

## REFRANES MÉDICO-PSICOLÓGICOS EN EL «LIBRO DE BUEN AMOR»

POR EL

DR. ANTONIO CASTILLO DE LUCAS

DE LA ASOCIACIÓN DE ESCRITORES MÉDICOS

MADRID

Todo cuanto se sabe de la vida y de la obra de Juan Ruiz, arcipreste de Hita, figura en ese conjunto de poesías, romances, cantigas, fábulas y gozos que este poeta escribiera en la primera mitad del siglo XIV y que constituyen el «Libro de buen amor».

## SIGNIFICADO DEL TÍTULO

«Libro de buen amor» no es el título que el Arcipreste pusiera a esta reunión de poesías, sino el que Menéndez Pidal dió a toda esta obra y que universalmente aceptan ya todos los autores, pues está deducido del significado de diferentes versos, donde claramente expresa el concepto *de buen amor*, por el amor de Dios, como verdadero y eterno, mientras que el de la tierra, apasionado, carnal y pasajero, llámale *loco amor*.

## CONCEPTOS LITERARIO Y MORAL

Literariamente, es unánime la admiración por la obra del Arcipreste de Hita, por considerarla, con el romance del Mío Cid, pilares de nuestra lengua. Rodríguez Marín, en su «Edición crítica del Quijote», le cita diecinueve veces como autoridad, para justificar modos de expresión, giros y voces castellanas. Para Cejador, es la obra más valiente escrita en nuestro idioma, «diciendo las verdades sin tapujos, que tumban al más arrojado, y con realismo que acobarda al más atrevido». Federico Torres, en su selección de poesías, resalta estas facetas.

Una autobiografía es en gran parte la obra del Arcipreste, narrando con gran crudeza, además, las costumbres de la época; por eso el Arcipreste ha sido juzgado de muy distintas maneras que podríamos sintetizar así: Clérigo libertino y tabernario (Menéndez Pelayo). Librepensador y enemigo de la Iglesia (Puymaigre). Severo moralista y clérigo ejemplar (Amador de los Ríos).

Sencillamente, creemos debe considerarse su vida y obra con un sentido humano, y como tal hombre, con sus virtudes y defectos; por eso hemos de ver en las crudas escenas de las pasiones carnales, no sólo las que como hombre sintió el Arcipreste, sino las que padece toda la Humanidad y que, como él,

cae en el pecado, aunque luego no tengan todos la fortuna de ejemplarizar por el arrepentimiento, refugiándose en la fe, como lo hacía el buen Arcipreste en la Virgen María—que quizá fuese ante la misma talla románica que se conserva en la villa de Hita con el nombre de «Virgen de la Cuesta»—, a la que Juan Ruiz cantaba en diferentes pasajes con gozos de esta belleza tan ferrososa como emotiva:

*Tu señora  
dame agora,  
la tu gracia toda hora  
que te sirva todavía.*

... ..

#### EL BIOTIPO

Contribuye mucho a la psicología del individuo la morfología y constitución; no piensan igual los tipos altos y delgados, cerebrales y espirituales en su manera de reaccionar, que los gordos y bajos, de temperamento más pacífico y aficiones más vegetativas; D. Quijote y Sancho son dos biotipos que por su sola descripción somática y caracterológica immortalizan a Cervantes.

Los biotipos no son perfectos, pues siempre el hombre tiene algún carácter de otro tipo por herencia y sobre todo por la educación y la influencia religiosa que tiende a modificar las cualidades de Natura, pues de otra forma seríamos como los animales, producto sólo de la constitución orgánica, obedeciendo a los instintos.

El biotipo del Arcipreste, más se inclina a brevilineo, vegetativo y cíclico; en los versos 1.485 y siguientes podemos leer estos rasgos:

*El cuerpo ha muy grant, miembros largos trefudo (gordo)  
la cabeza non chica, velloso pescuçudo  
el cuello non muy luengo, cavel prieto, orejudo  
las cejas apartadas, prieto como carbón,  
la su nariz es luenga, esto le descompone,  
la boca non pequeña, labro al comunal  
más gorodos que delgados, bermejos como coral*

rasgos todos de carácter vegetativo y así nos habla de placeres, después de bien comer y beber, pues «*pan e vino juegan, que non camisa nueva*», al relatarlos descarnadamente sus encuentros con las vaqueras de la Sierra, como aquella de anchas caderas y macizas espaldas, lujuriosa como cabra, que le dijo: «Yo soy la chata recia, que a los homes ata...»

Estos tipos reaccionan, más que por la razón, por su corazón, y así, arrepentido, reza y da ejemplo hasta volver a caer. Por su rectitud y saber, el arzobispo Gil de Albornoz le manda ir a corregir a los clérigos de Talavera, cuya conducta dejaba mucho que desear.

#### EL AMBIENTE

Hita es hoy una villa de la provincia de Guadalajara, que escasamente pasa del medio millar de habitantes. En el siglo XIV era el Arciprestazgo más importante, tenía unos 30.000 habitantes y pertenecía a los González de Mendoza. Hita es el femenino de *hito*, que quiere decir mojón, señal o marca, pues por su altura indicaba los límites de la Celtiberia y Carpetania, y estaba en el

camino de Mérida a Zaragoza. Geológicamente, es un cerro testigo, es decir, un monte cónico, granítico, aislado en la llanura por erosión de los terrenos que le rodean; por esa situación estratégica, los Mendoza levantaron en su cúspide un castillo y rodearon su contorno por una fuerte muralla, de la que se conservaba la hermosa puerta y que en la última guerra fué destrozada en su arco para permitir el paso de los grandes cañones que los rojos instalaron con fines bélicos, ya que Hita está en la confluencia de las tres regiones naturales de Guadalajara: al Sur la campiña, llana y fértil, regada por el río Henares; al Norte y Este, la Sierra, constituida por la cordillera Carpetovetónica; al Oeste, la Alcarria, con sus suaves montes y gran vegetación de labiadas que hacen famosa la miel de los múltiples colmenares que existen.

Desde el Cerro de Hita se divisa un vasto panorama que influiría en el Arcipreste para meditar y cuidarse de sus iglesias—tres tenía la villa—y de sus feligreses, al par que como hombre tomaba con ellos algún vaso de vino y cantaba coplas al son de una guitarra moruna, o tañía en el campo una gaita pastoril.

Pero sobre todo influyó en su obra el que la escribió en la cárcel, pues cuando volvía de Talavera para informar al arzobispo Albornoz de las malandanzas de toda aquella clericalla, cumpliendo su encargo, se vió calumniado en tal forma, o quizá le pareciese excesiva la sátira contra el clero en general, que en vez de premiarle le castigó al Arzobispo a prisión perpetua en el convento de San Francisco de Guadalajara.

#### LOS REFRANES

Si en toda la obra del Arcipreste palpita un sentido humano, destácase más en los refranes que a través de las generaciones se conservan por su gracejo y enseñanza. Muchos proceden de autores latinos, son simple traducción; otros, seguramente, son dichos anónimos populares; pero más de uno es frase original del Arcipreste, que luego el pueblo aprendió y repite, aunque no con sus propias palabras, pero sí con las mismas ideas, pues con los refranes pasa como con las monedas, que se desgastan y pulen por el uso, pero siempre tienen el mismo valor.

Predominan en el «Libro de buen amor» los refranes de psicología y de filosofía, como es propio de un eclesiástico, y en los primeros, los que tratan de los pecados, que, como verdaderas enfermedades del alma, tanto influyen en los males del cuerpo. Bien está el calificativo de pecados mortales a la gula, avaricia, lujuria, etc., pues todos comprometen el equilibrio físico y moral del hombre, que constituye la salud integral. Veamos algunos ejemplos:

Tranquilidad de espíritu.

*Más quiero roer fabas seguro e en paz,  
que comer mil manjares corriendo e sin solás.*

*Las viandas preciadas, con miedo son agrás  
todo es amargura, do mortal miedo yaz.*

*A los pobres manjares, el plaser los repara.*

*Al que teme la muerte, el panal sabe a fiel.*

*Al home con el miedo, non sabe dulce cosa,  
non tiene voluntat con vida temerosa,  
temiendo en la muerte, la miel non es sabrosa,  
todas cosas amargas, es vida peligrosa.*

Refranes que hoy podríamos sintetizar en el que dice: *Más valen patatas con amor, que gallina con dolor.*

En medicina psicosomática encuéntrase la etiología de muchas alteraciones digestivas, vasculares y nerviosas, en esa falta de tranquilidad de espíritu que tienen muchos enfermos, codiciada paz a la que se opone el egoísmo humano que simboliza la envidia y cuya arma es la calumnia:

*Quien matar quier a su can,  
achaque le levante porque no le den pan.*

Que más claramente lo expresamos así: *Quien a su perro quiere matar, rabia le ha de levantar.* Grave pecado es el de la envidia, pues el envidioso es la primera víctima. En Medicina popular tiénese el *mal de la envidia* como una enfermedad de los niños que se caracteriza por inapetencia, adelgazamiento y tristeza.

#### PECADOS MORTALES

Abusar es mal usar, y en todos los pecados se hace mal uso de lo que es legítimo, pues se confunde el estímulo alentador con la codicia, la energía con la ira, la nutrición normal con la gula y la embriaguez, etc. Considera la codicia como el germen de los demás pecados:

*La soberbia e ira, que non fallan do quepas,  
avaricia e luxuria, que arden más que estepa,  
gula, envidia, acidia, que se pegan como lepra,  
de la cobdicia nascen, es ella raíz e cepa.*

La gula es una de las pasiones que más hacen enfermar al hombre. La gota, obesidad, muchas afecciones gastrohepáticas y vasculares deben su origen a los excesos de comer y beber: *Más mueren de hartos que de faltos*, viene diciéndose en multitud de adagios y aforismos, desde tiempos de Hipócrates, 460 años antes de Jesucristo; el Arcipreste lo recuerda:

*El comer sin mesura, e la gran verternía,  
otro sí, mucho vino con mucha beberría,  
más mata que cuchillo, Ypocrás lo decía...*

#### ACIDIA O PEREZA

*De la acidia eres mesonera o posada,  
nunca quieres que el home de bondat haga nada,  
des que lo ves valdío, dasle vida penada,  
en pecado comienza, e en tristeza acabada.*

... ..  
*Con tus malas maestrías, almas e cuerpos matas,  
tira muchos provechos a veces la pereza.*

Sin duda, de estos versos se derivan estos refranes:

*Pereza, llave de pobreza.*

*Viaja la pereza con tal lentitud, que la alcanza la pobreza con gran prontitud.*

## IRA

Experimental y clínicamente está demostrada la hipertensión sanguínea que se produce en el acceso de la iracundia, trastornos vasomotores que han determinado hemorragias cerebrales y actos delictivos en los epileptoides, pues *Hace y dice la ira, más que no quería*. El Arcipreste glosa esta idea comparando lo que ocurre con el perro hidrófobo:

*El can con gran angosto e con rabia de muerte,  
a su dueño trava al rostro.*

## LUJURIA

Humanamente la disculpa por los excesos de comer y de beber:

*Tú dices que bien come, bien hace garsonía,  
... ..  
Ca do mucho vino es, luego es la luxuria e todo mal después.*

Por eso abomina de las viejas que dan consejos olvidándose de su juventud: *Des que han bebido vino, disen mal de las feces*. Tanto recomienda el Arcipreste la salud del alma, que la antepone a la del cuerpo:

*Mozo malo, más vale enfermo que sano,*

pues los vicios son mucho por costumbres, y éstas son malas de dejar:

*Como dice el sabio, cosa dura e fuerte,  
es dexar la costumbre, el fado e la suerte;  
la costumbre es otra natura ciertamente,  
apenas non se pierde, fasta que vien la muerte.*

## REMEDIOS

Alude a la buena nutrición: *Solás con yantar buena, todos homes ablanda*. Y efectivamente: *Estómago con hambre, no quiere razones sino panes, pues El hambre es mala consejera*.

El temor de Dios es otro remedio, y así nos dice:

*Más vale en convento las sardinas saladas,  
fasiendo a Dios servicio con las dueñas honradas,  
que perder la mi alma, con perdices asadas,  
e fincar escarnida, con otras deserradas.*

## PRUDENCIA

*El bien callar, cien sueldos val en toda plasa.  
escoge la mes ra e lo que es comunal.*

## BUENAS COMPAÑÍAS

*De amigos sin provecho, non a el home cura.*

## BUENOS EJEMPLOS

*Muchos clérigos simples que non son tan letrados,  
oyen de penitencia a todos los errados,  
quier a sus perrochianos, quier a otros culpados,  
a todos los asuelven, de todos sus pecados.  
Si el ciego al ciego adiestra, e quier traer,  
a la foya entranos, dan e van a caller.  
En esto yerran mucho, ca no lo puen facer,  
de lo que facer no pueden, non se deben comprometer.*

## DISCRECIÓN

*¿Qué poder ha en Roma el juez de Cartagena?  
¿Qué juzgará en Francia el alcalde de Requena?  
Non debe meter home, su foz en mies ajena.*

## TRABAJO

*Dios e el trabajo grande, pueden los fados vencer,  
(buen esfuerzo vence a la mala ventura),  
el can que mucho lame, sin dubda sangre saca.  
Maestría e arte, de fuerza facen flaca,  
el conejo por maña, doñea a la vaca,  
con arte se quebrantan los corazones duros,  
tómense las ciudades, derríbense los muros,  
caen las torres fuertes, álzanse pesos duros.*

## OPTIMISMO

*Pesar e tristeza, el engeno embota.*

## CONFORMIDAD

*En paz e seguridad, es rica la pobreza,  
la pobredat alegre, es muy noble riqueza.*

## AMOR AL PRÓJIMO

*Lo que para si no quiere, non lo debe a otros fer.*

## ARREPENTIMIENTO

*Yerro e mal fecho, enmienda non desecha.*

Que equivale a nuestro: *Quien yerra y se enmienda, a Dios se encomienda.*

Aconseja el matrimonio para regular la vida: *El ome que es solo, tiene muchos cuidados.*

Da el Arcipreste muy buenos consejos para elegir esposa, ponderando minuciosamente la belleza física y encargando muy mucho «*guarte bien que non sea vellosa ni barbuda*», gran observación psicológica, pues corresponde a los

tipos viriloides y suprarrenales, de carácter violento, y así continua: «escoja las milloras e dexa las dañosas».

*Des que una vez pierde vergüenza la mujer,  
más diabluras face de quanto home quier.*

Con tales consejos cree que el hombre feliz pueda decir: *Mi casa e mi fogar, cien sueldos val.*

Interés para la historia de la psiquiatría es recordar que el Arcipreste tuvo por los locos gran compasión:

*Es sabio vencer con seso al loco, non es tan poco.  
Con los cuerdos, estar cuerdo; con los locos, estar loco.  
El cuerdo non enloquece por hablar al roca poco.*

Un siglo después, fray Jofre fundó el primer manicomio en Valencia, al ver que a los locos se los apedrecaba en las calles como endemoniados. Y en Granada, San Juan de Dios (siglo XVI) considera a los locos como enfermos de la mente, y promete consagrarse a su cuidado para darles un trato humano, ya que experimentó los martirios que a los locos se les daba en los manicomios, siguiendo el funesto refrán: *El loco por la pena es cuerdo.*

#### EPÍLOGO

El «Libro del buen amor» compréndese en su maravilloso sentido humano, cuando se lee con espíritu reposado. Lugar ideal es en Tablada, donde el «amor loco» de Juan Ruiz nos habla de una serrana, allí está la peña del Arcipreste, monumento natural dedicado a su memoria, en la que hay, en una hornacina, un ejemplar de su obra—preferible es que lo lleve el lector—; allí, ante la majestuosidad de la Naturaleza, compréndese el «buen amor» que sana nuestra alma y que caracteriza a quien le posee por sus acciones, pues, como decía el Arcipreste,

*El corazón del ome, por las obras se prueba.*