

Reportaje

Don Quijote, ejemplo de salud mental

José De Lucas

No es por llevar la contraria ni por hacerme el ingeniosillo, pero tengo que ocuparme de poner de manifiesto algo que surge evidente de la lectura de la novela: la extraordinaria cordura, la elevada salud mental del hidalgo excelso de La Mancha. Supongo que los doctores que en otras páginas de esta revista entienden de las cosas de la mente, no me contradirán si digo que no se puede (o no se debe) establecer un diagnóstico sobre la enfermedad de Don Quijote. "El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha" no es una historia clínica. Ni siquiera es una historia, sino una novela. Cervantes no era médico, y su padre era "cirujano" de la época, o sea más cerca del sacamuelas que de los "físicos" de entonces o de los médicos de ahora; no hay por ahí conocimientos científicos. Así que quedémonos con la novela.

En ella, uno de los personajes define a nuestro protagonista como "un entreverado loco, lleno de lúcidos intervalos".

¡Pero hay que ver qué intervalos de lucidez! Difícilmente se podrán encontrar en la literatura párrafos más sensatos sobre la aplicación de la justicia, sobre el ejercicio de la poesía y el teatro, o la educación de los hijos, o el respeto de éstos hacia sus padres. Párrafos de sensatez en estado puro. Tal vez un poquillo más sensatez de la que hoy leemos en las páginas de los periódicos, vemos en los telediarios, y oímos a los políticos.

Y hablando de éstos, puede ser útil escuchar lo que nos dijo "el loco" de La Mancha hace cuatrocientos años.

Cuando Sancho Panza va a salir camino de Barataria para ejercer el gobierno de la ínsula, Don Quijote le adoctrina con las vetas más lúcidas de su entreverado cerebro: "...porque los oficios y grandes cargos no son otra cosa sino un golfo profundo de confusiones".

No hay nada mejor que acudir a los originales, y así no puedo sugerirte otra cosa, "desocupado lector", que tomes el segundo tomo de la novela en un rincón tranquilo, y te sumerjas en los capítulos XLII y XLIII. Es cosa de un ratito. (Si al tiempo que lees, le vas poniendo cara a los políticos a los que das tu voto, quizá se te presente algún problema de conciencia en las próximas elecciones).

Lo que allí dice -y no podía ser de otra forma- vale tanto para el gobierno de un pueblo, de una empresa, de una familia, de una comunidad religiosa, o de una de vecinos, o de "un hato de ganado". Y vale para el siglo 17 y para el 21.

Pero aunque lo leas por ti mismo, no puedo resistirme a compartir contigo mis propios subrayados.

El que sea puesto en un cargo, "no atribuya a sus merecimientos la merced recibida, sino que dé gracias al cielo que dispone suavemente las cosas". Si viene de humilde cuna, "no se desprecie de decir que viene de labradores, porque viendo que no se avergüenza, ninguno se pondrá a avergonzarle".

"Sea bien criado con todos, para así ganar la voluntad del pueblo que gobierna". Pero sobre todo, no escatime ningún esfuerzo en lo más importante, que es "conocerse a sí mismo, que es el más difícil conocimiento que puede imaginarse".

Procure el aprovisionamiento material de sus súbditos, "porque la abundancia de los mantenimientos evita la fatiga del corazón, que todas nuestras locuras proceden de tener los estómagos vacíos y los cerebros llenos de aire". Y que "no haga muchas leyes, y si

las hiciere, procure que sean buenas, y, sobre todo, que se guarden y cumplan, que las leyes que no se guardan, lo mismo es que si no existiesen”.

Salud ingeniosa

Y ya que aquí nos ocupamos de la salud, apuntemos lo siguiente que vale para el gobernante y para el ciudadano de a pie: "Coma poco y cene más poco; que la salud de todo el cuerpo se fragua en la oficina del estómago. Sea moderado su sueño; que el que no madruga con el sol, no goza el día. Sea templado en el beber, considerando que el vino demasiado ni guarda secreto, ni cumple palabra". Sancho Panza, alumno aventajado, responde con una lucidez semejante: en mis días de gobierno "no he tocado derecho ni llevado cohecho, que si se imagina que por ser gobernador me ha de llevar el diablo, más me quiero ir Sancho al cielo que gobernador al infierno". "Lo que de verdad he ganado es el haber conocido que las riquezas que se ganan en los tales gobiernos son a costa de perder el descanso y el sueño".