

# DISCURSOS

LEÍDOS EN LA

## REAL ACADEMIA NACIONAL DE MEDICINA

PARA LA RECEPCION PÚBLICA

DEL ACADÉMICO ELECTO

DR. D. ENRIQUE FERNANDEZ SANZ

EL DÍA 26 DE MAYO DE 1918



M A D R I D

IMPRESA DE ANTONIO GARCÍA IZQUIERDO

Doctor Mata, 3.—Teléfono 16-12 M.

1918

DISCURSOS

LEÍDOS EN LA

**REAL ACADEMIA NACIONAL DE MEDICINA**

PARA LA RECEPCION PÚBLICA

DEL ACADÉMICO ELECTO

**DR. D. ENRIQUE FERNANDEZ SANZ**

EL DÍA 26 DE MAYO DE 1918



MADRID

IMPRESA DE ANTONIO GARCÍA IZQUIERDO  
Doctor Mata, 3.—Teléfono 16-12 M.

1918

DISCURSO

DEL SEÑOR

Dr. D. ENRIQUE FERNÁNDEZ SANZ

LOS IDEALES EN PSICOTERAPIA

«A la voluntad, más que a la inteligencia, se enderezan nuestros consejos, porque tenemos la convicción de que aquélla, como afirma cuerdamente Payot, es tan educable como ésta; y creemos, además, que toda obra grande, en arte como en ciencia, es el resultado de una gran pasión, puesta al servicio de una gran idea.»

CAJAL.—*Reglas y consejos sobre investigación biológica* (4.<sup>a</sup> edición, pág. 11.—Madrid, 1916).

#### SEÑORES ACADÉMICOS:

En esta solemne ocasión conmueven mi ánimo intensos afectos, que debo expresar, y que en su expresión son dificultados por su intensidad misma, pues bien divulgada está la noción psicológica, de que todas las grandes emociones son silenciosas. Pero no creo que la enunciación de mis sentimientos deba preocuparme mucho, porque sería abusar de la cortesía de tan ilustre auditorio, entretenerle largo tiempo con nimiedades, referente a mi humilde persona. Esta primordial consideración me obliga a ser muy conciso en el análisis de mis sentimientos, y, por lo tanto, me limitaré a decir, tan llana como sinceramente, que me considero muy honrado por la unanimidad con que fuí elegido Académico Numerario de esta eximia Corporación. No se trata de una vana satisfacción de amor propio. Calificar así mis sentimientos sería empequeñecerlos y rebajarlos injustamente: he dado suficientes pruebas de mi amor a la vida académica para que se me pueda creer, cuando afirmo, que estimo este género de distinciones como las máspreciadas, entre cuantas pueda depararme el destino; y amo la vida académica, no por estímulos individuales, no por alicientes de vanidad, ni como medio de incremento del crédito profesional, sino porque firmemente creo que constituye la más alta, la más noble manifestación de la actividad colectiva, de la colaboración mancomunada, que tan necesario es fomentar, sobre todo entre los médicos, a los que el más exagerado espíritu individualista causa perjuicios

incalculables, de que son víctimas, no sólo ellos mismos, sino la sociedad entera, directamente interesada en el bienestar de la clase médica, a la que tantos servicios exige, y de la que tantos beneficios puede esperar.

Perdonadme si al comienzo mismo de este discurso, me he extraviado en una digresión sobre el individualismo médico y sus daños. Pero esta digresión no es del todo incongruente; en primer término va encaminada a explicar mi entusiasta cariño a las tareas académicas, y, además, puesto que de ideales y de su aplicación a la profilaxia y al remedio de los males psíquicos he de tratar, no creo que sea tan mal principio, comenzar anatematizando el individualismo médico, fuente de tantos males privados y colectivos. En el cuerpo de este discurso habré de referirme más de una vez a las perniciosas consecuencias del egoísmo en sus múltiples manifestaciones, y entonces se comprenderá que esta digresión inicial está en perfecta armonía con el tema, que he de desarrollar.

Otro sentimiento muy distinto del en primer término mencionado, comparte con éste el dominio de mi ánimo en el momento presente: sentimiento de honda pena, de pesar no mitigado por el tiempo, al recordar que vengo aquí a ocupar el puesto del inolvidable D. Eloy Bejarano. Si una secular tradición no hubiera impuesto la piadosa costumbre, de que el recipiendario, al comienzo de su discurso, pronuncie el elogio de su antecesor, yo la implantaría en esta ocasión, obligado por los dictados de mi corazón, que me impedirían articular una sola palabra, sin antes ofrendar a la memoria de nuestro llorado amigo el sentido homenaje, a que sus incomparables méritos le hicieron acreedor. Quiero dar a entender con esto, que el elogio a Bejarano no ha de ser en mis labios fría fórmula, sino cálida y vehemente expresión espontánea de mis más íntimos y sinceros sentimientos.

Para rendir el merecido tributo a aquella eminente personalidad, que todos amamos y que todos admiramos, yo quisiera poseer las más altas aptitudes oratorias y literarias, el fulgor de la elocuencia, la brillantez del estilo, los tesoros de la erudición, para con tales dotes trazar una maravillosa loa del ilustre académico desaparecido...; pero bien pensado, mejor será que yo no posea esas excepcionales aptitudes, y que mi elogio sea humilde en su expresión, desaliñado y desprovisto de artificios retóricos, perorico en afecto espontáneo, natural, íntimo, con calor de vida y con aliento de alma, pues de este modo resultará

más en armonía con el modo de ser de nuestro llorado amigo. Bejarano, todos lo recordais, era así, sincero, sencillo, efusivo, exuberante en cordiales afectos y en franca voluntad para demostrarlos, solícito a todos los ruegos de la amistad y del compañerismo, pronto a conceder cuanto de él se requería, con un agrado, con una complacencia, con una tan afable disposición, que dejaban doblemente satisfecho al agraciado. En el otorgamiento de bondades, de las que tan pródigo se mostró nuestro malogrado compañero, era de agradecer, no sólo la obtención de lo pedido, sino también el modo encantador de concederlo.

De la persona de Bejarano irradiaba una simpatía, una atracción irresistible. Nada de extraño, pues, que tales dotes le valieran rápidamente un extraordinario cúmulo de envidiables relaciones médicas, profesionales, políticas, y en general, en todas las clases sociales, pues Bejarano, espíritu noble y a la vez dignamente democrático, tan alejado del orgullo como de la rebajante e indecorosa populachería, lograba cautivar con sus admirables prendas de carácter, lo mismo a las más eminentes personalidades, que a los desheredados de la fortuna; en todas partes sabía conquistarse amigos, y quien una vez experimentaba el atractivo de su amistad, a ella permanecía siempre fiel. En suma, el mejor y más elocuente elogio que de Bejarano puede hacerse, es que no se le conocían enemigos. ¡Qué prodigio de bondad, y no sólo de bondad, sino de justicia también, de rectitud en los juicios y de equidad en las resoluciones habría de llevar a cabo, para no provocar resentimientos en los difíciles cargos que desempeñó: en el Real Consejo y en la Inspección general de Sanidad, en el Consejo de Instrucción Pública, en los numerosos Tribunales de oposiciones que presidió, etc.!

No es mi propósito trazar aquí la biografía detallada de Bejarano; sería empequeñecer su excelsa figura, que siempre vivirá en el recuerdo de todos, pretender encajarla en una árida relación de hechos y de fechas en orden cronológico; y creo preferible trazar su retrato moral, reproduciendo, lo más fielmente que me sea posible, la clara imagen que en mi ánimo guardo, como el más acabado modelo de méritos profesionales y de prestigios sociales.

En los párrafos anteriores ya quedan señalados los más característicos rasgos de la fisonomía espiritual de Bejarano; he dicho que eran sus cualidades distintivas la bondad, la efusiva simpatía, la lealtad y la franqueza en su trato, la afabilidad con

que acogía a cuantos a él se acercaban, y la presteza y buena voluntad con que complacía a cuantos de él solicitaban algo justo; pero esto, con ser mucho, no constituía la totalidad de las prendas morales de Bejarano; existen por ahí muchos hombres simpáticos, decidores, afables y comunicativos, cuyo comercio agrada, pero que no tienen ese poder subyugante que Bejarano poseía, y que rendía el ánimo de cuantos le trataban. Es que nuestro inolvidable amigo tenía, además de las dichas, otras extraordinarias dotes intelectuales y morales, que no sólo realzaban aquellas antes citadas, sino que hacían de su poseedor un hombre realmente superior, por todos conceptos digno de los altos puestos que ocupó. Eran esas dotes, además de la generosidad, de la franqueza y del don de gentes a que ya he aludido, el talento amplio, profundo y a la vez flexible, apto para acomodarse a las más variadas circunstancias de la vida, el acendrado amor al trabajo, y el severo espíritu de justicia que siempre presidió a sus actos.

El conjunto de estas admirables cualidades hacen de Bejarano una de las más gloriosas figuras representativas de la Medicina como clase social. Si en lo científico no nos ha legado descubrimientos sensacionales, ni estudios transcendentales, con su vida, con su conducta, con la lógica cadena de sus actos, nos ha dejado el más elocuente ejemplo de lo que debe ser el médico en la sociedad moderna.

Dotado de una actividad prodigiosa y de una sorprendente resistencia física y moral, Bejarano cultivó con celo y brillantez la Medicina en varios de sus aspectos, y singularmente en el más importante y promordial de todos: en el de la asistencia a los enfermos. Pero entre las múltiples orientaciones que la compleja civilización contemporánea ofrece al médico, pronto supo encontrar la más adaptada a sus aptitudes, conquistando en ella un prestigio superior, aún al que logró como médico de visita, con ser éste muy grande, igual al de los más eminentes profesores. Esa orientación de la actividad médica, en la que con tan enérgico relieve se destacó la personalidad de Bejarano, es ya hoy de una importancia suma, y como ésta va aumentando de día en día, a compás del progreso humano, es lícito pensar que en lo futuro llegará a constituir la principal de las misiones de la ciencia médica. Me refiero a la llamada Medicina pública o política, a la aplicación consultiva y ejecutiva de los conocimientos médicos, a la conservación y perfeccionamiento de la salud de los pueblos. Esta rama de la Medicina, que tiene su re-

presentación en los organismos que integran la Sanidad del Estado, abarca problemas numerosos y complejos, cuya trascendencia se va conociendo cada vez mejor.

Hallábase la Medicina pública en nuestro país en estado rudimentario, cuando Bejarano, en unión de mi llorado maestro Alonso Sañudo, fueron colocados al frente de los servicios de Sanidad. La importancia de la labor que realizaron, fácilmente se aprecia, comparando lo que es hoy la Sanidad en España con lo que era hace diez y seis años; siendo de justicia consignar, que fueron muy eficazmente apoyados por uno de los mejores Ministros de la Gobernación que hemos tenido, por D. Juan de la Cierva, y que en esta renovación de la Higiene Pública española, fueron muy solícitamente ayudados por los eminentes médicos, que de antiguo venían ocupándose de la Medicina colectiva: Cortezo, Pulido, Fernández Caro, etc., siendo continuador celoso de esta tarea civilizadora, que tantos beneficios ha de reportar a nuestra Patria el actual Inspector general de Sanidad, D. Manuel Martín Salazar, que con tanta competencia como perseverancia prosigue el perfeccionamiento de la organización de la higiene pública.

La intervención de Bejarano en la política sanitaria absorbió una gran parte de su actividad profesional, y en tan ardua empresa hubo de poner a dura prueba las envidiables dotes que antes he enunciado, talento perspicaz, infatigable diligencia, mágico don de gentes. Encargado primero de la Sanidad interior, hubo después de dirigir también la Sanidad exterior, durante la larga y cruel enfermedad de Alonso Sañudo, deuda de compañerismo que luego le fué generosamente pagada por el actual Inspector general de Sanidad, Sr. Martín Salazar, cuando en circunstancias análogas suplió largo tiempo la forzada ausencia de nuestro inolvidable compañero, ya herido de muerte.

Pero a pesar de su gran importancia, la labor sanitaria de Bejarano no representaba más que una faceta de su actuación médica. En la práctica profesional propiamente dicha, en la visita y consulta de enfermos conquistó muy pronto Bejarano una brillantísima reputación, muy legítimamente merecida, pues sus condiciones de observador sagaz, de clínico peritísimo, de terapeuta activo a la vez que prudente, y además de todo esto, sus bellas cualidades de carácter, su afabilidad, lo cordial de sus ademanes, el confortante optimismo que sabía inspirar a cuantos le escuchaban, sobradamente justifican la extraordinaria boga que, como médico de clientela, llegó a alcanzar.

En los anteriores párrafos quedan esbozados los principales rasgos de la figura médica de Bejarano; pero con ello, a pesar de ser tan importante, no queda todavía completamente dibujada su relevante personalidad. Aún no he aludido a un interesantísimo aspecto, que aunque patente sólo en los primeros años de su carrera, y aparentemente relegado al olvido después, es muy digno de conocerse, porque se enlaza muy armoniosamente con las demás aptitudes, ya reseñadas aquí, y porque completa de modo admirable la fisonomía moral de mi biografiado.

Bejarano sintió y puso en práctica las dos más generosas y fecundas vocaciones de que la sociedad moderna nos ofrece ejemplo: la vocación de médico y la de maestro. Su alma enérgica, a la vez que sensible, estaba templada para el ejercicio de estos dos sublimes ministerios, que tan gran caudal de recia voluntad y de hondo, de firme amor al prójimo exigen en los que a ellos se consagran. Bejarano, laborioso, tenaz, desconocedor del cansancio, ignorante del desaliento, a la par que cordial, efusivo y atrayente, había de ser un maestro modelo, como fué un excelente médico; y en efecto, en los años de su juventud dedicóse a la pedagogía con singular acierto.

Una vez instalado en Madrid, pronto cautivóle la Medicina, y a ella se entregó por completo; pero sus aptitudes de educador no quedaron del todo perdidas, y de ellas hubo en más de un caso de hacer aplicación en las incidencias de su actuación médica. Especialmente merece citarse a este propósito, su alta gestión al frente del Instituto Nacional de Sordo-Mudos. Allí pudo felizmente demostrar, no sólo sus profundos conocimientos en los dos órdenes de ciencias médicas y pedagógicas, sino también su voluntad y su tino para aplicarlos; allí se reveló una y mil veces como hombre bueno, todo corazón, afectuoso protector de los desvalidos. La actuación de Bejarano al frente del Colegio de Sordo-Mudos, constituye uno de los más hermosos capítulos de su historia, en la que tanto abundan las pruebas de altruismo, y entre sus muchos episodios, de una ejemplaridad moral insuperable, destácase por lo exquisitamente sentimental el de la Nochebuena, que fué a pasar en compañía de los pobres niños allí asilados, a los que agasajó y acarició con inagotable paternal cariño. Este delicado rasgo ha sido ya descrito por plumas más galanas que la mía, y merecía ser cantado por el más inspirado de los poetas, para poner de relieve todo el fondo de ternura y de piedad que atesora.

Pues este hombre tan bueno, tan sincero, tan franco, que

derramaba por doquiera el bien a manos llenas, que sólo simpatía inspiraba, no fué feliz en esta vida; penas muy hondas, las más íntimas, las más crueles amargaron su existencia; pero jamás le abatió el infortunio, siempre supo hacer frente, enérgico y firme, a las rudas pruebas que le deparó el destino; y aun en los trances más dolorosos supo guardar en lo profundo de su alma sus secretas torturas, y permaneciendo siempre el amigo leal y animoso, nunca tuvo la debilidad de hacer víctimas a sus allegados de una palabra áspera, de un gesto de mal humor, o de un ademán de displicencia.

No se si habré acertado en mi intento de dibujar la personalidad moral de Bejarano: mucho temo que la desproporción entre la majestad de la figura retratada y la pobreza de mis medios de expresión haya hecho fracasar mi propósito; yo pretendía trazar una fiel semblanza moral, si no lo he conseguido, no habrá sido por falta de empeño, pero al menos estoy seguro de haber logrado referir mi impresión personal, la imagen que de él celosamente guardo, el recuerdo que jamás se borrará de mi mente, y como esa impresión, esa imagen y ese recuerdo son el resultado de un amistoso trato de muchos años, de una reiterada apreciación del carácter de mi biografiado en muy diversas circunstancias de la vida, creo que el retrato que he trazado ha de dar justa idea de la realidad, aunque muy inferior a ésta, como en todo retrato ocurre, y en esta ocasión con mayor motivo por las deficiencias de mi estilo.

Los apremios del tiempo, impuestos por la naturaleza de esta ceremonia, me impiden extenderme, en la biografía de Bejarano, todo lo que yo deseara, y todo lo que tan magna personalidad médica merece; pero algo de lo que acerca de él aquí no haya dicho, todavía encontraré ocasión de decirlo en las páginas siguientes, porque el recuerdo de Bejarano, de sus excepcionales dotes y de la ejemplaridad de su actuación profesional y social, encaja admirablemente en la tesis que voy a desenvolver. De suerte que, sin transición brusca, puedo pasar del precedente elogio al núcleo mismo de mi disertación, pues en realidad no cambio de tema, sino que continuo desarrollando el mismo orden de ideas y siguiendo la misma orientación.

La biografía de Bejarano figura, pues, aquí no como preámbulo dictado por la cortesía, o como fórmula impuesta por un uso tradicional, sino que además de responder a la exteriorización de mis más sentidos afectos, viene a formar parte integrante del contenido de este discurso, por derecho propio, si cabe

decirlo así, como ejemplo valioso de lo que es un ideal encarnado en una voluntad recta y firme, una norma de vida inspirada en las más nobles tendencias altruistas, y realizada en virtud de prodigios de abnegación y de laboriosidad. Esta es la alta lección moral que la figura excelsa de Bejarano nos enseña: fué nuestro llorado amigo, no sólo lo que hoy se llama *maestro de energía*, sino lo que vale más aún, un incomparable educador de sentimientos y voluntades, que no propagaba sus sanas enseñanzas con discursos ni con libros, sino con la más eficaz de todas las lecciones: la del ejemplo, la de la acción persistente, la de la línea inflexible de conducta, jamás desviada, jamás interrumpida. ¡Que este ejemplo, que a todos nos ofreció durante su vida, no cese con su muerte! Para contribuir a su recuerdo recojo aquí el eco de esas sublimes enseñanzas, y a ellas volveré a aludir más adelante, cuando sea preciso demostrar cómo debe concretarse en la vida real, en el proceder cotidiano, un ideal elevado, augusto y a la vez tiernamente humano, un ideal digno de tal nombre, que inspire al que lo posea un sentimiento de dignificación personal; pero sin orgullo, al contrario, que sea como un manantial de benevolencia y de fraternal amor a nuestros semejantes. Esta fórmula, creo que resume con bastante exactitud la característica moral de Bejarano en su más general comprensión, no ya en su aspecto puramente médico, sino en el más ampliamente humano; y así entendido, estimo legítimo considerarle como prototipo de lo que pudiera llamarse *ideal práctico de vida*, y como tal me honro, haciéndole figurar a la cabeza de este discurso.

\* \* \*

Al dar título a mi trabajo, he procurado escoger el más breve, y a la vez el más claro. Más a pesar de mi cuidado, me temo que no haya conseguido evitar los peligros de la anfibología. Si por mi mal así es, para disipar todas las confusiones que la lectura de ese título pueda haber engendrado, me apresuraré a explicar lo que con él quiero dar a entender: así, no sólo se comprenderá el alcance de mis propósitos, sino que se podrá apreciar el exacto contenido de la tesis que voy a desarrollar, y al mismo tiempo esbozaré sumariamente el programa de las materias, de que he de tratar.

He rotulado mi disertación, *Los ideales en psicoterapia*, y ya el empleo de la preposición *en*, creo que indica el sentido

de ese título. No se trata de los *ideales de la psicoterapia*, de las finalidades últimas y más perfectas a que puede aspirar esta rama de la Terapéutica: el ideal en singular de la Psicoterapia, como el de toda Terapéutica, es uno solo, muy terminante y muy sencillo de expresar, aunque muy difícil de alcanzar: curar al enfermo. En esta breve afirmación, escueta y terminante, que señala como el ideal de todo procedimiento terapéutico la recuperación de la salud del paciente, de la manera más completa, más rápida y menos molesta para él, se resume cuanto acerca de ese punto importa saber: no cabe discusión sobre el mismo, y la única disertación posible, respecto de él, consistiría en la exposición de los medios de realizar ese ideal único; pero esto sería tratar, no del ideal, sino de la práctica de la psicoterapia, asunto que por su amplitud y su complejidad resulta imposible de condensar en los breves límites de un discurso como este, a menos de reducirse a las más elementales nociones, que por lo rudimentarias parecerían también impropias de la solemne ocasión presente.

No es, pues, mi propósito tratar del ideal de la psicoterapia, que suficientemente definido queda en el párrafo precedente, ni tampoco del modo de llevar a la práctica ese ideal, lo que reclamaría un voluminoso libro de *Técnica psicoterápica*. Lo que pretendo es estudiar la aplicación, que en el tratamiento psíquico de los trastornos morbosos de la mente puede hacerse de esas complejas tendencias anímicas, de esas orientaciones sentimentales, y de esos sistemas de representaciones intelectuales y de estímulos volitivos, que se conocen con el nombre genérico de ideales.

Que estos ideales prometen estar dotados de una poderosa eficacia psicológica, parece cosa que, *a priori*, puede afirmarse a poco que se reflexione sobre la energía moral, que los mentados ideales, se supone que atesoran, y sobre la multiplicidad de sus modalidades de influencia en las iniciativas mentales; y esta presunción apriorística parece confirmada por el análisis psicológico individual en no pocos casos, y sobre todo, por la historia, que elocuentemente nos demuestra, cómo la Humanidad evoluciona a impulsos de ideales más o menos conscientes en el momento de su actuación; pero que siempre resultan patentes y claros después de los sucesos históricos, a los que han servido de móvil.

La importancia de los ideales como fuerzas impulsoras, y como normas gobernantes de los destinos de la Humanidad, es

tan evidente, que todo intento de demostrarla sería supérfluo, bastando para convencerse de ello la rápida alusión a su influjo, en la historia que he insinuado en el párrafo precedente. Pero yo no he de considerar a los ideales bajo este transcendental aspecto, que para ser abarcado en toda su grandiosidad sublime, necesitaría ser tratado por un historiador filósofo, tan genial y tan elocuente como nuestro inmortal Castelar, por ejemplo. Dejemos en la cumbre, inaccesible para los entendimientos mediores, como el mío, esa magna cuestión de los ideales en el progreso humano. Mi punto de vista es mucho más limitado, más humilde; modesto médico práctico, dedicado al tratamiento de esas dolencias nerviosas, tan frecuentes, tan penosas, no sólo para que el que las padece, sino también para los que le rodean, tan tenaces, tan rebeldes a veces a todos los medios de cura, tan caprichosas en su evolución, hasta tan aparentemente ridículas en no pocas ocasiones, pues entre los muchos tormentos que causan a sus víctimas, suele figurar el de no inspirar piedad, sino indignación o burla; preocupado constantemente por la importancia de los daños que infieren estas enfermedades nerviosas, y por la urgente necesidad de evitarlas a todo trance, me considero en el deber de consagrar con preferencia mi atención, al estudio de cuantos medios puedan contribuir a prevenir y a curar esas dolencias, a robustecer y a conservar la salud psíquica, en una palabra. En este propósito, que desde hace mucho tiempo absorbe casi por completo mi actividad facultativa, me he inspirado al escoger el tema de este discurso; y con sujeción al mismo pienso desarrollarlo. Se trata, pues, de un punto de vista limitado, concreto, que acaso parezca diminuto, insignificante casi, si se compara con la magna extensión total del tema; pero que posee el mérito de tener un carácter práctico, directamente aplicable al tratamiento de los achaques psicopáticos, y utilizable de modo inmediato en beneficio de los enfermos, y también de los sanos, que pueden aprovechar con un fin preservativo los consejos, que a continuación formularé.

Aunque es este un tema relacionado íntimamente con las más altas especulaciones filosóficas, con las más refinadas concepciones de los insignes sabios, que han realzado la estirpe humana, no voy a tratarle desde un punto de vista abstracto y transcendental, no voy a considerar su esencial aspecto metafísico, sino que, al contrario, me propongo desarrollarle según el criterio más práctico y más realista posible, conformándome con señalar las aplicaciones, que las fuerzas anímicas, puestas en jue-

go por los ideales, tienen al tratamiento de las perturbaciones y anomalías neuro-psíquicas, indicando, además, la manera de llevar a cabo esa aplicación.

Intentaré así la utilización terapéutica de las más nobles energías morales; y reconozco que es difícil la empresa que acometo, pero no imposible, y que se nos presenta como necesaria, por la obligación en que estamos de no prescindir de ningún recurso susceptible de aliviar los males, que hemos de combatir. ¿Cómo no aprovechar con tal objeto esos admirables tónicos del espíritu, que se llaman ideales? Así como la terapéutica física utiliza todas las grandes, las enormes fuerzas naturales, la luz y el calor del Sol, la energía del inmenso mar, el aire impoluto de las montañas, así también en la terapéutica psíquica debemos recurrir a cuantos remedios nos ofrezca la fecunda y multiforme actividad del espíritu humano, entre los cuales se destaca, como augusta cumbre, esa sublime floración del ideal, que es la condensación suprema de los anhelos, de las esperanzas y de los dolores de los más altos y más privilegiados entendimientos humanos; de ese ideal que, como el Sol, alumbra y calienta, como el mar nos asombra con su grandeza y su diversidad de aspectos, como el aire puro de la montaña orea nuestra alma y nos sugiere la visión de lo infinito.

Para explotar terapéuticamente este riquísimo filón del ideal, es preciso comenzar por monetizarle, fraccionándole en parcelas adaptadas a la capacidad mental y a la personalidad moral de cada paciente, o dicho en términos más exactos, es necesario ayudar a éste a que él mismo se fabrique su propio ideal, guiado por la orientación general que nosotros le demos, y sobre todo movido por el impulso inicial que nosotros acertemos a imprimirle. No se olvide que la psicoterapia en todas sus formas aspira a perfeccionar, a completar la individualidad del sujeto desarrollando su actividad propia, y fomentando sus iniciativas. Por eso el psicoterapeuta ha de ser, ante todo, un evocador, un sugeridor de aptitudes fecundas, y en este caso particular de que estoy tratando, no ha de limitarse a presentar al paciente con más o menos elocuencia un ideal seductor y brillante, sino que ha de esforzarse porque ese ideal nazca en el ánimo mismo del sujeto, como cosa suya propia, pues sólo así resultará perfectamente adaptado a sus condiciones individuales, y será eficaz como norma de vida, y como agente preventivo y curativo de las enfermedades del espíritu.

Las precedentes consideraciones revelan ya el desnivel que

existe entre el refulgente ideal, que brilla en las cumbres de la filosofía, y los ideales mucho más modestos que podemos aspirar a cultivar con fruto; en los vacilantes espíritus que acuden a nosotros en demanda de ayuda. Pero por grande que esta desproporción parezca, unos y otros son afines, ofrecen una filiación idéntica, y poseen análogas virtudes; y para expresar esta intimidad de relaciones entre ideales teóricos e ideales prácticos, he usado antes al verbo *monetizar*, y explanando el concepto en él contenido, puede, en lenguaje metafórico, afirmarse que la operación esencial del empleo psicoterápico del ideal, consiste en la conversión del riquísimo tesoro espiritual que éste representa, en especies de valor diverso, distribuibles entre todos los que precisan esta confortación, según las necesidades de cada uno. Este simil numerario me recuerda el donoso calificativo, que un ocurrente compañero aplicaba a los consejos psicoterápicos, que a granel prodigamos a los enfermos de las consultas públicas, con la mejor voluntad del mundo, poniendo en ello el mismo celo que si se tratara del más eminente personaje; pero con cierto apresuramiento por los apremios y premuras que imponen la escasez del tiempo, el citado compañero denominaba a estos rápidos consejos, repetidos innumeradas veces en una misma sesión, *psicoterapia de perro chico*, y lo sorprendente es que esta psicoterapia tan liberal y rápidamente difundida, suele casi siempre mostrarse mucho más eficaz que la que con toda comodidad, lentitud y pausa se administra en otras ocasiones; indudablemente porque la fe con que se acercan al médico los humildes clientes de los hospitales, el prestigio que para ellos tiene el consultor, obran prodigios, vedados al excepticismo, a la laxitud y a la indiferencia de los pacientes de otra categoría social. Sea la causa cual fuere, el hecho es cierto; esa psicoterapia vulgar, y para el vulgo reporta utilísimos beneficios, y el ingenioso calificativo antes citado, no debe entenderse en un sentido despectivo; es sencillamente una frase gráfica, que expresa la necesidad de cambiar el rico lingote de oro del magno ideal abstracto, en la moneda menuda de los pequeños ideales concretos, al alcance de todos los entendimientos.

Pero yo no debo limitarme a exponer estas consideraciones generales, que constituyen el preliminar obligado de toda tentativa de aplicación práctica de los ideales con un fin psicoterápico. Yo me propongo hacer un estudio, lo más completo posible, de esos ideales como agentes terapéuticos; y para realizar mi propósito, habré de seguir el orden que en Terapéutica se usa, para

describir metódicamente cada uno de los remedios aplicables al tratamiento de las enfermedades, y siguiendo este orden didáctico, tendré sucesivamente que hablar, de dónde brota el ideal, cómo se cultiva, cuáles son sus caracteres, y cuáles sus variedades diversas, para pasar luego a la enumeración de sus propiedades fisiológicas y terapéuticas, sus indicaciones y contraindicaciones, sus modos de administración y dosis: todo de manera análoga a como se procedería, si de un cuerpo químico o de una fuerza física se tratara. Mas habré de permitirme una cierta libertad expositiva, porque si me sujetara muy servilmente a la pauta que acabo de trazar, probablemente incurriría en enojosas repeticiones, y en una aridez y monotonía de expresión, que a todo trance procuraré evitar; el excesivo rigor sistemático en la exposición es más propio de un libro de texto, que no de un trabajo de la índole del presente; pero aunque con cierta libertad, cuidaré de conservar las líneas generales del programa, que algunos renglones más arriba he formulado.

La tradición didáctica obliga a comenzar por la definición del objeto que se estudia. El ideal, como todos los fenómenos psíquicos, a la vez simples en su manifestación y complejos en su determinismo, resulta difícil, por no decir imposible de definir, constituyendo uno de esos postulados de constante aplicación en Ética, en Filosofía, en Sociología, en Religión, que todos suponen entender, y que nadie sería capaz de definir con absoluta exactitud. Más bien que una definición, puede intentarse una descripción clara y breve, que en pocas palabras nos permita conocer el objeto descripto: y así podemos decir, que el ideal se nos presenta como una norma moral, resultante de la tendencia afectiva del sujeto, que informa de modo eficiente su conducta, influyendo con eficacia, no sólo en sus actos externos, sino también en su actividad intrapsíquica, y en el colorido de sus sentimientos. Esta última circunstancia es en extremo importante, pues al proclamar el influjo del ideal en la vida afectiva, como antes se le declaró nacido en esta misma esfera de los afectos, cierra el círculo de la mútua acción de los sentimientos y de los ideales; brotados éstos de aquéllos, los modifican a su vez, y preparan la elaboración de nuevos ideales más perfectos, que por su parte suscitan sentimientos más refinados, sin que esta recíproca influencia se interrumpa nunca, en tanto que el ideal subsista vivo.

Esta esencial imbricación del ideal y de los sentimientos permite acortar la anterior descripción, calificando a los

ideales de intentos de dominio voluntario y consciente de la tumultuosa actividad afectiva.

La psicología moderna nos demuestra, con pruebas cada vez más elocuentes, la extraordinaria importancia que tienen los impulsos sentimentales en todos los fenómenos psíquicos, aun en los que más desprovistos parecen de todo matiz afectivo; y también nos enseña la ciencia contemporánea, que en el dinamismo de los afectos tienen intervención activísima hechos orgánicos, materiales, fatalmente condicionados por las leyes de la Fisiología y de la Patología somáticas. Esta importantísima participación de los fenómenos corpóreos en los procesos emotivos, ha dado lugar, dogmáticamente exagerada, a la famosa teoría orgánica de las emociones; mas sin necesidad de llegar a esos exclusivismos doctrinales, estamos autorizados a afirmar, que en toda emoción, de cualquier calidad y grado que sea, intervienen simultáneamente factores materiales, principalmente circulatorios y nerviosos, y factores psíquicos, que mutuamente se influyen; y, por consiguiente, las emociones, y, en general, todos los movimientos afectivos, representan el más claro y demostrativo ejemplo de la íntima unión de lo corporal y de lo espiritual, de ese misterioso nexo entre el alma y el cuerpo, que tanto ha dado que pensar a los filósofos en todas las épocas.

Viene esta digresión a cuento de que, influyendo lo orgánico tan poderosamente en nuestra vida sentimental, estando los fenómenos de nuestro organismo necesariamente condicionados por rígidas leyes, que limitan considerablemente nuestro albedrío y la independencia de nuestra actividad psíquica, la aspiración al ideal representa precisamente la protesta contra esa ingerencia de lo orgánico en lo mental, y el anhelo de soberanía de lo psíquico; y puesto que el influjo somático se deja sentir, sobre todo en los sentimientos, de los sentimientos precisamente nace el ideal, y sobre los sentimientos actúa.

Podemos, pues, en términos generales considerar al ideal como una tendencia a establecer el imperio de lo voluntario, de lo consciente, de lo que es expresión de las más altas funciones psíquicas, sobre lo automático, sobre lo inconsciente, sobre el psiquismo inferior, sobre lo fatalmente determinado por las condiciones materiales de la vida.

En suma: mediante el ideal, el alma trata de adueñarse, de tomar posesión de sí, de librarse de la esclavitud orgánica. No todos los ideales declaran paladinamente esa aspiración redentora; pero todos, arrogantes o modestos, conspiran a

ese fin, y todos coinciden en la magna empresa del perfeccionamiento del espíritu humano.

Así concebido el ideal como sublimación de los sentimientos, como medio de dominación de lo consciente sobre lo automático, y como poderoso resorte de la voluntad, compréndese que su virtual eficacia pueda ejercitarse, aunque el fin a que aspire sea inaccesible; no es preciso conseguir este fin, situado fuera del alcance de las fuerzas humanas, para que el ideal realice su misión fortificante y purificadora, pues su eficacia real no reside exclusivamente en su finalidad, sino también en el medio, en los procedimientos de ejecución, en el camino que hay que recorrer para dirigirse a esa finalidad. Por eso hasta los fracasos mismos en la realización del ideal constituyen muy saludables enseñanzas; como dice Epicteto: «Si has sido vencido una vez, dos veces o más, combate de nuevo; llegará un momento en que alcanzarás la victoria, y entonces serás dichoso, como el que siempre ha vencido» (1).

La persistencia en la aspiración al ideal, aun inasequible, tiene desde el punto de vista psicoterápico una importancia extraordinaria; y por eso he de insistir reiteradamente en esta fundamental propiedad de la influencia psíquica de todo ideal, digno de este nombre. Su eficiencia no está en conseguirlo, pues una vez conseguido, dadas las condiciones de la mentalidad humana, dejaría de ser ideal, y tendría que ser sustituido por otro; la importancia del ideal, en cuanto a su utilización como agente terapéutico, estriba principalmente en las reacciones que despierta en la psiquis del sujeto, y en los hábitos de disciplina mental que en él crea. El mismo Epicteto nos dice que: «Toda especie de hábito no puede ser vencida más que por el hábito contrario...; acostúmbrate a lo contrario de cada hábito vicioso, y advertirás que no has trabajado sin fruto» (2). Y para la creación de estos salvadores hábitos de virtud, de perfeccionamiento moral, nada más fecundo que el asiduo cultivo de un ideal elevado; pero nadie ha expresado más gráficamente esta acción sublimadora y perfeccionante del ideal, que nuestro inmortal Letamendi, cuando decía: «que si un hombre se dedicara a tirar piedras a la luna, ciertamente que no conseguiría su objeto, pero llegaría a ser, de fijo, el más formidable lanzador de piedras de su pueblo.»

(1) *Nouveau Manuel d'Epictete*, 2.<sup>a</sup> partie, LXI, 1784.

(2) *EPICTETO: loc. cit.*, 2.<sup>a</sup> parte, XXII.

En suma, y como recapitulación de lo hasta ahora expuesto, desde el punto de vista de la Psicología aplicada, debe considerarse a todo lo que se llama ideal, como una norma de conducta consciente y voluntariamente consentida, o mejor dicho, activamente elaborada por el propio sujeto, nacida en la esfera afectiva, y que sobre esta misma ofrece su más directa influencia, y por intermedio de ella sobre el resto de la actividad psíquica, susceptible de progresión y de incremento cíclico, en virtud de su misma eficiencia, importando también mucho dejar consignado, que bajo el concepto psicoterápico, los ideales nos interesan, sobre todo, no como fines, sino como medios, como procedimientos de conquistar, de conservar y de ampliar el imperio del psiquismo superior sobre ese conjunto de procesos automáticos, inconscientes, fatal y rígidamente determinados por ineludibles leyes orgánicas, que han sido objeto de prolijo estudio, con criterio vario, por eminentes psicólogos contemporáneos (1), y que representan un grave obstáculo a los intentos de la alta psicoterapia, de la psicoterapia de la voluntad y de la inteligencia, conscientes de sí mismas.

Así entendido el cultivo del ideal, se comprende pronto, que su positiva eficacia sea mucho más rara de lo que la prodigalidad, con que ese sonoro nombre se usa, permitiría esperar.

El ideal verdadero, el ideal legítimo, el único digno de ser así calificado, es mucho menos frecuente que los pseudo ideales que usurpan su denominación, y que en realidad representan un fraude, escandaloso a veces, lamentable siempre.

En primer lugar, deben separarse de los ideales sinceros esos otros ideales espúreos, mentidas apariencias de una vil realidad, con los que los ambiciosos logreros, forbantes de nuestra revuelta sociedad, pretenden satisfacer sus bajos y egoístas apetitos. ¡Cuántos nombres augustos, el de Religión, el de Patria, el de Humanidad y tantos otros sirven de enseña, tan relumbrante como falsa, a vergonzosas empresas de ruín lucro personal! Este asunto se prestaría, tratado por otra pluma mejor cortada, a una vibrante sátira social; mas para no apartarme demasiado del tema de mi discurso, me limito a la anterior insinuación, condenando con toda la severidad que se merece, esa malvada mixtificación del ideal, por desgracia tan frecuente.

Otra categoría de falsos ideales debe ocupar nuestra aten-

(1) Consúltese: PIERRE JANET: *L'automatisme psychologique*; París, 1889. GRASSET: *Le Psychisme inférieur*; 2.<sup>a</sup> edición, París, 1906. JUNG: *Psychology of the Unconscious*; trad. inglesa de B. M. Hinkle, Londres, 1915, etc.

ción, con mayor detenimiento que los censurados en el precedente párrafo. Me refiero ahora a los ideales, en que sinceramente creen los que a ellos aspiran; pero que carecen de la energía moral necesaria para efectivamente seguirlos. Son estos ideales también falsos en el sentido de que resultan estériles, incapaces de fecundar la actividad volitiva, desprovistos de esa decisiva influencia en la conducta que, según he demostrado, constituye el más inmediato beneficio que el ideal depara a quien de verdad le sigue. Los pseudo ideales de esta segunda categoría son falsos, no porque el sujeto trate con ellos de engañar a sabiendas a los demás, sino porque se engaña a sí mismo: son ideales ficticios, artificiales, sin transcendencia a los actos, ideales que están en los labios, y concedamos que también en el pensamiento, siquiera sea sólo transitoriamente, pero no en el corazón; faltos de esa honda raigambre sentimental, que he señalado como fundamental, característica de los verdaderos ideales, aquéllos carecen de energía vital, y tienen sólo un sentido huecamente nominalista. Impotentes para ejercer un serio influjo en las determinaciones voluntarias, son estos ideales débiles, abortados, incompletos, mas aunque su valor psicoterápico intrínseco sea nulo, no deben considerarse como en absoluto despreciables para el psicoterapeuta; al contrario, es posible obtener de ellos positivos beneficios, si se consigue perfeccionarlos, robusteciéndolos y asimilándolos a la vida afectiva del sujeto, convirtiéndolos así en ideales fecundos. Si a la par se consigue, mediante una compleja y completa actuación terapéutica reforzar la voluntad del sujeto, poniéndole en condiciones de seguir la norma propuesta, se habrá logrado realizar una utilísima labor psicoterápica, partiendo de una base tan deleznable, y en apariencia tan poco digna de atención como la representada por uno de esos pseudo-ideales tan frecuentes, y que considerados en sí mismos, tan poco valen. Me he extendido algo en la exposición de este punto, porque me parece un muy interesante ejemplo de lo mucho que puede esperarse del oportunismo, sagazmente practicado en Psicoterapia; en esta rama del arte terapéutico no se debe nunca proceder exclusivamente por principios fijos, ni por cánones rígidamente establecidos; es preciso amoldarse diestra y flexiblemente a las condiciones individuales de cada caso, y requiriendo la luminosa guía de la inspiración del momento, débese aplicar a cada enfermo un procedimiento psicoterápico especial, fabricado en aquel mismo instante para él solo, hecho a su medida, por decirlo así. Aplicando este criterio general oportunista al caso

particular de que me estoy ocupando aquí, si al analizar psicológicamente a un sujeto, encontramos que en él existe algún ideal falso por insuficiencia de intensidad, en algunos casos nos veremos obligados a desecharle como inservible; pero la mayoría de las veces será utilizable después de convenientemente reforzado, y siempre esta labor de mejora, de perfeccionamiento del viejo ideal endeble, resultará más sencilla, más breve, más hacedera en suma, que la creación de un ideal nuevo.

Cuando la falsedad del ideal, que se revela por su impotencia para regir la conducta, depende, no de un factor meramente cuantitativo, sino de uno cualitativo, es decir, que se debe, no simplemente a la deficiencia de la intensidad con que el ideal se siente, sino a la disparidad de su contenido sentimental con el que constituye la característica afectiva del sujeto, en una palabra, cuando se trata de un ideal postizo, entonces su utilización terapéutica resulta muy precaria, y casi siempre habrá de rechazarse por inservible. Pero estos ideales que llamo postizos, pertenecen casi todos a la primera y más nefanda categoría de ideales falsos, que antes distinguí, a la formada por aquellos con que el sujeto no se engaña a sí mismo, sino que engaña a sabiendas a los demás.

Estas consideraciones, que me temo hayan resultado demasiado largas, nos permiten conocer lo que se entiende por ideales, y cómo se distinguen los verdaderos de los falsos, así como las diferentes clases de éstos y la manera de utilizarlos en psicoterapia, en lo que de utilizable tienen. Ahora debo ocuparme sólo de los ideales verdaderos, legítimos, siempre desde el estricto punto de vista de su aplicación a la sanidad mental.

Dos tipos fundamentales de ideal deben diferenciarse: el ideal religioso y el ideal filosófico, comprendiendo cada uno de estos tipos primordiales numerosos matices, que al psicoterapeuta interesa mucho conocer.

No necesito definir esos dos tipos de ideal, porque ya su denominación misma los designa con suficiente claridad, y, además, no voy a hacer aquí un estudio sistemático y completo de ellos; sino que únicamente tengo que ocuparme de su aplicación a la Psicoterapia. Bajo este concepto, he de declarar, en primer término, que esas dos formas principales de ideal no son contradictorias, ni se excluyen en absoluto; siendo no pocos los casos en que simultáneamente pueden cultivarse; pero en términos generales conviene examinar por separado cada una de esas dos categorías de ideales, pues sus condiciones de aplicación son distintas.

Importa mucho advertir, que el psicoterapeuta en el ejercicio de su arte no es árbitro de escoger uno u otro de esos tipos de ideales, sino que se le da determinado por la mentalidad misma del sujeto. Si éste es un creyente, si posee la fe religiosa, si aun sin hallarse afiliado a una de las confesiones establecidas, se encuentra en esa disposición de ánimo, que constituye el núcleo elemental del espíritu religioso, y que no es más que el sentimiento de subordinación individual a la grandeza de la creación, y el reconocimiento implícito de un poder supremo, autor del orden natural, podrá en él cultivarse el ideal religioso. Ese rudimentario sentimiento, que por sí solo informa el vago teísmo, tan generalizado entre pensadores y sabios, aun entre los que blasonan de agnósticos, hállase plenamente desarrollado en los sistemas religiosos: mas para utilizar su eficacia psicoterápica, no es preciso que haya llegado a su completa evolución: también el humilde germen a que antes he aludido es aprovechable como remedio psíquico. Por eso el ideal religioso, si se sabe buscar sagazmente y cultivar con paciencia, tiene aplicación aun en personas no afiliadas ostensiblemente a ninguna religión. Sin embargo, para evitar toda confusión de conceptos, y porque en el orden práctico importa muchísimo distinguir la fe religiosa disciplinada del informe teísmo antes citado, conviene más limitar el ideal religioso al inspirado en un sistema dogmático organizado, y asimilar su rudimentario esbozo, sin profesión de fe determinada, al ideal filosófico, como forma de transición entre éste y aquél.

He dicho antes, que el psicoterapeuta debe procurar descubrir el más leve indicio de ideal religioso, para fomentarle si lo estima pertinente a sus fines curativos; pero al mismo tiempo afirmo, que debe cuidar mucho de mantenerse en un campo neutral, absteniéndose de toda tentativa forzada de coacción sobre la conciencia del paciente. No debe hacer obra de propaganda ni de proselitismo, porque su misión no es esa; su misión no es otra que la muy terrenal, pero muy ardua, de procurar la salud psíquica de quien a él acude en demanda de alivio para sus males. Si para lograrlo estima oportuno valerse del ideal religioso, porque su evocación despierta un eco en el ánimo del paciente, hágalo en buena hora; pero si éste no es un creyente, si carece de disposición a la fe, guárdese de intentar comunicársela, pues fracasaría lamentablemente en su empeño, entre otras razones, porque los enfermos no nos buscan en solicitud de una fe perdida, o que jamás sintieron, y si nos oyen hablar un lenguaje que

no esperan en nosotros, se sienten desconcertados, y no nos conceden su confianza; y la confianza es la clave, sin la posesión de la cual es inútil acometer ninguna tentativa psicoterápica; a lo sumo, lo que debemos hacer en ciertos casos es encaminar a los pacientes hacia personas, que por su sagrado ministerio están más capacitadas que nosotros para sembrar en las almas los gérmenes de la fé.

Dentro del tipo genérico de ideal religioso pueden distinguirse tres tendencias principales: la mística, la ascética y la que merece el calificativo de militante. La separación de estas formas de ideal no es completa, ni absoluta, sino que tiene mucho de convencional, impuesta por la necesidad de presentar estos complejos procesos psíquicos de la manera más clara y más esquemática posible, analizando los factores que los integran, y examinando éstos por separado. Pero en la vida real de las almas, esas tendencias no se suelen mostrar aisladas, sino combinadas en proporciones varias, con predominio de una u otra, según los casos. Así el ideal místico y el ascético se dan casi siempre unidos, viniendo a representar el segundo un grado superior de intensidad, respecto del primero: en cuanto al ideal que he denominado militante, manifiéstase asimismo asociado a los ideales místico y ascético; pero subordinando éstos a su enérgico impulso actuante. Un ejemplo admirable de felicísima asociación del ideal místico y del militante, tenemos en nuestra gloriosa Santa Teresa de Jesús, en cuya obra y en cuya vida tanto tienen que aprender cuantos aspiren a cultivar el ideal religioso.

La significación psicoterápica de cada una de esas tres tendencias ideales es distinta: la más interesante, la de más fecunda aplicación a la profilaxia y a la terapéutica mentales, es la tercera, la que he llamado militante o intervencionista, y que como tal aspira, no sólo a propagar la fe, conquistando prosélitos, sino también al mejoramiento moral y material de la Humanidad, mediante organizaciones establecidas al amparo de la Religión. La obra altruista que el ideal religioso, así entendido, puede realizar, es en verdad superior a todo encomio.

Los otros dos ideales, el místico y el ascético, son de manejo terapéutico y de dosificación más difícil. El último de ellos, sobre todo, llevado a sus extremos límites, podrá crear sobrenaturales figuras, de una asombrosa sublimidad moral; pero siempre constituirá una excepción, y no es recomendable como modelo común de la vida humana, pues su adopción universal conduciría fatalmente a la anulación de la Humanidad. El mismo ideal mís-

tico, no obstante su insuperable belleza, si exagerado, supone el riesgo de hipertrofiar la vida interior, contemplativa y ensimismada, con notable detrimento de la actividad externa, tan necesaria en este mundo, aun para los mismos fines de la Religión.

Pero si ambos ideales sugieren, desde el punto de vista psicoterápico, ciertos reparos, si son demasiado exclusivos, en cambio moderadamente acentuados, como sano correctivo a las sugerencias de la frivolidad, de la disipación y del sensualismo, y asociados en proporción idónea al ideal pragmático, contribuyen muy oportunamente a la cura psicoterápica.

La acertada selección y hábil empleo de estos diversos matices de ideal, en la ocasión más propicia y con los medios más convenientes, suponen en el psicoterapeuta, además de las fundamentales cualidades de sagacidad psicológica, de dialéctica, de discreción y de tacto, un profundo conocimiento de las aptitudes y tendencias psíquicas del paciente, que aunque siempre difícil, resulta posible, por la circunstancia de que el cultivo o fomento del ideal es una de las últimas operaciones psicoterápicas, remate y coronamiento de la obra curativa. Ha habido, pues, tiempo suficiente en las conferencias previas, de explorar psíquicamente al sujeto, sondeando las honduras de su mente.

Para terminar las consideraciones psicoterápicas al ideal religioso pertinentes, debo señalar la conveniencia de estimular este ideal, cuando, cual a menudo ocurre, se nos presenta como el rudimentario germen, que informa el teísmo abstracto, o la religiosidad vaga. En estos casos es recomendable la discreta incitación a dotar de manifestaciones externas a ese sentimiento, y ese consejo puede darse sin abandonar la actitud de neutralidad en cuestiones de conciencia, que el psicoterapeuta debe mantener siempre, pues se trata simplemente del cumplimiento de una regla general psicoterápica, que también he enunciado antes: la referente a la necesidad de reforzar los ideales débiles, para convertirlos de estériles en fecundos, y que el ideal religioso se vigoriza extraordinariamente por la ejecución de actos en él inspirados, por la adopción de ritos ostensibles, de prácticas constitutivas de un culto externo, es una verdad plenamente demostrada por la historia de las religiones.

Esta transición, desde el nebuloso ideal teísta a la Religión concreta, puede facilitarse mucho mediante la lectura de obras religiosas, saturadas de intenso espíritu metafísico, inspirado en el Cristianismo, como muchas de las que constituyen el tesoro de la llamada Filosofía patrística. Entre los precursores de ésta

merecen citarse a Tertuliano y a Clemente de Alejandría, y su discípulo Orígenes, ambos sucesivamente jefes de la Escuela de Filosofía cristiana de dicha ciudad egipcia; en época posterior encuéntrase admirables testimonios del consorcio del ideal cristiano y de la investigación filosófica en los escritos de San Agustín, de San Gregorio Nacianceno y de nuestro compatriota San Isidoro, así como en las obras maestras, que más adelante llegó a producir la filosofía escolástica, cuyos más preclaros representantes fueron Santo Tomás de Aquino y San Anselmo. En todas estas obras, y en otras que no cito, para no incurrir en prolijidad, hallarán interesantísima y muy útil lectura los espíritus inclinados a la meditación metafísica, que pretendan desarrollar un naciente sentimiento religioso (1).

Fuera del Cristianismo, encuéntrase copiosa documentación acerca de la colaboración del ideal religioso con el filosófico, en los muchos libros modernamente publicados acerca del budismo; y es tan grande el interés que ha despertado el estudio del sistema religioso del Buda, que no sólo ha sugerido numerosas e importantes obras, como las de Rhys Davids, Beal, Rockhill Geiger, Oldenberg, Max Müller, Neumann, Burnouf, etc., sino que, además, se publican revistas periódicas a él dedicadas (2), y se ha emprendido la traducción de las colecciones de libros sagrados budistas (3). Son tantas las publicaciones que a la doctrina de Buda han dedicado los historiadores y filósofos contemporáneos, anglo-sajones y alemanes principalmente, que el aficionado a estos estudios puede fácilmente llenar una vasta biblioteca, no más que con los libros que a esa cuestión se refieren. Como iniciación a esas lecturas, que tienen poco de amenas y exigen una sólida preparación, han visto la luz en varios idiomas obritas vulgarizadoras, como las de Mrs. Rhys Davids y la de Carus (4).

Me ha llevado el hilo del discurso a tratar de lecturas utilizables desde un punto de vista psicoterápico, y no he de abandonar este aspecto del tema, sin insistir en la importancia que la designación de los libros, que han de leerse, tienen como com-

(1) CONSÚLTASE: BALMES: *Historia de la Filosofía*. 2.<sup>a</sup> edición; Barcelona, 1854; FRAY ZEFERINO GONZÁLEZ: *Filosofía elemental*; Madrid, 1874.

(2) *Buddhist Review*; *Journal of the Pali-Text Society*; *Buddhism*.

(3) *Sacred Books of the East*; *Vinaya Texts*; *The sacred Books of the Buddhist*; *Dialogues of the Buddha*; *Psalm of the Early Buddhists*, etc.

(4) MRS. RHYS DAVIDS: *Buddhism*, Londres; P. CARUS: *El Evangelio del Buddha*; traducción española de R. Urbano, Madrid.

plemento de la labor del psicoterapeuta. La influencia de éste ha de ser necesariamente limitada en el tiempo, reducida a las entrevistas, que con el sujeto celebre; y para completar y continuar esa influencia de modo indefinido, nada más a propósito que recomendar lecturas adecuadas a la finalidad psicoterápica que se persigue. Más adelante habré de presentar nuevas pruebas de aplicaciones terapéuticas de la lectura, y con referencia al ideal religioso, de que ahora me estoy ocupando, además de todo lo ya consignado, he de añadir que, cuando se trata de un ideal, no naciente, sino plena y vigorosamente desarrollado, conviene también contribuir a su cultivo, leyendo las obras que ese mismo ideal ha inspirado. Dentro de nuestra Religión Católica y de nuestra rica literatura nacional, contamos, ante todo, con la espléndida producción, en prosa y verso, de los místicos del Siglo de Oro: Fray Luis de León, Fray Luis de Granada, San Juan de la Cruz y la incomparable Santa Teresa de Jesús, que subyuga y encanta por su estilo vibrante, cálido, plétórico de entusiasmo. Santa Teresa representa, como ya en otro lugar he dicho, la afortunadísima conjunción del ideal religioso militante y místico; todos sus actos fueron fiel expresión de estas dos sublimes tendencias, las cuales palpitan igualmente en los admirables escritos que nos ha legado, en especial en sus dos obras principales: el *Libro de su vida* y el *Castillo interior*.

Fuera de nuestra patria, no olvidemos, como lecturas útiles para fomentar el ideal religioso, además de la famosa *Imitación de Cristo*, de Kempis; la *Vida devota*, de San Francisco de Sales, y la colección de escritos referentes a San Francisco de Asís y sus discípulos, las *Florezcillas*, los *Santos Estigmas*, etc. Estas últimas obras son singularmente recomendables, porque en ellas, además de la adoración divina, alienta un ardiente amor a la Naturaleza y a la Humanidad, como un poderoso anhelo de fraternidad general.

Para dar por terminado todo lo relativo al ideal religioso, desde el especial punto de vista de que vengo tratando, réstame apuntar una última consideración, no de orden psicoterápico, como las anteriores, sino de valor pronóstico. La experiencia reiterada me ha convencido, de que la posesión de un firme ideal religioso confiere una cierta inmunidad, parcial al menos, respecto de las psiconeurosis y demás trastornos funcionales del sistema nervioso. Esta acción inmunizante, que acaso fuera más exacto calificar de atenuante, se me ha evidenciado más que por la rareza de esas afecciones en las personas religiosas

(rareza que sólo podría con certidumbre afirmarse después de una exacta investigación estadística), por la manifiesta benignidad que dichos padecimientos ostentan en tales sujetos. Las psiconeurosis y los procesos afines se me han mostrado siempre menos complicados, con síntomas más sencillos y de curación más fácil y pronta en las personas dotadas de un sólido ideal religioso. Este ideal, indudablemente constituye un poderoso tónico de la voluntad y un enérgico mantenedor de la disciplina mental, evitando así la aparición de muchas perturbaciones psíquicas secundarias, que complican y prolongan el curso de las psiconeurosis, cuando aquél falta. Verdad que he tenido ocasión de observar también estados psiconeuróticos, muy graves y muy rebeldes, en sujetos consagrados a la vida religiosa; pero entonces, un análisis psicológico detenido demuestra que se trata precisamente de la pérdida de ese ideal, de conflictos generalmente muy difíciles de resolver, creados por la falta de fe, en pugna con los deberes impuestos por el estado eclesiástico, por la profesión monástica, etc.; de suerte que estos casos desgraciados, que parecen constituir excepciones a la regla general pronóstica que acabo de formular, no hacen sino confirmarla.

El otro tipo genérico de ideal, que he distinguido es el filosófico. Dentro de él caben también diversidad de matices, y en él debe comprenderse el ideal teísta, a que antes he aludido, y que representa una forma de transición y de enlace entre ambos géneros de ideal. No son éstos en realidad absolutamente incompatibles, pues hay ideales filosóficos susceptibles de acoplarse perfectamente a un ideal religioso, sin detrimento de éste; pero aquí he de ocuparme del ideal filosófico, considerado en sí mismo, como existente aislado en la vida anímica, y debiendo bastarse a sí solo para el régimen de la conducta. Así es como hemos de manejar psicológicamente ese ideal, cuando de pacientes desprovistos de la fe religiosa se trata, y éste es, por lo tanto, el punto de vista que he de adoptar aquí.

Si fuera a hacer, no ya la exposición detallada, sino el recuento simple de todas las variadas formas de ideal, que explícita o implícitamente apuntan en los sistemas de los filósofos, acabaría con la paciencia de mis oyentes, y sometería a muy dura prueba la cortesía con que me escuchan. Pero, afortunadamente, no tengo para qué acometer esa empresa tan laboriosa, tan larga y tan árida como supérflua: para los fines que persigo, fines puramente prácticos, de aplicación psicoterápica, no necesito sumirme en profusas disquisiciones históricas, ni en alambicadas suti-

lezas críticas, me basta con recoger los más fundamentales datos, directamente aplicables a la higiene y a la terapéutica del espíritu.

Con sujeción a este criterio limitado y práctico, distinguiré no más que cuatro formas de ideal filosófico: el estoico, el utópico, el optimista y el que llamaré, no ideal pesimista, sino pesimismo ideal, que no es precisamente lo mismo.

Entre todos los ideales filosóficos, descuella a máxima altura por su grandeza moral el ideal estoico. Creado como concreción suprema del intenso movimiento filosófico de la antigüedad, noble reacción contra abyectas doctrinas materialistas, expresión depurada de una moral austera, que aunque elaborada fuera del Cristianismo, coincidió en sus líneas fundamentales con la Ética cristiana, el estoicismo se nos presenta, aun hoy, no obstante los progresos realizados por la Humanidad, como una sublime doctrina, que no sólo es digna de veneración, por lo que ha significado en el perfeccionamiento moral del hombre, sino que subyuga actualmente todavía por la majestuosa elevación de sus conceptos fundamentales, y por la belleza inmarcesible de la actitud de serena impavidez, que pretende imprimir al espíritu: el hombre, débil criatura, expuesta a los más rudos y contrarios embates de las inmensas fuerzas naturales, que en torno suyo se agitan, jugando con su mísera endeblez, como si estos formidables adversarios externos no constituyeran riesgos suficientemente enormes, alberga, además, en su interior otros enemigos, no menos temibles: lo limitado de su inteligencia, siempre expuesta a caer en el error; lo vacilante de su voluntad, siempre propicia a abandonar el sendero recto; las pasiones, los vicios, que oscurecen su conciencia, y se erigen despóticamente en malhadados árbitros de sus actos. Pues bien, frente a este aterrador cúmulo de calamidades, álzase intrépido el estoicismo, intentando que el hombre domine todos los peligros que le amenazan, lo mismo los exteriores que los interiores, por su solo personal esfuerzo, sin ayuda sobrenatural alguna, simplemente por la plena conciencia de sus aptitudes mentales, por el absoluto imperio de su razón, por la incontrastable afirmación de su voluntad, por el total dominio y la completa posesión de sí mismo. Semejante empresa, por demasiado sublime, no podrá nunca acabar de realizarse; pero el intentarla sólo es acto de tan arrogante gallardía, que merece nuestra férvida admiración.

De todos los ideales filosóficos, el estoico es el más digno de ocupar el primer lugar, porque posee todas las condiciones que

hacen a un ideal perfecto: inconmensurable altura moral, amplitud infinita de su horizonte psíquico, pureza intachable de sus tendencias, austera rigidez de sus principios fundamentales, adaptación constante a todas las situaciones en que el hombre puede encontrarse; finalmente, compatibilidad de acción conjunta con otros ideales, con el religioso principalmente.

Es, por estas razones, el ideal estoico uno de los más valiosos recursos psicoterápicos de que podemos disponer, estando con frecuencia extraordinaria, mejor dicho, con casi absoluta constancia, indicada su aplicación al tratamiento y preservación de todo género de dolencias del alma. Su eficacia es segura para suprimir a menudo, y para atenuar siempre, los males psíquicos; pero la dificultad consiste en hacer que los pacientes acepten y se asimilen este severo ideal; para profesar el estoicismo se necesita un ánimo vigoroso, una inteligencia serena y una voluntad muy bien templada, circunstancias de que carecen los enfermos psiconeuróticos, que, por el solo hecho de serlo, son versátiles, psicasténicos y abúlicos. Mas como, según he indicado ya en otro lugar, la creación de un ideal es la última operación de la cura psicoterápica, y necesita ir precedida de ejercicios preparatorios, que robustezcan la voluntad, pongan orden en la ideación, y, en general, implanten una firme disciplina en la actividad mental, generalmente nos será posible, una vez obtenidos esos previos resultados elementales, acometer fructuosamente la síntesis psicoterápica, mediante la formación de un ideal profundo.

Pero importa mucho aconsejar la práctica del estoicismo verdadero, íntegro, del estoicismo clásico, no de lo que comunmente se entiende hoy con tal nombre. Para el vulgo, ser estoico, es sencillamente saber dominar sus afectos, es ser indiferente a sus propias penas y dolores; quien tan mezquino concepto se forme de esta asombrosa doctrina moral, no sólo la empequeñece lastimosamente, sino que la adultera, convirtiéndola en la más absurda de las extravagancias. Si el estoicismo se redujera a la indiferencia, sería inconcebible, porque no se puede comprender ningún ser animado, desprovisto de sensibilidad, ni en lo físico, ni en lo moral y, además, en la esfera ética, tal doctrina, así comprendida, conduciría a la anulación de todo germen de energía, suprimiendo la simpatía hacia nuestros semejantes, y la veneración hacia la Divinidad; transformando, en suma, al hombre en una piedra.

El estoicismo no ha preconizado jamás tamaños dislates; el

estoicismo recomienda la serena conformidad con lo inevitable; pero sin dejar de luchar, por si se lograra convertirlo en evitable, y además exige, como parte integrante y principalísima, que se cumplan los deberes religiosos, y aquellos otros que la vida en sociedad impone, subordinando siempre, y si es preciso sacrificando, la conveniencia individual al bien de la colectividad.

Para evitar torcidas interpretaciones de la doctrina estoica, conviene recomendar, que se adquiriera el conocimiento de sus conceptos básicos en los propios manantiales de origen, en las obras de Epicteto, de Marco Aurelio y de Séneca; como prueba de lo que es el verdadero estoicismo, como demostración de que, lejos de fomentar las tendencias egoistas, ensalza el amor al prójimo y la abnegada sumisión a los fines de la sociedad, citaré algunos bellos pensamientos de los fundadores de la doctrina. Así, dice Marco Aurelio: «No pongas tu placer y tu agrado sino en pasar de una acción útil a la sociedad a otra acción útil a la sociedad, acordándote de Dios»; y en otro lugar: «Ama el humilde oficio que has escogido, y atente a él; el resto de tu vida pásalo como un hombre que con toda su alma ha puesto en manos de Dios el cuidado de sus asuntos, y que no aspira a ser, ni el tirano, ni el esclavo de ninguno de sus semejantes» (1). Permitidme que incidentalmente señale la saludable lección de adaptación profesional consignada al comienzo de este pasaje, lección muy de tener en cuenta por los infinitos descontentos de su oficio, que en la práctica de éste creen hallar permanente motivo de sinsabores y disgustos.

La más gráfica norma de la conducta estoica, es la expresada por Epicteto, en estos lacónicos términos: «Hagamos lo mejor de cuanto está en nuestro poder hacer, y aceptemos el resto como naturalmente ocurre, que es como place a Dios»; y para poner claramente de manifiesto la necesidad de supeditar la conveniencia individual a la colectiva, dice así: «No te atengas al interés privado; no deliberes acerca de nada como un individuo separado, sino como deliberaría la mano o el pie, que si estuvieran dotados de razón, y comprendieran su situación natural, no desearían nada para sí solos, sino con referencia al conjunto del organismo» (2).

También Séneca cuida mucho de aconsejar insistentemente

(1) MARC AURELE: *Pensées*, traducción de G. Michaut; París.

(2) *Discourses of Epictetus: Selections*. Londres.

el cultivo de los sentimientos altruistas, pudiendo servir de ejemplo estas dos máximas de su *Libro de Oro*: «Sé útil primero a los demás, si quieres ser útil a ti propio» y «Halla en la desgracia consuelo al que lo prodigó en la prosperidad» (1), apremiante conminación a la práctica de la solidaridad humana, sin la cual no hubiera podido prevalecer nuestra especie en la Tierra.

Creo que con lo antes expuesto y con los ejemplos transcritos habré logrado exculpar a la doctrina estoica, del estigma de egoísmo, que algunos, injustamente la aplican, inducidos a error por su deficiente conocimiento de aquélla. No sólo no es egoísta el verdadero estoicismo, sino que, al contrario, ordena el exacto cumplimiento de los deberes sociales y religiosos. Por eso es compatible con otros ideales, a los que puede muy felizmente completar, principalmente asegurando el rígido cumplimiento de las normas éticas.

Este es el ideal estoico puro y legítimo, que tan frecuente y tan utilísima aplicación encuentra en la práctica de la psicoterapia, constituyendo uno de los más poderosos remedios morales, de que ésta dispone, ya se trate de inculcarle aislado, ya, que es lo que más a menudo ocurre, se desarrolle en unión de otros ideales, cooperando activamente con ellos en la ardua obra de regeneración y de perfeccionamiento moral, que constituye la más alta finalidad de toda labor psicoterápica.

El ideal que he denominado utópico, ofrece desde el punto de vista práctico, y en relación con la terapéutica psíquica, infinitamente menos interés que el estoico; siendo, respecto de aquél, más numerosas e importantes las contraindicaciones que las indicaciones. En términos generales, todo ideal merece calificarse de utópico, pues siempre significa tendencias imposibles de realizar totalmente; pero yo aquí llamo concretamente ideal utópico, al que se complace en la elaboración de sistemas morales y de esquemas de organización social, completamente imaginarios. Condensación de esas fantásticas lucubraciones son las utopías, que tanto abundan en la literatura filosófica y sociológica de todos los tiempos y países; su más famoso antecedente hállase en las obras de Platón, y después ha continuado cultivándose este género de producciones por muchos autores, algunos de ellos de gran renombre, pudiendo citarse entre las más conocidas publicaciones de esta índole, la

(1) SÉNECA: *Tratados filosóficos*, traducción española de Fernández Navarrete: París y Buenos Aires.

*Nueva Atlántida*, de Bacon; la *Utopía*, de Tomás Moro; las obras de Cabet (1), de Morrís (2), y la reciente del famoso novelista britano, Wells (3).

Estas lecturas, y las ideas en que se inspiran, no son, en general, utilizables con un fin psicoterápico; al contrario, conviene proscribir las en la dieta psíquica de los sujetos neuróticos, pues representan vanos alardes imaginativos, sin transcendencia práctica, de los que no se puede esperar otro efecto más que un morboso estímulo de la arrebatada fantasía de tales personas, poseedoras de un dinamismo neuropsíquico inestable, desequilibrado, y que por su propia enfermiza condición, son muy propicias a las más extravagantes y quiméricas divagaciones por los campos de la irrealidad. Lejos de fomentar esta perniciosa tendencia a forjar utopías tan vagas como absurdas, debe el psicoterapeuta combatirla, sugiriendo ideales modestos, sencillos, limitados, pero muy concretos, muy precisos, susceptibles de un inmediato comienzo de realización práctica, ya que ningún ideal pueda ser totalmente encarnado en la realidad.

Tan temible es la tendencia utopista en los sujetos afectos de psiconeurosis, que su exageración puede en algunos casos provocar estados vesánicos de tipo paranoico, y aun sin necesidad de llegar a tan desgraciado extremo, siempre agrava los defectos mentales del paciente, singularmente cuando de psicasténicos se trata. Por esta razón he afirmado antes, que para esta clase de ideal no existen en Psicoterapia indicaciones, sino contraindicaciones, y creo haber demostrado cumplidamente la exactitud de esa afirmación.

No quiere esto decir, que todo sistema utópico sea en absoluto vituperable, y que deba considerarse como completamente perdido el tiempo y el trabajo en inventar los empleados: no, en las utopías, cuando se imaginan con discreción y sensatez, hállase siempre una orientación, una tendencia aprovechable para el progreso de la sociedad; pero esas acertadas creaciones utópicas, tan excepcionales, sólo pueden ser fruto de poderosas mentalidades, colocadas muy por encima del nivel medio de la inteligencia humana. Bien está que los hombres de genio, dotados de portentosa presciencia, tracen planes, que vienen a ser como visiones anticipadas del porvenir, y sirven de normas di-

(1) CABET: *Voyage en Icarie*.

(2) WILLIAM MORRIS: *News from Nowhere*.

(3) H. G. WELLS: *A Modern Utopia*.

rectoras a la evolución de la Humanidad; pero los individuos de mente endeble y de flaco juicio, que son los que principalmente necesitan el auxilio de la Psicoterapia, deben abstenerse de tales divagaciones, pues los productos de su sobre-excitada fantasía resultarían absurdos, y propios sólo para acentuar sus anomalías psíquicas.

Paso ahora a tratar del que he llamado ideal optimista: realmente el optimismo no ha inspirado un ideal solo, sino numerosas variantes de ideales, que coinciden todos en juzgar los destinos del hombre y del mundo con un criterio de apacible conformidad, de plácida satisfacción y de inquebrantable esperanza en la felicidad futura. Por esto sería más exacto hablar de ideales optimistas en plural; mas como la índole del presente trabajo me impide entrar en detalles, y la enumeración, uno por uno, de todos esos ideales, sería muy larga, yo no he de tratar sino de lo que todos ellos tienen de común, de lo que pudiera denominarse el espíritu optimista, o la aceptación grata y placentera de la vida.

A este respecto pueden dividirse todos los sistemas ideales concebidos por los filósofos en dos grupos opuestos: el optimista y el pesimista; es éste el perpetuo dualismo, que se reveló ya en la antigua filosofía griega con su máximo relieve, en la clásica antítesis de Heráclito y Demócrito, y que sin interrupción ha continuado hasta nuestra época, en la cual pueden citarse, como ejemplos de doctrinas optimistas, que son las que ahora nos interesan, la escuela pragmática y la de Bergson; el pragmatismo, que preconiza y ensalza el pensamiento concreto, útil, práctico, la tendencia persistente a la acción fecunda, y que al considerar el mundo terrestre como algo humano, adaptado al hombre y suficiente para éste, aparta una de las principales causas del pesimismo transcendente, la aterradora inmensidad del Universo, que abrumba al espíritu humano (1), y el bergsonismo, que estima al hombre como el resultado del perenne e incommensurable esfuerzo evolutivo de la vida hacia su perfeccionamiento, y proclama la fecunda solidaridad del individuo humano con la Humanidad entera, y de ésta con la Naturaleza toda (2).

Si los filósofos de todos los tiempos se han mostrado, los unos

(1) WILLIAM JAMES: *Le Pragmatisme*, trad. franc. de Le Brun; París, 1912. Acerca del movimiento pragmático, consúltese: JOHN DEWEY: *Studies in Logical Theory*; S. SCHILLER: *Personal Idealism*.

(2) H. BERGSON: *L'Évolution créatrice*, París. R. GUILLOUÏN: *La Philosophie de M. Henri Bergson*, París.

optimistas y los otros pesimistas, es porque en nosotros anidan los gérmenes de una y otra tendencia; y según las circunstancias hagan predominar a aquéllas o a éstas, así, alternativamente, somos optimistas o pesimistas; basta con reflexionar sobre los cambios que experimentan nuestros sentimientos en un reducido espacio de tiempo, para apreciar cuán radicalmente varía nuestra concepción de la vida, del mundo, de nuestros semejantes y de nosotros mismos, y puesto que el más elemental análisis psicológico nos demuestra, que somos sucesivamente optimistas y pesimistas, debemos reconocer como existente en nosotros la disposición a ser lo uno o lo otro, consistiendo precisamente la misión de la Psicoterapia en favorecer esa natural aptitud al optimismo, combatiendo la contraria inclinación al pesimismo.

Si en el orden especulativo y transcendental existen motivos, que pueden inducir a la disposición pesimista del ánimo, es asunto que se discutirá más adelante; pero lo que desde ahora podemos afirmar, como verdad irrefutable, es que en el terreno práctico de los hechos y de la conducta, en la vida real, en suma, es preciso ser tenaz, resuelta y decididamente optimista, porque fuera del optimismo no hay salvación posible. Todo el que se deja subyugar por ideas pesimistas, cae fatalmente en la inacción, y aunque no llegue a la destrucción voluntaria y directa de su vida, la anula, la esteriliza en absoluto, con la renuncia a la acción, que es la consecuencia obligada de la apreciación pesimista del Mundo. Si queremos, pues, conservar incólume ese primordial impulso a la acción, que representa nuestra más preciosa aptitud vital, que es la realización misma de esta vida nuestra, y que, por lo tanto, con ella se confunde íntimamente, debemos huir del contagio de cualquier pesimismo, y para lograrlo, nada mejor que inspirarnos en un fuerte ideal optimista.

Cual sea este ideal, no es cuestión que he de dilucidar aquí: son muchas las variantes que pueden adoptarse, y cada cual ha de forjárselo en virtud de su propio personal esfuerzo, y según sus individuales cualidades, singularmente según su característica sentimental. En los sujetos sometidos a un tratamiento psicotápico, será el director de este tratamiento el que oriente hacia un ideal determinado, en armonía con las circunstancias concretas, que en cada caso particular concurren; lo más importante, lo esencial, desde el punto de vista de la Psicoterapia, es que ese ideal sea optimista, pues siéndolo, será un ideal eficaz, fecun-

do, fértil en sugerencias altruistas y en motivos estimulantes de la más sana y útil actividad mental.

En Terapéutica psíquica es aprovechable, como tónico moral todo ideal optimista; y a propósito de esto, he aquí como se expresa el ilustre neurólogo, de Berna, Pablo Dubois: «Poco importa que difieran nuestras opiniones, sobre puntos insondables de Metafísica, que nos expliquemos con teorías dualistas o monistas los fenómenos, cuya esencia ignoramos: lo importante es que busquemos la felicidad en la realización de nuestro ideal... lo que importa es que los hombres sean cada vez menos materialistas en sus costumbres; que sean cada vez más morales, más idealistas» (1).

Dentro de esta tendencia fundamental optimista caben, como ya he indicado antes, multitud de variedades de ideal, siendo la misión del psicoterapeuta escoger entre ellas la más apropiada a la contextura moral y a las inclinaciones mentales del sujeto. Una vez hecha esta selección del ideal adecuado, su cultivo se intensificará, no sólo con los consejos psicoterápicos incansablemente prodigados en reiteradas conversaciones, sino también mediante la lectura de las obras maestras, que la Filosofía optimista ha sugerido en todas las épocas. Entre los libros contemporáneos, son particularmente recomendables con esa finalidad psicoterápica los de Metchnikoff (2), Le Brun (3), Toulouse (4), etcétera.

Todo el que se ocupa de Psicoterapia, cualesquiera que sean sus propias ideas filosóficas, muy pronto se convence de esta imprescindible necesidad, de adoptar un ideal optimista y de inculcarle a sus enfermos. El optimismo práctico, el optimismo como norma efectiva de nuestra conducta, es condición indispensable para realizar nuestra aptitud dinámica, para convertir en actual la energía potencial, que todos los seres dotados de vida poseen. Por ser necesaria esta orientación optimista de nuestra mente es por lo que el optimismo natural, espontáneo, no resultado de la reflexión, sino consecuencia obligada de la misma estructura humana, orgánico por decirlo así, es atributo legítimo de la inteligencia del hombre, y viene a ser expresión fidedigna de la

(1) P. DUBOIS: *La Educación de si mismo*, 2.<sup>a</sup> edición española; Madrid, 1916

(2) METCHNIKOFF: *Etudes sur la nature humaine*, 2.<sup>a</sup> tirada. París, 1908. D.<sup>o</sup> *Essais optimistes*; París, 1907.

(3) L. BRUN: *Du progrès final de l'homme*; París, 1912.

(4) TOULOUSE: *Comment former un esprit*; París, 1910. D.<sup>o</sup> *Comment se conduire dans la vie*; París, 1910.

salud y de la fuerza físicas y psíquicas. Y siendo el optimismo testimonio del equilibrio y de la sanidad mentales, cuando por alterarse estas cualidades fisiológicas, aquel saludable optimismo se pierde, deber del psicoterapeuta es restaurarle, elevándole a su grado máximo de energía, y procurando, ante todo, convencer al paciente de que sin una visión optimista de la vida es imposible vivir ésta en su apetecible plenitud, y, por consiguiente, no hay medio de escapar a este rígido dilema; o renunciar a la vida, o aceptarla con un criterio optimista.

Y sin embargo, pese a esta necesidad, en la que tanto insisto por su extraordinaria importancia, de profesar un optimismo práctico, en la esfera especulativa no faltan motivos, que parecen capaces de inclinar el ánimo al pesimismo. Esos motivos que se presentan con mayor intensidad y apremio al pensador, dado a meditar largamente sobre el por qué de las cosas, que no al inquieto hombre de acción y al vulgar autómatas humano, juguete semi-inconsciente de las influencias extrínsecas y orgánicas; esos motivos, digo, son los que han inspirado los numerosos sistemas filosóficos pesimistas, que se han ideado. No tengo para qué hacer la crítica de esos sistemas, ni necesito tampoco examinar cuál es su significación como teorías metafísicas: me basta con declarar de la manera más terminante posible, que su valor psicoterápico es, no ya nulo, sino negativo; es decir, que lejos de ser utilizables en la profilaxia y en la terapéutica de los trastornos de la mente, deben considerarse como causas favorecedoras y agravantes de esos mismos trastornos.

Así como el optimismo es expresión, según acabo de indicar, de la salud y de la ponderación psíquicas, el pesimismo es la proyección intelectual de un estado enfermizo del espíritu; es la expresión, revestida de formas ideológicas, de la insuficiencia de energías mentales, y sobre todo de la impotencia moral para llegar a forjarse un ideal sano y fecundo. Cuando estos graves defectos psíquicos se dan en una mentalidad dotada de cualidades imaginativas y dialécticas superiores a las ordinarias en la mediocre grey humana, podrán dar lugar a lucubraciones filosóficas más o menos pretenciosas, y con ciertas apariencias de lógica; pero todas esas doctrinas pesimistas ostentan un carácter morboso, revelador del desequilibrio y de la invalidez de la mente en que se engendraron, con una excepción, acaso única, la de Schopenhauer. La filosofía de Schopenhauer, y en especial su punto culminante, la Metafísica de la Voluntad, según su

comentarista Simmel (1), punto central de su teoría, que considera a la energía volitiva como la substancia peculiar de nuestra vida, y como la esencia propia del Mundo y del Hombre; esta doctrina ruda y fuerte, amarga, pero estimulante como un latigazo, bajo las sorprendentes paradojas, las crueles frases demolidoras y los sombríos conceptos implacables, en su fondo, en su fundamental ensalzamiento de la importancia decisiva de la voluntad en la vida humana, encierra no pocos elementos susceptibles de emplearse como agentes de tonificación moral. Pero es preciso formular un reparo muy importante: la lectura de las obras de Schopenhauer (2), es recomendable como medio educador de la voluntad sólo a los sanos de espíritu, dotados de la suficiente perspicacia para extraer de ellas los principios reforzadores de la actividad volitiva que contienen, y a lo sumo con el mismo fin, y como complemento de una cura psicoterápica felizmente ultimada, pueden también ser leídas por los convalecientes de trastornos psiconeuróticos, o por los antes desequilibrados psíquicos, cuando ese desequilibrio ha sido ya eficazmente combatido; pero en modo alguno se permitirá tal lectura a los débiles de la mente, a los abúlicos, a los inadaptados, a todos los neuróticos y degenerados con sus defectos y alteraciones psíquicas aun vivaces, pues estos individuos serían incapaces de apreciar el núcleo estimulante de la voluntad, que en los escritos de Schopenhauer se encuentra, y sólo se quedarían con las acerbas imprecaciones pesimistas, por lo que su deficiencia moral se agravaría extraordinariamente.

En términos generales, debemos, pues, apartar cuidadosamente a los sujetos sometidos a tratamiento psicoterápico de todo cuanto trascienda a pesimismo, no sólo práctico, sino también ideal, porque en esas personas es necesario poner en tensión todos los resortes del alma, y para ello precisa cerrar todo resquicio por donde pueda insinuarse el pesimismo, aun bajo el aparentemente inofensivo aspecto de pura abstracción conceptual, pues aun así, limitado a la esfera de las ideas, es muy de temer su deletérea acción inhibitoria sobre las determinaciones volitivas en los individuos psíquicamente defectuosos. En las personas de mente sana, no es incompatible con una activa y

(1) G. SIMMEL: *Schopenhauer y Nietzsche*, traduc. española, Madrid (Beltrán, editor).

(2) SCHOPENHAUER: *Die Welt als Wille und Vorstellung; Sämtliche Werke*; Leipzig, 1877.

recta conducta, justamente acomodada a las legítimas exigencias de la vida y a los altos mandatos éticos, un cierto discreto pesimismo ideal, que permanezca acantonado en el campo de las meditaciones íntimas, sin influir en la génesis de los actos. Y nótese bien que hablo de pesimismo ideal, no de ideal pesimista, pues ambos conceptos son distintos; todo verdadero ideal, digno de tal nombre, no sólo ha de aspirar a intervenir en la preparación de nuestros actos, sino que positivamente ha de realizar esa intervención, la cual ha de estar vedada a toda tendencia pesimista, por las razones que acabo de exponer. No es posible, pues, hablar de ideales pesimistas en psicoterapia; y en cuanto a ese pesimismo ideal, a que aludo en el concepto de temas de meditación de contenido pesimista, circunscritos a la esfera ideológica, también conviene vigilar mucho su desenvolvimiento, para evitar que, al invadir con exceso nuestra mente, lleguen a dominar en ella, trascendiendo al orden práctico, a las decisiones de la voluntad, lo que supone un grave peligro, tanto para los sanos como para los enfermos de espíritu, aunque más para éstos que para aquéllos.

Fácil nos será encontrar en las doctrinas de la Filosofía optimistas, argumentos con que combatir, o al menos atenuar, los principales motivos de ese pesimismo ideal. Entre estos motivos figura la férrea limitación, que al ejercicio de nuestra actividad mental consciente impone el automatismo cerebral; este automatismo, que de un modo fatal e ineludible interviene hasta en las más elevadas manifestaciones psíquicas, nos hace percibir en nosotros mismos, actuando en nuestras más nobles y augustas funciones, una fuerza extraña a nuestra conciencia, independiente de nuestra voluntad, que despóticamente se entremete en nuestra producción mental, que a pesar nuestro dicta en parte nuestros pensamientos, y nos sugiere afectos venidos, no sabemos de dónde, y que por todas estas razones nos hace sentir penosamente la esclavitud, a que dentro de nosotros está sometida nuestra alma. Este es el aspecto pesimista del automatismo, pero a él es lógico oponer el criterio optimista, que nos enseña que ese automatismo es el más valioso auxiliar de nuestro funcionamiento psíquico, que él nos permite desarrollar una actividad, que sería imposible, si toda ella fuera voluntaria y consciente, necesitada de la total y minuciosa aplicación de nuestra íntegra personalidad; que los actos que se ejecutan automáticamente, tienen una perfección, que difícilmente alcanzan los no automáticos; y en suma, que sin el automatismo, no

tendríamos ni tiempo ni energías nerviosas suficientes para atender a las múltiples necesidades de la vida.

Análoga argumentación podría aplicarse a otro de los capitales motivos del pesimismo ideal, al imponente, al aterrador misterio de la Naturaleza, que con su formidable grandeza aplasta la mísera pequeñez del hombre; a esta visión pesimista del abrumador Universo sobrehumano, debe oponerse la perspectiva optimista de un mundo humano, suficiente para el hombre, y del que éste puede servirse, según enseña el humanismo moderno (1); y consideraciones parecidas se opondrán a cuantas razones pretenda aducir el pesimismo en apoyo de su tesis.

Hasta ahora no he hecho más que enumerar los diversos ideales, de que puede valerse el psicoterapeuta, especificando sus caracteres y su valor como agentes psicoterápicos, e indicando sumariamente la manera de utilizarlos en la práctica. Réstame ahora, para dar por terminada la exposición del tema que inspira esta disertación, señalar cuáles son las indicaciones concretas de la Psicoterapia, por los ideales en los diferentes casos particulares que la realidad nos ofrece. Esta última parte de mi trabajo prometo tratarla de manera muy breve, pues dada la índole de este asunto, no es posible hacer más que apuntar las consideraciones generales de mayor alcance.

Ante todo, la formación y cultivo de un ideal debe figurar como finalidad principalísima en todo sistema de educación, que esté a la altura de la misión moral que ha de realizar; y téngase muy presente que la educación, en su sentido más amplio, la formación del carácter y el perfeccionamiento de la personalidad, no se limita a la niñez, ni a la adolescencia, sino que se continúa durante la vida entera; debiendo todos laborar incesantemente en esta *educación de nosotros mismos*, que requiere, para ser eficazmente realizada, la posesión de un alto y firme ideal. En la virtud educativa de los ideales estriba, pues, la primera y más general de sus aplicaciones prácticas.

Otra muy valiosa cualidad es la acción protectora contra los disturbios psíquicos, que el ideal ejerce en quien lo posee. Trátase de una preciada propiedad inmunizante o atenuadora de las nocivas influencias psíquicas, que pone al sujeto a cubierto de no pocos males, y que suaviza, haciéndolas soportables, las contrariedades y demás conflictos morales, tan frecuentes en la

(1) S. SCHILLER: *Etudes sur l'humanisme*, trad. francesa; París, 1909.

vida. A la acción educativa debe, pues, agregarse esta muy importante acción profiláctica.

En el orden patológico, osténtase también muy claramente la virtud terapéutica de los ideales: tienen muy útil aplicación en los casos de defectos en la esfera ética, sobre todo en los relacionados con alteraciones por déficit de la voluntad, en la timidez, en la duda morbosa y en general en todas las formas de inestabilidad psíquica, que reconocen como trastorno fundamental una insuficiencia de las funciones intelectuales superiores, de la reflexión y de la síntesis mental consciente, con relajación del freno de la voluntad. En los procesos de perturbación afectiva, tan frecuentes, con exaltación mórbida de la emotividad y pérdida de la facultad de gobierno de los sentimientos, está también indicada la creación de ideales, que combatan esa peligrosa anarquía mental; y otro tanto puede decirse de los llamados estados pasionales, que en sus diversas formas requieren todos la aceptación de un ideal noble y austero como complemento y remate de su corrección.

Hasta ahora he enumerado sólo anomalías psíquicas, que incidentalmente suele tratar el médico; pero que, en general, interesan sobre todo al pedagogo, al moralista, al sociólogo y al confesor. En el terreno propio y privativo de la práctica médica, en los casos que son de la competencia, si no exclusiva, por lo menos principal del médico, en los que éste debe llevar la alta dirección del tratamiento, son también muy numerosas e importantes las aplicaciones psicoterápicas, que de los ideales pueden hacerse; está indicado su fomento intensivo en todos los casos de neurosis o nerviosidad, vagos estados de anormalidad neuropsíquica, que engendran variadas molestias y aberraciones mentales, y que sin constituir neuropatías definidas, representan una positiva predisposición a padecerlas. También serán valiosos agentes psicoterápicos los ideales en las diversas especies de Psiconeurosis, aunque sus indicaciones y la oportunidad de su empleo varían para cada una de ellas. Así, en el histerismo, deberá empezarse por practicar procedimientos psicoterápicos más sencillos, preferentemente las diversas formas de la sugestión, y el cultivo del ideal se emprenderá después, cuando ya la cura esté avanzada, como último perfeccionamiento auto-educativo: la misma misión de complemento o ampliación psicoterápica desempeñan los ideales en el tratamiento de la neurastenia; en esta psiconeurosis debe comenzarse por tranquilizar al enfermo, devolviéndole la confianza en sí mismo y en su porvenir, conven-

venciéndole de que su padecimiento es totalmente curable, y a la vez que se procura esta tranquilidad moral del paciente, se aplicarán los adecuados remedios farmacológicos y físicos, dejando para el final la formación de ideales, como medios de atenuación de la predisposición neuropática. En cambio, en la psicastenia, los ideales tienen aplicación en casi todos los períodos del tratamiento psíquico, y en no pocos casos representan el principal, y aun a veces el único agente curativo: son los psicasténicos, cuando su psiconeurosis no se complica con estados de angustia episódicos, o con un síndrome neurasténico secundario, sujetos de actividad mental notablemente intensa, aunque desviada de su normal cauce; y los esfuerzos del psicoterapeuta deben encaminarse, ante todo, a aprovechar esta energía psíquica, tan lastimosamente derrochada en el continuo conflicto con obsesiones, fobias y demás fenómenos intelectuales forzados; y para rectificar el nocivo empleo de la copiosa productividad mental de estos sujetos, disponemos de un medio de singular eficacia en el asiduo cultivo de un ideal. La contextura espiritual de los psicasténicos, les hace muy propicios a la aceptación entusiasta de ideales; pero hay que evitar dos riesgos: el de proponer un ideal, que no se adapte naturalmente a las condiciones del sujeto, y el de que éste convierta al ideal en tema de sus especulaciones hipercríticas, y hasta llegue a ser motivo de obsesiones, con lo que, en vez de curar la enfermedad, no habríamos conseguido sino agravarla. La mayor dificultad está en averiguar, qué variedad de ideal conviene a cada individuo dado, y en hacerle aceptar plenamente, con satisfacción y agrado: una vez conseguido esto, el propio paciente cultiva el ideal adoptado, con la tenacidad propia de su especial constitución psíquica, y por sí mismo va ejecutando los graduales progresos que han de conducirlo a la curación. Si se observan las mencionadas precauciones, se obtendrán en el tratamiento de esta psiconeurosis resultados muy halagüeños: tan frecuentes son estos satisfactorios resultados, que sin énfasis puede afirmarse, que la psicastenia constituye el más apropiado campo de acción psicoterápica de los ideales.

Finalmente, para dar por terminado este esbozo de la significación y modo de empleo del ideal en Terapéutica psíquica, réstame tratar de un punto de la mayor importancia. Hasta aquí me he ocupado sólo de los ideales, que el psicoterapeuta inculca en el ánimo de sus pacientes; mas para que en esta ardua y elevada empresa no fracase, indispensable es que él mismo posea

un ideal, al que profese devoción ferviente, y en el que inspire con sinceridad y firmeza su conducta. Sólo así, rindiendo verdadero culto a un ideal, tendrán sus palabras el elocuente acento, y el poderoso hábito de vida necesarios para crear la convicción en la mente de sus enfermos, y para ejercer sobre ellos su bienhechor iuflujo curativo.

¿Cuál ha de ser ese ideal del médico psicoterapeuta? Me guardaré mucho de responder categóricamente a esta pregunta, pues el ideal varía para cada médico, como para cada individuo de la especie humana, y dentro de sus múltiples variantes, será aceptable siempre todo ideal que responda a algunos requisitos fundamentales, que cuando de médicos se trata, se relacionan íntimamente con las condiciones morales del ejercicio de su profesión.

Este arte nuestro tan penoso, tan abrumador, tan abundante en sinsabores y contrariedades, esta misión tan áspera y difícil que nos pone en contacto con todas las miserias humanas, y por encima de todos los sufrimientos tan a menudo nos deja el desconsuelo acerbo de nuestra incapacidad para remediarlos. Esta profesión tan dura, tan exigente de sacrificios mal comprendidos por el mundo, se dignifica, se eleva a la altura de un sublime sacerdocio, si se sabe ejercer con un espíritu de abnegación, de caridad, de amor ilimitado a nuestros semejantes; si ponemos en todos los actos de nuestra práctica el firme propósito de aliviar todo lo mejor que podamos, el mal ajeno, con absoluto olvido de todo interés personal, si, según la máxima pragmática, vivimos con toda nuestra alma todas las horas de nuestra vida profesional, si renunciando a los mezquinos estímulos individuales, inspiramos nuestra conducta en el bien colectivo, en la mejora y en el progreso de la Humanidad, considerándonos, no como un fin en nosotros mismos, sino como parte integrante de un todo coherente y coordinado, aprendiendo de corazón la maravillosa lección de la hoja del árbol, tan elocuentemente referida por Ruskin (1).

El ideal de todo médico digno de serlo ha de inspirarse, pues, en el más generoso altruismo, en la más disciplinada subordinación a las conveniencias de la Humanidad; y estos requisitos impónense con máximo imperio, cuando se trata de médicos psicoterapeutas, los cuales se hallan en relación con enfermos, más necesitados que ningún otro de ayuda y consejo psíquicos, y de

(1) RUSKIN: *Munera Pulveris*.

apoyo moral, por lo mismo que su mente está conturbada, y que su voluntad es débil, y porque sufren crueles torturas íntimas casi siempre inexplicables, hasta el punto de que el vulgo suele considerarlas ridículas; pero no por eso menos reales, y tanto más amargas cuanto más absurdas. La afabilidad imperturbable, la benevolencia animosa, la cordial simpatía y la serena paciencia serán las necesarias prendas, en las que el médico psicoterapeuta ha de apoyar su ideal altruista y humanitario.

Acaso estas indicaciones generales parezcan sobrado vagas; pero si queréis precisarlas, si deseáis reducirlas a términos concretos, si aspiráis a dotarlas de toda la realidad, de todo el vigor y de todo el relieve apetecible, leed la biografía de nuestro llorado Bejarano, recoged las prácticas enseñanzas de alta moral que prodigó, grabad en vuestra mente el inolvidable ejemplo, que con su vida nos dió. Bejarano encarnó de modo admirable el más perfecto ideal, en que puede inspirarse la existencia de un médico; así, como él era, sincero, franco, afectuoso, infatigable para el trabajo, un fraternal amigo para el compañero, un cariñoso padre para el desvalido, un dulce consuelo para todo enfermo que a él se acercaba, una inteligencia clara y potente, siempre preocupada de los males humanos, y una voluntad de hierro tenazmente empeñada en remediarlos, así debe ser el médico.

Si me pedís una fórmula concreta de ideal médico, yo os contesto: ese ideal está en la vida de Bejarano. ¡Imitadle! Por eso, por haber acertado a personificar de tan acabado modo los ideales de la Medicina moderna en su aspecto moral, su figura logró tan extraordinario relieve, y su recuerdo vivirá siempre en nosotros como perdurable ejemplo y como augusta norma. Por eso cierro con esta invocación a nuestro admirable Bejarano este discurso, dedicado al estudio de los ideales en la Medicina psíquica.

He dicho.

DISCURSO DE CONTESTACIÓN  
DEL  
EXCELENTÍSIMO E ILUSTRÍSIMO SEÑOR  
DOCTOR DON LUIS ORTEGA MOREJÓN  
ACADÉMICO NUMERARIO

SEÑORES ACADÉMICOS:

Forzosamente, y también por voluntad propia, han de ser mis primeras palabras de cordial bienvenida al ilustre académico, que esta doctísima Corporación acoge hoy en su seno. No os le voy a presentar, porque bien sabéis quién es; pero como pocos sabrán cuáles son todos los méritos que en su asidua e inteligente labor ha conquistado, me permito exponer a continuación, aunque ofenda la sincera modestia de nuestro distinguido compañero, los principales que me son conocidos:

Médico de la Beneficencia Municipal de Madrid.

Médico de la Beneficencia general.

Profesor auxiliar de Clínica Médica en la Facultad de Medicina de Madrid.

Médico Director habilitado de Aguas minerales: cargos todos obtenidos por oposición.

Fué Presidente de la Academia Médico-Quirúrgica Española.

Laureado por esta Real Academia de Medicina con el premio Alvarez Alcalá. Autor de numerosas obras científicas, entre las que figuran las dedicadas a las enfermedades de las glándulas de secreción interna, al histerismo, y más de 200 trabajos publicados en las Revistas profesionales, sobre temas de Neurología y Psiquiatría.

Bordeando e invadiendo lo inmaterial el objeto del tema, no será extraño que mi espíritu, constante soñador, llegue a extraviarse en el complicado laberinto que me ofrece el sugestivo asunto, que tan magistralmente trata el competente especialista neurólogo, D. Enrique Fernández Sanz.

Pretendo atenuar mi temor, poniendo, para evitarle, toda mi voluntad, aun sabiendo que no bastará; pero emprendo el peligroso camino más confiado y tranquilo, acordándome de que me dirijo a vosotros, los Académicos, y al público que nos honra acompañándonos siempre en estos actos de majestuosa solemnidad, porque sois todos acreditados especialistas en benevolencia.

El ideal pertenece a la idea, que significa la más alta expresión del alma. Debiera ser el modelo prototipo de la perfección, de igual modo que constituye la esencia de la poesía la inspiración misma.

Para Mesnard, el arte es la representación inmutable y eterna del ideal.

Según Platón, el filósofo más idealista, el ideal y la belleza perfecta son una misma cosa.

Para José de Maistre, sólo tienen realidad en el mundo dos males: el remordimiento y la enfermedad; todo lo demás es ideal.

El idealismo es un sistema filosófico, que niega realidad al mundo material. Anaxágoras, creyendo que el entendimiento es la causa que forma el universo, parece ser el precursor de Hegel.

El sistema idealista, que murió con la civilización clásica, fué resucitado en el siglo XVIII por Descartes y sus secuaces, y por Leibnitz; pero con Descartes se inició también la catástrofe filosófica, engendrando idealistas, pero también escépticos,

Sin el ideal supremo, Dios, la vida sería aún más amarga, y las luchas más enconadas y los procederés más incorrectos.

Fray Ceferino dice: «Implantad en el seno de la sociedad, y, principalmente en el corazón y en la inteligencia de las clases necesitadas, los principios del racionalismo y del sensualismo economista; inculcadles, un día y otro, que nada significan las enseñanzas cristianas de la vida y de la muerte eternas; mostradles que el bienestar y los goces materiales constituyen el bien supremo del hombre y el único móvil de la actividad humana, y veréis a esa sociedad devorada por la pasión de las riquezas y al rico explotando al pobre, y cotizando, sin esa misericordia, los sudores del obrero; y al pobre, agitado por rencores, envidia y concentrado odio ir contra el rico; y al socialista obrero alzarse airado para reclamar su parte en el banquete de la vida».

Las teorías panteístas, aun las que ofrecen un aspecto más idealista, como sucede con las de Hegel, florecen hacia el materialismo. La historia y la lógica, de consuno, demuestran que si la filosofía espiritualista, la que tiende al ideal supremo, ha de luchar con ventaja con la filosofía materialista, ha de hacerse idealista, porque sólo así será verdaderamente espiritualista.

Dice Fernández Sanz, que «la historia demuestra elocuentemente cómo la humanidad evoluciona a impulsos de los ideales

más o menos conscientes en el momento de su actuación», y yo añado, confirmándolo, que sin ellos no se concebirían la constancia, el trabajo y el progreso.

Desde los tiempos fabulosos, en que todo se atribuía a los dioses y luego a los héroes, el afán de ir penetrando los misterios del porvenir es innato en el alma, que anhela siempre un más allá como si sabiendo su destierro de una patria inmortal y perfectísima, soñase, enamorada, con recobrarla a través de lo desconocido, que la seduce para el futuro. Por eso, aunque la unidad de la especie humana, según nuestro Génesis, comprobado con tributo de prueba, por los progresos de cada ciencia, como dice César Cantú, se desatiende por el orgullo, y se divide en dos corrientes opuestas, que caminan al Oriente y hacia el Ocaso, evolucionando ambas en busca de un porvenir mejor, y a través de sus guerras, de sus envidias y de sus enconos, se inspiran en ansia de perfeccionamiento y de grandeza, arrancando unas veces de la fábula, para avanzar; de la avaricia, para engrandecerse; de la ciencia, para perfeccionarse, hasta que vueltas a sus cauces las aguas del diluvio, álzase la cruz sobre las cimas del Gólgota, para que desde ella, y vuelta a unir la humanidad redimida, sean logrados los ideales más sublimes de la ciencia y de la virtud, con el aliento espiritual del cristianismo. Con esos ideales se ha conseguido que el tronco hueco de un árbol, primer elemento de navegación, se convierta en admirable transatlántico y misterioso submarino; el balbuceo de las zampoñas helénicas, en los más variados instrumentos de música; la honda, que lanzaba la piedra a corta distancia en las batallas, en los sorprendentes cañones que siembran la muerte a cientos de kilómetros; las cuevas, donde se refugiaron en las inclemencias del tiempo los primeros moradores, en suntuosos alcázares, y las densas montañas de rocas en diáfanas catedrales, que recogen bajo sus bóvedas las fervientes oraciones de las almas.

Pero Fernández Sanz rehuye sinceramente tratar de los ideales en su trascendental aspecto histórico, y en el prodigioso progreso humano, disculpándose con presentar un punto de vista más limitado cual corresponde a un modesto médico práctico. Pero él no ignora la trascendencia del ideal, que persigue con tanto lucimiento como saber, pues resume todos los ideales de la Medicina práctica, y necesita una capacidad extraordinaria, que dirija una cultura nada común, un espíritu de observación muy educado, un conjunto, en fin, de circunstancias que lleven a la perfección del diagnóstico y a la más útil aplicación

de la terapéutica fisiológica, que es la más difícil de las terapéuticas.

Por eso el médico clínico, para llegar a la finalidad curativa, no debe desanimarse aunque le hagan vacilar en su trayectoria repetidos fracasos, pues ellos se convierten, a veces, en más provechosas enseñanzas que las mismas victorias. Él invoca para demostrarlo las sentencias que habéis oído de Epitecto, el filósofo estoico del primer siglo de nuestra Era, quien afirma que no importa caer vencido, si nos levantamos y seguimos luchando, máxima aprendida, sin duda, en las sublimes páginas del Evangelio, que nació entonces, y en donde se consigna que cuantas veces el pecador cayera, y se regenerase, será perdonado por el Padre Celestial para entrar en el reino de los cielos. Tal vez por ello apela nuestro nuevo compañero al ideal religioso como agente de curación, el más adecuado y útil, siempre que encuentra en los enfermos algún fundamento de fe, aunque no muy acentuado.

Hace interesante estudio del ideal místico, que casi siempre aparece unido al ascético, sirviéndole de estímulo o de acicate el ideal, que él llama militante, y que yo me permito incluir en aquel primero, que encierra al segundo, ya que el misticismo, escuela coexistente con la escolástica, busca en la intuición y en el sentimiento los medios por donde elevarse a la verdad primitiva. Y teniendo en San Dionisio Areopagita, su maestro, y desenvolviéndose gracias a los monjes, Hugo y Víctor, mientras Pulleyn señala las relaciones del dogma con los ideales racionales, Alonso de Ryssel afirma que el sentimiento es una facultad peculiar del sujeto, y San Buenaventura, el gran competidor de Alberto el Grande, entiende que la ignorancia no se vence con la cultura, sino con la pureza del corazón, ya que la felicidad del supremo conocimiento de Dios, principio de toda sabiduría, no se logra más que remontándose más allá de nuestra esfera, según predicaban los más fervientes propagandistas del ascetismo, los frailes mendicantes, los hijos del serafín de Asís, que cuando los maestros de la Universidad de París se habían refugiado en Orleans y en Angers, conservaban las cátedras que habían obtenido, y desde ellas combatían a Alberto el Magno y al propio Tomás de Aquino.

La práctica mística es el antecedente indispensable de la especulación. Quien desee seguirla debe consultar antes, según Gersón, con su vocación, sus facultades, su cuerpo y su temperamento, ya que el contemplativo, el místico, el asceta ha de obe-

decir a Dios con el corazón y los ojos, mientras los demás le sirven con sus pies y sus manos, y esa obediencia y ese amor ha de emplearlo donde nadie observe sus lamentos ni sus angustias.

Fernández Sanz ve tripartido el ideal, que ensalza en nuestra gloriosa Santa Teresa de Jesús, y yo lo considero como un solo ideal: el del amor divino, al que supedita todo, y por el que padece y sufre todo. Para ella, el ideal místico es el que vale la pena de *morir, porque no muere*.

La prueba de ello está en sus mismos escritos, que, según Sánchez Moguel, no son obras diferentes, sino páginas de una sola, en la que derramaba la ciencia suprema, la sola ciencia que existía para su alma, la que había leído en el libro eterno de Dios, la que inflamaba su entendimiento clarísimo, e impulsaba sus energías vencedoras; siendo, por todo ello, como dice Fernández Sanz, modelo vivo, en el que tienen siempre que aprender los que aspiran a cultivar el ideal religioso.

Afirma Fernández Sanz que debe estimularse el ideal religioso como medio psicoterápico, y añado yo que debe cultivarse también como panacea consoladora de la mayoría de los males que nos afligen y preventiva de muchos que nos amenazan.

Se ocupa después del ideal filosófico, pero incluye en él el ideal teísta, y yo afirmo, que siendo la filosofía la ciencia que trata de la esencia, propiedades, causas y efectos de las cosas, no sólo pueden acoplarse, como él asegura, los ideales filosóficos a un ideal religioso, sino que de no incluir aquél en éste, se clasificará como se quiera el sistema o procedimiento que analice las cosas para investigarlas, pero no se podrá llamar filosofía, y menos aún ideal filosófico, a lo que constituye el afán de saber; éste, si pone todo su empeño en explicarse todo, necesita de la fe, ya que cualquier método tiene que abarcar indefectiblemente tres términos: el mundo, la razón y Dios. Si no nos preocupamos del primero, y la razón se confunde con los sentidos, nacerá el sensualismo; si todo quiere encadenarlo a lo que ve y palpa, engendrará el materialismo, embrión del escepticismo, que mata, porque conduce a la inacción, y si se aísla y reconcentra para vivir en sí misma, llegará al otro ideal en que divide el filosófico: al estoico, para que con el utópico, el optimista y el pesimista, forme la psicoterapia que se propone y ensalza nuestro nuevo compañero en la Academia.

No será ciertamente el ideal estoico que preconiza aquél que encarnaba en la escuela, que engrandecieron Cleantes y Crisipo, y que llevaban a los que sufrían al suicidio, como remedio úni-

co; ni el ideal utópico, el que pudiera desprenderse de la *Utopía*, de Tomás Moro, aquel célebre canciller de Enrique VIII, a quien éste quitó la vida, por negarle acatamiento a su poder espiritual; porque, sinceramente, de ese estoicismo y de ese utopismo podrá obtener grandes elementos curativos el talento de Fernández Sanz; pero con otra dirección menos hábil ¿adónde conducirían?

Más fácil y frecuente será que surjan curaciones, no sólo del ideal religioso, sino también del optimista. Dicha actitud espiritual inclina siempre a ver y a creer el bien con exclusión de mal, fomentando así en el alma un poder alentador, capaz de convertir la flaqueza en vigor, el pánico en intrepidez, la derrota en victoria, y la enfermedad en salud, según dice muy exactamente Horacio Fletcher. Para Helen Keller, el optimismo estriba en la fe más alegre, y en la invencible confianza de la preponderancia del bien: para Henry van Dike es el medio más seguro y más fácil de llegar a la inmortalidad, porque aquel estado del alma consiste en amar la vida y vivirla todo lo alegre, valerosa y fielmente de que seamos capaces.

En cambio, el pesimismo, yo no le clasificaría entre los idealismos, sino como tristísima condición del ánimo, que todo lo ve por el lado peor; es la característica, como dice Mood, de los hombres rebuscadores de disgustos en el pasado, a los que añaden las cargas del presente, y cuando piensan en el porvenir lo ven sombrío, erizado de desgracias, mayores aún de las que pueden sucederles, y las más de las veces no llegan nunca, como afirma en su inmortal *Imitación de Cristo*, el gran maestro del espíritu Tomás de Kempis, y a las que no debemos entregarnos, aunque lleguen, para no sumergir nuestro espíritu y nuestro cuerpo en la laguna Estigia de las más amargas lágrimas y de los dolores más espantosos que pudo ver el Dante en su *Infierno*, y de los que son apóstoles fervientes Arturo Schopenhauer, el adversario de Fichte, de Schelling y de Hegel, y el poeta más lúgubre y melancólico, el italiano Leopardi.

Fernández Sanz nos dice, que debe comenzarse por tranquilizar al enfermo devolviéndole la confianza en sí mismo y convencenciéndole de que su padecimiento es dominable, y segura su curación. Añade que el ideal de todo médico digno de serlo ha de inspirarse en el más generoso altruismo. Ese altruismo no cabe dudar, que es el cristiano amor al prójimo, el amor abnegado y ardiente del que ama por amar, sin esperanza, ni deseo de otra recompensa que la que deja en la conciencia el cumplimiento de los puros anhelos de un alma grande.

No recuerdo donde he leído, que la forma doctrinal de la religión está reducida a un breve catecismo, que sólo requiere inteligencia y asentimiento explícito; pero la instrucción moral es de más amplios horizontes, abarca todas las acciones, de que la humanidad es capaz; es universal en sus principios y aspiraciones; debe nacer en el hogar con el ejemplo y el consejo razonado y persuasivo; seguir en la escuela formando buenas costumbres, y continuar hasta los últimos cursos académicos, y por toda la vida. Sin religión podrá haber muchos que escalen elevados puestos y sean artistas doctos, sutiles y aun prudentes; pero entre todos ellos se encontrarán pocos hombres de bien.

Plutarco dice que en su tiempo sólo se conocían de nombre los hombres de bien y que eran tan raros como los centauros, los gigantes y los cíclopes, y luego añade: «Nosotros aprendemos a leer, a escribir y a hablar en varias lenguas; la mímica, la danza o el manejo del caballo; a vestirnos con elegancia, a movernos con gracia, y a otras muchas cosas, que sin alguna instrucción podemos hacer muy bien; pero el objetivo de todas estas prácticas, que debiera ser vivir honesta y felizmente, queda sin enseñar y se deja sólo a la casualidad».

La queja del naturalista griego acaso pueda repetirse como de actualidad durante muchos siglos.

Aprendemos los nombres de las virtudes y de los vicios; oímos y aconsejamos que deben practicarse aquéllas y evitarse éstos; pero no se enseña bien, con argumentos irrefutables y comprensivos, con ejemplos prácticos de las fatales consecuencias, a que conduce el proceder mal, que el mayor capital para aspirar a la renta de la felicidad es el ser virtuosos, limpios de pecado.

Nuestra atención debe estar fija y perseverante en todo aquello que pueda contribuir a nuestro noble bienestar.

La idea de resurrección nos previene que hay un futuro, feliz o desgraciado, según lo que hicimos en lo presente, y la conciencia es durante la vida la transitoria representación del juicio eterno.

Debemos siempre saber que nada tenemos que reprocharnos, y conceder al factor tiempo todo el valor que tiene. No cuesta nada, como nada cuestan el sol ni el aire: es el capital de todos, está a igual alcance del rico que del pobre, del tonto que del listo, del holgazán que del trabajador, pero las diferencias de su empleo y aprovechamiento son muy pronto notables.

La serie de minutos produce la hora, y las horas el día. Cada

uno de estos dura igual que el anterior y el siguiente; pero ¡qué de diferencias imprime la voluntad en el proceder nuestro, y cuán enormes disparidades en las consecuencias! El tiempo es oro, dice el adagio inglés, pero el tiempo es también salud o enfermedad, vida o muerte, virtud o vicio, felicidad o desgracia, según la preparación educativa del espíritu, el estado de conciencia y la aplicación moral de cada uno.

La felicidad no depende de lo que nos falta, sino del esmerado cultivo de lo que tenemos. La felicidad se busca, se hace, no se halla, está dentro de nosotros mismos.

El ideal culminante para Fernández Sanz, impresionado a diario con las ansiedades de los enfermos y de sus familias, con la apremiante demanda de que ponga fin a las aparatosas manifestaciones nosológicas, es curar. Yo, como médico higienista, que observo horrorizado análogos casos de clínica que nuestro insigne compañero, me remonto a las causas, según expuse aquí mismo en la Sesión inaugural del curso anterior.

Cuidémonos con perseverancia de evitar influencias tóxicas, infecciosas y morales, que sin cesar producen nuevas y numerosas víctimas por degradación psicológica y funcional en los organismos directamente sometidos a las nefandas causas. Haciéndolo disminuirémos el número de los desgraciados que motivaron el tema del Discurso, que tengo la honra de contestar; defenderemos a los hijos, a la humanidad futura, que nos está confiada, aunque no nos damos bastante cuenta de ello, pues vivimos con indiferencia de nuestras tremendas responsabilidades, sin pensar que nuestra obsesión dominante, nuestro ideal está en evitar locos, imbéciles, viciosos, criminales, epilépticos, paráliticos; en suprimir los degenerados, aunque nos fijemos en el aspecto puramente científico o monetizado, según frase de Fernández Sanz. Medítese bien el alcance de tales anhelos, que no son ilusiones, ni fantasías, ni siquiera ideales transitorios, sino esperanzas tangibles e inmediatas; deberes inexcusables y siempre perentorios de todos los días y de cada minuto, porque en esta pequeña fracción de tiempo, que apenas llegada ya pasó, está contenida la sentencia de la humanidad.

He dicho.