

Fernando Bravo E.

Influencia benéfica de las bellezas naturales sobre el hombre enfermo.—(Estetoterapia) (1)



SEÑORES:

El título que he dado a esta charla no puede tener la pretensión de sentar cátedra sobre una nueva ciencia curativa, porque ya hay demasiadas «terapias», para independizar a una más. Lo que hay es que la Éstetoterapia, que suena a nombre nuevo, existe de hecho y su significado es tan viejo como la misma Humanidad.

Estas dos razones, me llevan, más bien, a dar a estas palabras un carácter de remozamiento de ideas, porque todos conocemos, más o menos bien, lo que ahora pueda decir. La intención es recordar que en en esto hay algo útil, que bien encauzado puede ser puesto al servicio del hombre agobiado por la enfermedad, en el que todo recurso de alivio no debe ser desestimado. Veamos, pues, como la Estetoterapia puede cumplir esta misión.

* * *

Para llegar al concepto de Belleza Natural, como recurso capaz de influenciar beneficiosamente al hombre, debemos ha-

(1) Conferencia leída en el Salón de Actas de la Universidad de Concepción.

cer una breve abstracción y separarla un instante del santuario del Arte en que se encuentra, para darle una ubicación, aunque parezca que profanamos, en el terreno frío de la Ciencia.

Imaginémonos un paisaje, paisaje nítido, luminoso, en que junto a la colina verde que dibuja sus líneas suaves en el marco magnífico de un cielo azul y al árbol añoso que se destaca en la quebrada, al lado del risco o la breña milenaria, hay algo que no percibimos, pero que nos permite ver ese paisaje, sentirlo, acariciarlo—si pudiéramos decir—hasta llegar a ese sublime estado de alma que es la emoción estética. Ese algo es el «tiempo», condicionado por los factores constitutivos del clima de la localidad en un instante determinado y por la acción de la suma de todos los tiempos pasados.

Ese paisaje no podría existir, ni siquiera en nuestra imaginación, sin rayos solares, temperatura, transparencia del aire; sin lluvias que oradaron esa quebrada ni vientos que dejaron desnudos al risco, ni ese árbol ni ese verde de la colina, porque la vegetación sólo se concibe por el clima.

Vivimos, en realidad, bajo la influencia de multitud de elementos, que son muchos más de los que corrientemente nos imaginamos.

La atmósfera, tan tenue, tan con aspecto de «nada» encierra, sin embargo, sustancias y elementos en extremo variados: gases, vapores, partículas sólidas o líquidas, centros electrizados, que se entremezclan, se confunden, chocan o se disgregan o actúan unos sobre otros para producir cuerpos o propiedades nuevas. En ese «nada» hay un mundo complejo de elementos, conocidos unos, ignorados otros, en incesante actividad, para darnos a cada instante un «tiempo» diferente.

En esta atmósfera en donde hay: temperatura, humedad: presión, lluvias, granizadas, nieve, vientos, nubes, electricidad.

La temperatura, que vemos tomar insensiblemente todas las tonalidades en el día, en la estación y en el año. Es el mismo efluvio poderoso, que más o menos inclinado actúa sobre la tie-

rra creando paraísos en el trópico o desolación en las estepas; el que nos deprime o nos exalta; el que hace germinar semillas o mata por insolación,

La humedad del aire, que sabe condicionar la acción del calor, se nos presenta como factor decisivo de determinados climas. El calor reconfortante o el bochorno insoportable de una tarde de Verano, depende de unos cuantos grados de humedad en el aire de menos o de más.

La presión atmosférica, que muchos creyeran servir sólo para justificar la existencia del barómetro, es el factor que da al clima de mar y al de montaña, acciones tan distanciadas, que bien saben percibir nuestros corazones y nuestros intercambios todos.

Los vientos, que con modificar su intensidad, desde la brisa acariciadora hasta el huracán devastador o cambiar su dirección de norte a sur o de este a oeste, logran por sí solos modificar un clima.

Y ahí está el hombre, a merced de sus caprichos, alegre y juguetón como un niño con la brisa matinal o aterrorizado ante el silbar de la tempestad.

Y las lluvias y el granizo y la nieve como símbolos de fecundidad, destrozos y poesía.

Pero también la atmósfera tiene *transparencia* o *nebulosidad*, *neblina* o *polvo*, que hacen cambiar por sí solas las condiciones de vida y las características del paisaje mejor dotado.

Hay *radioactividad* y *electricidad atmosféricas* que dan ¡quién sabe! cuantas influencias que nos hacen depender de ellas.

Los factores cósmicos, dan por otra parte, al clima sus mejores galas y al hombre, gran parte de sus condiciones vitales. Y qué otra cosa podemos decir si pensamos en lo que para nosotros significa esa repartición insensible de nuestra exigencia, en días y noches, en estaciones y años: la influencia apenas vislumbrada, pero efectiva, de astros y planetas y hasta esa luna

cantada de poetas, arrulladora de enamorados y consejera de nuestros campesinos sencillos, buenos.

Y a todo esto, la Tierra misma agrega su influencia al clima. La calidad de un terreno, pantanoso o permeable, rocoso o de arcilla, bueno o malo, modifica un clima y las condiciones de vida de sus habitantes. Y no hay que olvidar, finalmente, que de la Tierra son: las montañas y el mar, los valles, los bosques y los lagos, como los desiertos y las estepas. Allí juntos a ellos hay siempre un clima de localidad, un micro-clima, que lo diferencia del que le concede la latitud o la distancia de los meridianos.

* * *

Este conglomerado inseparable de factores atmosféricos, cósmicos y telúricos, cargados de fuerzas vivas, constituye—si pudiéramos decir—la materia de que se compone el clima.

Pero junto a todo esto hay, para el Hombre, algo más: hay coloridos, hay matices, que los percibe con el alma. En el verdor de los trigales y en el lago quieto azul, hay placidez; en la cumbre nevada y en la cascada, exaltación; en el mar, movilidad; en la colina, dulzura. Pero también hay fragancias de margaritas y azahares, hay olor a tierra húmeda y aroma en las acacias en flor. Hay tristeza en las tardes de Otoño y en las noches lóbregas de Invierno; hay grandiosidad en la montaña y en la salida del sol; hay soledad en la roca escarpada y tenebrosidad en la gruta. Hay por fin, parajes que saben evocar recuerdos.

Hay belleza.

Así ubica la Ciencia a la belleza natural y así la concibe capaz de influir en el psiquismo del Hombre. No creemos haberla profanado. Mal podríamos hacerlo admirándola tanto. Sólo la hemos hecho depender del clima ya que el Hombre que la contempla y la admira, es un juguete de ese mismo clima que sabe dar muertes para crear vidas.

* * *

Las más vivas manifestaciones de la actividad humana se relacionan, directamente o indirectamente, con el clima, entendiéndose así, en toda la amplitud que le cabe.

Nos basta dar una rápida ojeada a algunas de estas expresiones superiores del espíritu o de la actividad humanas para convencernos de lo dicho.

Si es sobre el *Arte*, la influencia es manifiesta:

La *Arquitectura*, la madre de las artes plásticas nació, si bien es cierto con fines utilitarios, estrechamente unida a la Naturaleza. Las inclemencias del clima y el ataque de las bestias feroces, crearon la necesidad de protección. El Hombre tomó los materiales que con más facilidad le ofrecía y adaptándolos a las exigencias de defensa, construyó sus primeras rucas. Pero luego fué necesaria para levantar palacios de príncipes y reyes o para erigir templos a las fuerzas de la Naturaleza o a las divinidades. Y entonces se embelleció y se hizo arte para unirse a lo útil. Pero para no poder negar su apego a la Naturaleza, sus columnas fueron troncos de árbol de mármol blanco y sus capiteles representaron el nacimiento de las ramas y de las hojas. Se ha dicho—y no sin razón—que el templo y el teatro griegos, son equivalentes estéticos de las montañas y el valle.

¿Y qué puede probar mejor la dependencia de la *Arquitectura* de los factores climáticos que esos techos fuertemente inclinados de los países lluviosos y las terrazas y techos planos de los países del sol?

Otro tanto se puede decir de la *Escultura*. No podríamos imaginar la estatuaria clásica nacida en las estepas heladas de la Siberia. Pero sí la concebimos en una Grecia amable, plena de armonía y grandiosidad, dibujada en un mar tranquilo y entibiada por un sol acariciador. Su clima permitió el desarro-

llo de los juegos atléticos, la danza y el teatro. Y esos cuerpos desnudos o cubiertos por velos tenues resultaron, para felicidad de la Humanidad, los modelos que inspiraron a Fidias, Mirón o Praxiteles.

En la *Pintura*, sin que el arte le exija copiar, hay tal relación con la Naturaleza, que será imposible separarla un instante.

La misma calidad de la atmósfera, transparente o brumosa, la orienta diferentemente. Las nociones geográficas de nebulosidad o de transparencia—se ha dicho—permiten comprender que en ciertos climas, el color y aun la línea de los paisajes, avivados por una mejor visibilidad alcanzan mejor su efecto, no sólo sobre el ojo del pintor, más ejercitado a los juegos de luz, sino aun al observador corriente. Hay cuadros de interiores que se explican por la rudeza de un clima que obliga a los pintores a usar su paleta en la tibieza de un hogar protegido.

La música, la danza, la poesía y hasta la elocuencia, se relacionan con el clima.

Y si se ahonda un poco en el origen y evolución de las *religiones, la filosofía y la ciencia*, seguramente encontramos un arraigo climático, que aunque no constituye su causa determinante, por lo menos explica, en parte, su orientación.

En el orden *social*, la influencia es evidente. Desde la formación de las razas—que indiscutiblemente se han formado por las influencias de climas—hasta sus pasiones y locuras colectivas más violentas, como la guerra, cabe relacionarlas, con este mecanismo.

* * *

La influencia climática que en tan rápida ojeada hemos esbozado, es la que se ejerce en forma duradera sobre los habitantes de cualquier sitio de la Tierra y la que ha actuado, sumándose, sobre la Humanidad entera. De ella nos hemos valido para demostrar su importancia y dejar sentada la dependencia del hombre hacia el clima.

Pero hay otra influencia, más pasajera, más efímera, que sólo alcanza a actuar sobre el psiquismo del hombre. Es aquella que se ejerce sobre el visitante que llega a un clima nuevo, a un paisaje nuevo.

Esta influencia, sea cual sea su razón de ser, actúa siempre sobre el hombre a través de su psiquismo. Laignel-Lavastine eminente profesor de la Facultad de Medicina de París, dotado de un fino sentido artístico y uno de los más fervientes impulsores de la Estetoterapia, lo ha dicho muy sagazmente: «Es que el hombre—dice—que viaja o se aclimata no es ni ciego, ni sordo ni anósmico, ni falto de tacto. El paisaje, sus ruidos, sus olores, sus efluvios aéreos, excitando los sentidos obran sobre psiquismo, y no sólo los sentidos, sino las funciones sintéticas superiores del espíritu, son emocionadas por el paisaje. Un sitio de real belleza, por la emoción que proporciona, es una nota que tiene su valor en la gama climática. La estética del paisaje es, pues, un departamento importante de la Psico-Climatología o de una manera más comprensiva, de la Psico-Fisioclimatología».

Por otra parte, Van der Elst, el distinguido médico conferencista del Instituto de París, al tratar esta materia, afirma: «Un primer grupo de observadores ha descrito la acción directa que determinan los climas sobre nuestros estados psíquicos más simples; influencia limitada como todo lo que es positivo en esta materia, pero en todo caso influencia directa. Otro grupo de fenómenos está caracterizado por la acción indirectamente psicológica, pero directamente fisiológica y en consecuencia más mensurable, más objetiva».

Así explican, quienes se han preocupado seriamente de estos estudios, la acción de los climas sobre el psiquismo del hombre. Y no olvidemos que la belleza forma parte de los climas.

La acción directa la comprendemos fácilmente. Es la sensación de dulzura que decíamos nos proporcionan el color ver-

de, el azul y el violeta: ese verde de Primavera que tantas veces hemos creído sentir con el alma entera y que nos parece oír a la vista que agradece cuando la posamos en él. Es la transparencia de la atmósfera que da más colorido y mejores líneas al paisaje.

Es esa transparencia que hace que los gestos de los habitantes donde la luz es pura y los colores pueden ser vistos de lejos tomen un carácter más significativo. El individuo se sabe visto de lejos—se dice—de tan lejos, que no puede comunicarse sino con la vista y para exteriorizar sus pensamientos, gesticula. Se ha querido explicar así la vivacidad de los meridionales europeos, que se diferencian tan nítidamente de los habitantes de los países nórdicos.

La *acción indirecta*, por otra parte, se refiere a la influencia del clima sobre nuestros humores y por su intermedio, sobre nuestro psiquismo.

Nuestra mentalidad, como nuestro cerebro mismo, están en cierto modo bajo la dependencia de la sangre, de la linfa, de las secreciones internas y de todos los intercambios que se realizan en nuestro complicado laboratorio orgánico.

Pues bien, sangre, linfa, secreciones internas y demás, son modificables, sin lugar a dudas, por las variaciones climáticas.

Es bien conocida la influencia de la presión barométrica, de la humedad del aire, de la temperatura, y nos queda mucho por conocer en lo que se refiere a cargas eléctricas, ionización y a radioactividad atmosféricas.

Es muy probable que el malestar que muchas personas experimentan cuando se avecina una tormenta y la sensación de euforia que le sigue, cuando ya han caído los primeros goterones, se deba, más que todo, a las modificaciones de la electricidad atmosférica.

La enervación muscular y los deseos de no hacer nada físicamente, producido por el calor, se encuentran asociados, muy

corrientemente, con un cierto torpor en las ideas y una falta de voluntad en la determinación de las resoluciones.

Ese mismo calor, con la acción de los rayos invisibles del espectro es causa de estimulación a través de la piel. Y todos sabemos que la carencia de rayos solares determina trastornos, que hacen del hombre una planta raquítica y pobre.

Y así podríamos seguir muy lejos analizando las posibilidades de acción de los factores climáticos. Pero creemos que con lo dicho baste para dar la certidumbre de su realidad.

* * *

Justificada así la acción de la Estetoterapia, en la forma concebida, veamos ahora cómo la Naturaleza ofrece los recursos estetoterápicos agrupados y hasta cierto punto bien diferenciados.

Colocamos, en primer lugar, para seguir un cierto plan, a esa fuente inagotable de emociones estéticas que es *El Mar*. Encontramos en él, por sobre todo, la movilidad, el juego de luces, que se reflejan en las miríadas de espejitos de agua y de arena humedecida. Las tonalidades diferentes que da el sol en el mar, al despuntar el alba o cuando se halla en el cénit o en el ocaso, ha hecho que jamás una marina sea igual a otra; la emoción que transmite el rompimiento de la ola, que es distinta si se admira desde una posición contemplativa o se le divisa al recorrer las sinuosidades de la costa, en donde siempre hay una nueva que repite diferentemente el paisaje azul ribeteado de espuma, no consigue fatigar jamás.

El paisaje marino es tónico, estimulante y seductor, a la vez que sedativo, sin ser enervante. Conviene a los preocupados, a los deprimidos, a los que la agitación de la vida ha triturado su sistema nervioso y a aquéllos—que son muchos—que reciben de la Medicina la indicación de clima de mar, así a secas, pensando sólo en la acción indirecta de los factores climáticos. En ellos, en que sólo se pretende hacer climatoterapia por la influencia que tiene, digamos, sobre la circulación sanguí-

nea, la alta presión atmosférica, se realiza sin querer, estetoterapia, por las emociones espirituales que magníficamente le proporciona.

La llanura sabe ofrecernos, también, con su suavidad y sencillez, una emoción serena y sedativa.

La belleza de un Rafael Correa estriba en la placidez que transmiten sus vacas pastando en la llanura o reflejándose en las aguas quietas del estero cristalino. El verdor de los trigales —hemos dicho—alegra dulcemente nuestro espíritu dando descanso a nuestra vista fatigada por el ir y venir del afán diario.

La colina se asocia a la llanura para dar contornos suaves al paisaje. Desde la colina la puesta de sol tiene mayor magnificencia y esa hora queda que le sigue, tiene la solemnidad del silencio.

La llanura y la colina, se dan el alma, apaciguan los espíritus inquietos, tranquilizan los nervios crispados.

Y como contraste soberbio y bravío, el macizo cordillerano, *la montaña*, la nuestra y todas las del mundo.

Esa montaña que ha sabido hasta ahora acapararse todo el concepto de emoción estética. Que nevada o desierta, pulida o abrupta, desnuda o selvática: con lagos y cascadas y ríos corrientosos surcados sólo de grietas estériles, siempre es grandiosa. ¿Quién no ha experimentado alguna vez la intensa emoción de una ascensión a la montaña? ¿Quién no ha sentido henchir su pecho y exaltar su alma al contemplar una cascada? ¿Y quién es capaz de negar la belleza de un paisaje nevado?

Afortunadamente esta belleza magnífica que ofrece la montaña es generalmente admitida y cabe mantenerla como un recurso capaz de hacer vibrar muchos espíritus sensibles a la emoción estética. Si ya esto es tónico del alma, más intensa es su influencia si a la contemplación se agrega el agrado físico de la ascensión y de los deportes que en ella se practican como el sentimiento, tan humanamente deseado del peligro.

La influencia estetoterápica de la montaña es evidente. Hay excitación directa de los sentidos en influencia indirecta, demos-

trada por las características esenciales del clima de altura. Por una parte, belleza de grandiosidad, belleza que exalta el alma; por otra, estimulación de las funciones orgánicas.

Reforzándose una a otra dan ese estado incomparable que sólo se define como alegría de vivir.

* * *

Pues bien, si la Belleza Natural es capaz de actuar sobre nuestro psiquismo, sea directa o indirectamente como lo hemos esbozado; si logra modificar nuestros estados de alma, sea exaltándolos, sea llevándolos a un apaciguamiento sereno, o dándoles la fuerza tonificadora que necesitan, es posible que esta Belleza, considerada como recurso natural, pueda ser empleada beneficiosamente en el tratamiento de las alteraciones que aisladamente o acompañando al malestar o a la fatiga o a la enfermedad cualquiera, sufra el estado psíquico del hombre. Es el tratamiento por la Belleza. Es la Estetoterapia.

Pero entendémosnos bien. No es que la Estetoterapia pretenda curar todos los males que aquejan a la Humanidad ni que aspire a establecerse en un sistema curativo. Desde luego las panaceas no existen.

Si ha de concedérsele algún valor modificativo, éste ha de ser como complemento de otros tratamientos y en último término, como rama de la Climatoterapia, que bien puede independizarse por sí sola.

Menos podrá pretender exigirse en sistema. Si no existen enfermedades, sino enfermos, con mayor razón no existen mentalidades sino estados psíquicos individuales.

La sensibilidad emocional es tan personal y depende de tantos factores que se hace indispensable su conocimiento individualizado. Sin este requisito casi no podría concebirse la Estetoterapia.

Y se comprende fácilmente; pues el sentido de la emoción estética depende no sólo de la sensibilidad de que se haya do-

tado el espíritu de la persona, sino de las influencias a que ha sido sometido: ambiente familiar, situación social y económica, educación, cultura, gustos, afición a las artes y hasta influencias raciales y de otro orden.

Porque hay un peligro que pueda hacer fracasar la indicación mejor intencionada. Que al indicar una cura de montaña —por ejemplo— dispuesto a hacer usufructuar al enfermo de la emoción estética que creemos convencido, que ofrece la cumbre nevada, la cascada y el torrente, nos encontremos con que para él, la nieve es sólo agua congelada, la cascada, agua que cae y el torrente no es más que el agua que corre en la quebrada, sin que sean capaces de despertarle el más mínimo sacudimiento de su espíritu.

Sin embargo, puede ser que esa persona, que vivió toda su vida en un rincón cordillerano, experimente un goce indescribible al conocer el mar.

He conocido en más de una ocasión campesinos que habitaban regiones de belleza exhuberante y que no tenía para ellos significación alguna, rebosar de alegría al recorrer por primera vez las calles de Santiago. Y he visto muchachos del norte, venidos de las pampas salitrera, que experimentaban un verdadero regocijo ante la primera lluvia que les ofrecía el sur.

Es por eso que la indicación estetoterapia debe ser estrictamente personal previo el conocimiento a fondo de su timbre emocional.

Esto sería hacer verdadera estetoterapia. Empleo científico, racional e individualizado de lo que de curativo o modificador de los estados psíquicos es capaz de ofrecernos la Belleza Natural. Estoy seguro que así, la Medicina recibiría jubilosa a esta hija de cabellos de oro que la ayudaría a presentar sus pociones envueltas en el tul de la hermosura.

Noviembre de 1940.