

## LA VIDA CONTEMPORÁNEA

## LA MACROBIÓTICA. — DICHA Y DESDICHA DEL NOMBRE

Mientras preparo la maleta para salir á respirar un poco del lado de Europa, con ánimo de visitar un país católico, que es al mismo tiempo nación moderna y adelantadísima y donde no se va á las procesiones con revólver, ni éstas se terminan á garrotazos y balazos (como si estuviésemos, salvo los perfeccionamientos del armamento, en plena época de la Liga, en el oleaje que rodeó la vida azarosa de Guisa el *Balafré*), me entretengo á ratos en leer el último libro recibido, obra de mi amigo el francés Juan Finot, director de la *Revue*, y se me ocurre hacer un beneficio á la humanidad — á la parte de humanidad que me lee — transmitiendo unas cuantas de las buenas noticias que nos da Finot, conforme, por cierto, con teorías que alguna vez he tenido en estas crónicas ocasión de desarrollar.

Es natural que los lectores ya ni lo recuerden, pero he de decir entonces que, lejos de acortarse el plazo de la vida, como pretenden los que ensalzan el tiempo pasado, se prolonga, y no de un modo insensible, sino bastante considerable (en algunas naciones, en medio siglo, se han ganado de seis á ocho años, que no es grano de anís). Sostuve igualmente que el estudio y la cultura, en vez de abreviar la existencia, hasta se diría que la fortalecen. Para demostrarlo presenté una estadística de literatos y pensadores, elegidos al azar, longevos casi todos, y aumentando la longevidad según nos acercábamos á la época contemporánea. La cosa es tan sencilla, que me parecía casi un lujo añadir demostraciones. ¿Qué planta prospera mejor, tarda más en secarse, la bien abonada, regada y aireada, ó la que se abandona? Pues la planta humana nunca gozó de tan inteligente y esmerado cultivo como en el día. Hoy se cuida al hombre desde el mismo vientre de su madre. La higiene y la alimentación adecuada en las clases pudientes, las leyes de protección á la mujer en las obreras, van (lentamente aún, es cierto) favoreciendo al niño en el claustro materno, en el cual se adquieren ya distintas predisposiciones, decisivas para toda la vida á veces. El día en que aprenda la humanidad lo que saben los labradores, que la semilla echada en el surco requiere cuidados si ha de germinar en condiciones de producir buena cosecha, atenderá extraordinariamente á la mujer encinta, y se considerará agravante, en todo delito ó crimen, el ir contra la mujer por la presunción de que puede hallarse en ese estado y ser dos las víctimas, y no la menos infeliz, andando el tiempo, la que antes de ver la luz contrajo enfermedades que, ocultas, aparecerán un día en todo su horror y harán que el hombre reniegue de haber nacido.

Volviendo al libro de Finot (se titula *Filosofía de la longevidad*), declaro que es uno de los más curiosos y consoladores que cabe leer. Verdad que, al principio, nos desalienta un poco transcribiendo datos según los cuales hubo en la antigüedad individuos que alcanzaron edades hoy inaccesibles, por mucho que extendamos el cálculo optimista. Por ejemplo: Rogerio Baun asegura que en 1245 vivía aún un mocito que en 362 había asistido al Concilio de París, que decía tener la friolera de 983 años lo

menos. De un habitante de Goa aparece que llegaba á los cuatro siglos. El escocés Mac Crain, á los dos pasados. El alemán Popalio, á los cinco. ¿Pues y los patriarcas de la Biblia? Estos grandes generadores no conocieron las enfermedades de la medula, y duraron trescientos ó cuatrocientos años, como quien no dice nada. Matusalén — prototipo de la longevidad, que si está en el cielo debe de ser allí abogado de los vejesterios — no se contentó con menos de 969.

Como estas cosas sucedieron hace mucho tiempo, podría agüársenos el gusto de saberlas con la inquietud de dudar si las entendemos bien, si no hay error; y aquí empiezan los beneficios del libro á que me refiero, pues rebuscando y juntando datos cada vez más recientes y corroborados, va probando que si los novecientos años es cuenta galana, en cambio á los ciento y pico llega cualquiera, con algo de buena voluntad y unas miasmas de suerte. Es sumamente lisonjero pensar que un pescador de cien años atravesaba aún á nado los ríos; pero, si cabe, aún sonreirá más á los vejeteros el caso del famoso aldeano noruego J. Garrington, que á los 151 años tuvo un chiquitín, tan rollizo y tan frescote.

Antes que los casos anormales, hallo lisonjero y satisfactorio el crecimiento de la vida dentro de la normalidad. «Resulta — escribe Finot — que en Francia, mientras al comienzo del siglo el término medio de la vida no era más que de 35  $\frac{1}{2}$  años, entre 1877 y 1881 pasaba de 40 años: (40  $\frac{1}{2}$  para los hombres y 42 para las mujeres). Y sin embargo — añade — no es Francia de los países más favorecidos en este respecto. Fijémonos, verbigracia, en los países escandinavos, cuya estadística rigurosa data de más de 100 años; nos asombraremos de la regularidad casi matemática con que allí se manifiesta la disminución constante de las defunciones. La bienhechora ciencia va protegiendo la vida. Sólo con la sueroterapia se salvan de la difteria, anualmente, millares de niños. ¿Quién sabe si entre ellos se cuenta el hombre futuro, que engrosará con nuevos descubrimientos ó con nuevas obras de arte sublime el caudal de las generaciones?»

Deducciones muy entretenidas se sacan de la estadística comparada, en este negocio de la macrobiótica. Allá en 1838, los académicos vivían, por término medio, 68 años; ahora viven 71 años y cuatro meses. ¡Se les ha concedido prórroga! Son los de la Lengua (ó Instituto) los más favorecidos, pues los de Morales tienen dos meses menos, los de Ciencias dos años, los de Bellas Artes uno... — Que digan luego que la profesión no ejerce un influjo decisivo, capital, en todo el ser. — Los novelistas, poetas y dramaturgos también gozan de largo plazo sobre el planeta; y hasta se ha llegado á averiguar que los historiadores viven más que los que hacen la historia, ó sea los hombres de Estado, y que éstos disfrutan de un año ó dos más que los agitadores políticos, que á su modo son hombres de Estado también.

La mujer, en cualquier situación ó condición que la supongamos, muere más tarde que el hombre. Es la única compensación de la naturaleza á muchas inferioridades físicas, entre ellas el mayor número de enfermedades, pues la hembra padece bastantes más que el varón. Tal vez consista la diferencia en que la mujer sufre las enfermedades que Dios la envía, y el hombre las que él mismo se busca y proporciona. A pesar de todos los achaques inherentes á la función de la maternidad, la mujer dura mucho, y es en el sexo femenino crecida la proporción de centenarios. Según el último censo indio, dice Finot, había, de 380 centenarios, 247 mujeres, cifra tanto más digna de atención, cuanto que el número de mujeres, en aquella comarca, es inferior al de hombres. Diríase que la naturaleza nos fabrica con metal de mejor ley, y que esta superioridad metálica es extensiva á las hembras de todas las especies. Basándose en datos suministrados por la embriología, la mujer posee relativamente más elementos de vida que el hombre. «En el mundo animal, basta alimentar bien á la madre para aumentar la proporción de nacimientos femeninos. Sometiendo al régimen del hambre á las larvas de las falenas y mariposas, salen machos.»

Esta noticia es ya bastante singular, y pugna no poco con las ideas corrientes; y habrá de causar extrañeza á los que piensan por cédula y patrón, que cuanto más pobre es un país más hombres nacen en él, y que en la fuerte raza sajona sea casi de un tercio más la proporción de nacimientos femeninos; pero todavía sorprenderá doblemente el saber que en bastantes ancianos, pasados los ochenta, aparece la tercera dentición. Un Sr. Peter Bryan echa los dientes — angelito — ¡á los ciento diecisiete años!

¿Y en qué consiste — preguntarán afanosos los vie

jos incipientes — el método para conseguir tan dichosos resultados? ¿Qué conviene hacer para durar y remozarse de tal suerte?

Ahí está el busilis. No se conoce sistema probado, y sin embargo, debe de haberlo, pues lo que aprovecha en general á la especie aprovecha al individuo, y si la especie ha ganado en vida, el individuo, siguiendo la marcha de la especie (higiene, nociones científicas), acertará el camino para durar. Uno de los medios recomendados es... comer poco. Y si se come mucho — como en Inglaterra — hacer ejercicio á proporción; quemar el residuo de la alimentación no asimilada. El abuso del alimento es más perjudicial que las privaciones. Comemos tres veces lo que necesitamos; de ahí las enfermedades que nos acosan. Nos viciamos en comer, como podríamos viciarnos en beber. Y hay mucha gente que cree — de buena fe — que la bebida es vicio, y el atracarse, no sólo cosa lícita, sino loable. ¿Qué más da ingerir con exceso líquidos que sólidos?, dice la razón. Pero las rutinas arrollan á la razón casi siempre.

Es, sin embargo, tan cierto que el abuso de la comida constituye un daño mayor aún que el de la bebida, que entre los centenarios se cuentan alcohólicos, pero no se cuentan glotonos. La *gerocómia* (arte de prolongar la vida humana) predica las virtudes de la sobriedad, repite á cada momento el consejo de la sabiduría antigua: moderación, moderación y moderación.

Pasando de la muerte al pórtico de la vida, al nacimiento, encuentro en los diarios un caso ocurrido en Valencia, con la imposición de nombre á una niña. La escena ocurrió en el registro civil, y el padre de la criatura deseaba que ésta se llamase, durante su peregrinación por el mundo, *Electra*, como la protagonista del drama de Galdós. En el registro se negaron á inscribirla con tal nombre, pero al fin tuvieron que hacerlo, de orden superior, y *Electra* se llamará la chica, á quien compadezco, como á todo el que lleva un nombre que entraña significación y parece señalar rumbos, límites y orientaciones para la existencia. Leyendo este incidente de actualidad, recordé otro análogo, acaecido en Marinada; sólo que éste — cosa más grave — ocurría ante la pila bautismal. El padre, creyente, pero avanzadísimo en ideas, se empeñaba en que á su vástago se le había de poner *León Gambetta*, al derramar sobre su frente el agua bautismal. «Pero si no puede ser, objetaba tranquilamente, sin enojarse ni asustarse, el cura. *León*, corriente, se hará; pero *Gambetta* es apellido. ¿Cómo quiere usted que impongamos apellidos en la pila? El apellido lo da la ascendencia. Apellido, el de usted y el de su madre llevará este rapaz.» No se convencía el padre, y seguía porfiando que por *León Gambetta* se cristianase su hijo. «Vamos á ver, repuso el cura en tono conciliador y afable, se me ocurre una idea. ¿Por qué no le ponemos *Julio Simón*? Eso es lícito: hay *San Simón* y *San Julio*. Y Julio Simón, si no me equivoco, era tan republicano como León Gambetta...»

Si les parece á ustedes demasiado ingenioso y agudo este cura (tomado de la realidad), cotéjenlo con el feligrés que un día, resuelto y determinado, pidió que á un chiquitín se le impusiese el nombre bravo y sanguinario de *Tigre*. Y cuando el párroco le respondió, escandalizado, que en la pila no pueden imponerse nombres de animales, saltó exclamando con gran viveza: «¿Cómo que no se puede? ¿Pues no se llama *León* el mismo papa?»

Mil veces se me ha ocurrido dudar si es tributo de admiración ó muestra de desprecio el dar á un animal el nombre de una celebridad humana. Hay los dos casos, pero me inclino á que el primero es más frecuente. Hacia 1870, infinitos caballos y perros tuvieron el honor de atender por *Bismarck*. Ahora son innumerables los que atienden por *Kruger* y *Boer*. Otra particularidad en la que he podido fijarme: los nombres de los toros. Son infinitos, nunca repetidos, generalmente adjetivos substantivados, en extremo castizos, expresivos y pintorescos. Del cartel de una corrida, lo que suele atraer mi vista son los nombres. Dan testimonio de la riqueza, de la fertilidad y plasticidad del idioma, cuando lo maneja el mejor hablista, que es el pueblo, la raza, usando elementos genuinos y puros. Observad los nombres de los toros, y os sorprenderá, como á mí, su variedad y su sabrosa gracia.

Y ya que se trata de nombres, sepa Mariano de Cavia, que me alude, que estoy conforme con él en que *Yolanda* es *Violante*, pero no en que haya palabra alguna intraducible. Seremos torpes al querer traducirla, pero traducción ha de tenerla. ¡Naturalmente!

EMILIA PARDO BAZÁN