que “lo saludable” para cualquier sujeto hay que buscarlo no solo en la singularidad de cada uno –como en el caso de ella-, sino también en la relación que tiene cada uno con su deseo y con la palabra que pone en juego su deseo más que en los modelos, costumbres y criterios supuestamente “sanos” que la ciencia, con la metodología de sus cuadrados paradigmas, pretende enseñarnos como las formas más inteligentes, correctas y científicamente aceptadas de vivir.

Tal vez porque Jeanne Louise Calment vivió ignorando los mandatos “científicamente comprobados y correctos” que el discurso de la medicina trata de imponer en los individuos más vulnerables a los empujes del saber científico, los que hacen del diagnóstico o la última palabra del médico verdaderamente una palabra “santa”, una palabra imbuida con todas las connotaciones religiosas de aquel que la detenta desde su señorial y endiosada investidura, es que logró sobrevivir a su hija y a su nieto; y más aún, sin contar con la presencia de un ser superior o ángel protector que cuidara de su pequeña, añosa y sosegada alma de diamante, es que al poco tiempo de su muerte, Jeanne expresara, con sinceridad y gran calma, la frase que motivó en nosotros el desarrollo de estas líneas: “Dios se olvidó de mí”.

Si pensamos en aquella frase de Spinoza “El deseo es la verdadera esencia del hombre” quizás no sería desacertado cambiar la clásica pregunta de ¿cuántos años crees que vivirás? por otra más relacionada con la ética y lo que podríamos llamar “el goce de vivir”, –por supuesto luego de haber cruzado la frontera que nos impone la cita de Lacan, esa que dice: “¿Haz actuado en conformidad con tu deseo?”. Y si es así... –y ahí viene la pregunta con la que espoleamos al lector: ¿Cuántos años crees que vivirá el deseo en ti?

Porque tal vez Ramón y Cajal no estaba tan errado cuando dijo que “Solo la alegría es garantía de salud y longevidad”. O Salomón, cuando expresó “El ánimo es la más sana medicina”; o Jonathan Swift, cuando dijo “Los mejores médicos del mundo son: el Doctor Dieta, el Doctor Reposo y el Doctor Alegría”; o Pitágoras, cuando recomendaba “Antes que al médico, llama a tu amigo”. O Alejandro Dumas (hijo) cuando reconocía que “La esperanza es el mejor médico que yo conozco”. O Hipócrates, cuando prescribía “Que tu alimento sea tu única medicina”. O Miguel de Cervantes cuando decía “Come poco y cena más poco que la salud de todo el cuerpo se fragua en la oficina del estómago”. O Voltaire cuando explicaba que “El arte de la medicina consiste en entretener al paciente mientras la naturaleza cura la enfermedad”. O Moliere cuando envestía contra la misma medicina, alegando que “Casi todos los hombres mueren de sus remedios, no de sus enfermedades”.

Porque como decía el viejo Confucio seis siglos antes de Jesús: *“Cuatro cosas es necesario extinguir en su principio: las deudas, el fuego, los enemigos y la enfermedad”*.

**(Véase también el video en youtube de Julian Cavalero
“Dios se olvidó de mí”)**

HUGO CUCCARESE