

Orígenes del Naturismo Médico ...

Octavi Piulats



Introducción

El presente artículo está dedicado íntegramente a investigar las relaciones entre el Naturismo moderno, tal como apareció en Alemania a principios del siglo XIX, y las reflexiones sobre la salud y la enfermedad provenientes de la civilización greco-romana. Debido a las limitaciones de espacio he creído mucho más fructífero concentrarme en unos temas y algunos aspectos, dejando en blanco algunas páginas de la Historia de la medicina que también merecen su tiempo. En este sentido son temas centrales de este escrito las escuelas Pitagórica e Hipocrática del mundo griego (en el próximo número), mientras que la tradición galénica ha debido de ser relegada.

En esta introducción o iniciación a la salud y la enfermedad en el mundo antiguo me ha guiado una tesis central que es la que sirve de hilo conductor a través de todas las próximas páginas. Parto de la premisa de que los hallazgos sobre salud y enfermedad del mundo antiguo, en especial el griego y la concepción griega del concepto de Physis, "naturaleza", constituyen la base y el origen de la teoría médica naturista en la actualidad.

MEDICINA ANTIGUA Y NATURISMO

a) La Medicina pre-hipocrática en el mundo griego

El lector que haya visitado las ruinas de la ciudad griega de Ampurias en la provincia de Gerona, recordará sin lugar a dudas la impresionante estatua dedicada al Dios-héroe de la medicina antigua Asclepio o Esculapio para los romanos, que presidía el templo dedicado a la misma divinidad. Por la tradición literaria antigua sabemos que esta figura semi-mítica era considerada como el primer médico de oficio de la antigüedad. Subida se puede cifrar alrededor del siglo IX a. de J.C. (1). Antes de Asclepios sólo tenemos noticia que el médico como tal profesión no existía en la Grecia arcaica, y los oficios curativos eran ejercicios generalmente por un artesano o un entendido en curar heridas o dar opciones, artesano que al mismo tiempo ejercía otras actividades.

Partiendo de esta figura imposible de fijar históricamente con cierta exactitud, los médicos en la Grecia arcaica pasan a ser denominados Asclepiadas. Dichos médicos tienen ya una técnica de diagnóstico y, lo que es esencial, poseen toda una serie de artes terapéuticas concretas. Sin embargo la enfermedad era para el Asclepiada todavía algo no separado de una concepción religiosa tradicional; la relación entre la pérdida de salud y la acción de los dioses y en consecuencia el valerse de la

mántica y de la adivinación para curar la "impureza" la "culpa" de la enfermedad era lo determinante en aquella concepción de la salud-enfermedad.

Otra pregunta interesante sería el origen de las técnicas de los Asclepiadas. La leyenda nos dice que el mismo Esculapio o Asclepio fue instruido en el arte de la Medicina por el centauro Quirón, quien a su vez lo había aprendido en y de Egipto. ¿Alude esto a una posible formación de Asclepios en Egipto? no sería descabellado el afirmarlo, tanto más si recordamos que los signos clásicos de Asclepios: la Serpiente y el Ojo de Seraphis, son símbolos provenientes del país del Nilo. También sabemos que Egipto era un viaje "clásico" entre la intelectualidad griega; Pitágoras, Hipócrates, Herodoto y el mismo Platón visitan las ciudades del delta.

Dejemos el problema del origen de la medicina y volvamos a las técnicas de los Asclepiadas. Desde un punto de vista "naturista" nos interesan dos temas de la terapéutica de Asclepios, la famosa "incubatio". Lo primero es destacar que, paralelamente a la mística los Asclepiadas habían ido reuniendo todo un cuerpo de conocimientos dietéticos nada despreciables, los cuales serán luego la base sobre la que se asentará parte de la revolución hipocrática en medicina. Con respecto al segundo tema tendríamos previamente que describir qué era la "incubatio".

El paciente se dirigía a los templos de Asclepios y se ponía en manos de los sacerdotes-médicos que atendían al templo. La "incubatio" consistía a grandes rasgos en toda una serie de prescripciones religiosas pero que al mismo tiempo iban unidas con una serie de medidas higiénicas básicas. No podemos aquí profundizar en la curiosa relación entre médico y paciente y el Dios, ni en la interpretación de los sueños y su relación con la enfermedad que se llevaban a cabo; desde un criterio naturista destacaremos que el paciente recibía una hidroterapia diaria, unas maniobras dietéticas determinadas y sobre todo se hallaba expuesto en las galerías del templo al sol durante cierto espacio de tiempo.

No sin razón se ha dicho pues que los templos de Esculapio, por ejemplo el de Epidauro que es el más conocido, eran algo a medio camino entre Lourdes y Carlsbad. Las Historias de la Medicina escolásticas suelen preguntarse asombradas por la cantidad de curaciones de las que tenemos noticia, cómo fue posible aquella efectividad médica en una medicina todavía pre-racional. Desde un criterio naturista y tras un estudio de aquellas "rudimentarias" técnicas, el asombro disminuye. Lo importante para nuestra investigación es dejar constancia de que la revolución hipocrática posterior se apoyará en estas bases de los seguidores de Asclepios.



Estatua griega de ASCLEPIOS (el Esculapio romano), dios de la medicina, hallada en Ampurias. (Museo Arqueológico de Barcelona.)

b) Pitágoras de Samos. El primer naturista laico de Occidente

En el período arcaico de la cultura y civilización griegas, y coincidiendo con el florecimiento de los médicos Asclepiadas, se produce en la Hélade (primero en las colonias griegas de Asia Menor, luego en el sur de Italia y finalmente en la Grecia continental) un fenómeno decisivo para la historia de Occidente. A través de varios nombres, como Tales de Mileto, Anaximandro y Anaxímenes, Heráclito de Efeso, Pitágoras de Samos, Parménides de Elea y muchos otros, por citar sólo los más relevantes, el pensamiento occidental da lo que la historiografía alemana llamó en su día el paso del *mito a la razón*. Es decir, una cultura se desprende de los esquemas míticos y estrictamente religiosos de explicación de la "realidad", substituyéndolos por un discurso ya lógico y racional. Esto significó el origen de la Filosofía y de la Ciencia para Occidente. En nuestra investigación es indispensable retener este acontecimiento histórico porque la revolución pitagórica y la revolución hipocrática se hallan estrechamente ligadas a este despertar intelectual de Occidente y sin éste son incomprensibles. En especial por lo que respecta al concepto de "physis" o naturaleza.

Concentrémonos para empezar en el fenómeno pitagórico. Como ya hemos mencionado, Pitágoras de Samos, cuya vida se extiende aproximadamente (2) alrededor del siglo VI a. de J.C.; es uno de los filósofos llamados presocráticos que fundamentan las bases del pensamiento racional y científico de Occidente. Desde un criterio naturista empero, más que sus tesis filosóficas nos interesan sus ideas en torno a la salud y a la enfermedad. Hay un

aspecto de su biografía que debemos de mencionar, ya que puede ser relevante en función de sus tesis médicas. Sabemos que fue discípulo de Ferécides y que en su juventud había tenido contactos con Epímenides. Pitágoras pues, es uno de los pocos filósofos presocráticos que tiene un contacto directo con algunos de los llamados Siete Sabios de la Antigüedad, personajes algunos como Epímenides que seguían regímenes alimenticios vegetarianos. Pitágoras por otra parte entra en contacto con seguridad con el Orfismo, sectas religiosas griegas que ya practicaban la abstinencia de comer carne por motivos religiosos y creían en la transmigración de las almas.

Sabemos también que estuvo con seguridad en Egipto y además en Heliópolis, y que los sacerdotes de la Casa de la Vida le transmitieron técnicas de curación de la salud. Pitágoras también estuvo con seguridad en Mesopotamia, algunas fuentes indican incluso que fue discípulo de Zoroastro (3); esto último parece difícil de probar con seguridad, lo que sí parece irrefutable es que Pitágoras tenía un conocimiento claro de la doctrina de Ahura Mazda. Estos puntos biográficos son interesantes de destacar con respecto al origen de los conocimientos de Pitágoras, que como veremos a continuación son asombrosos. Como sucedió con Asclepios y como sucediera con Hipócrates, vemos que la medicina griega es deudora en su fundación de los dos grandes bloques culturales por entonces existentes: el Egipcio y el Sumerio-Mesopotámico, que a su vez no estaba libre de las influencias de la península del Indostán.

A la vuelta de todos esos viajes y experiencias personales, se instala Pitágoras en el Sur de Italia, en una colonia griega, y allí funda sus escuelas de pensamiento, su círculo de discípulos que viven de acuerdo con los preceptos del maestro en lo que se conoce por "Vida Pitagórica". ¿En qué consistía esta forma de vida y qué interés tiene para el naturismo?

1) Antes de que se produzca la revolución hipocrática, descubre Pitágoras que en el concepto de "diatia" dieta, reside la salud del hombre. La palabra griega "diatia" significa régimen alimenticio y modo de vida o movimiento a la vez; es decir, Pitágoras y sus discípulos introducen en el ambiente intelectual griego la idea de que la enfermedad y la salud dependen de este concepto esencialmente. Pitágoras, según Jámblico (4) pone el acento ya entonces sobre la decisiva importancia de la alimentación y la digestión, y sobre el hecho de que las fermentaciones intestinales son la causa de la mayoría de las enfermedades.

2) En segundo lugar es Pitágoras, después de las sectas órficas, el primero en predicar una alimentación vegetariana. Las Historias de la Medicina escolásticas suelen aducir los argumentos religioso-filosóficos de Pitágoras para justificar o intentar comprender el vegetarianismo pitagórico; de esta forma suelen pasar por alto los argumentos estrictamente médicos e higiénicos del filósofo que nos ocupa. Es decir, Pitágoras no sólo recomienda abstenerse de carne y pescado para evitar hacer daño a un semejante viviente, o por motivos de reencarnación de la



Pitágoras comprobando la teoría de los números y de los sonidos.
(Puerta de la Catedral de Chartres.)

psyché del alma, sino que, a la *misma altura* que estos motivos y como complemento fáctico de los mismos recomienda el vegetarianismo como la dieta correcta para la especie humana en función de su salud. Sabemos por Diodoro (5) que Pitágoras afirmaba que una alimentación vegetariana “fortalece el cuerpo”, “despeja la mente”, y “protege contra enfermedades”.

3) En tercer lugar, Pitágoras preconizaba no sólo un vegetarianismo sino un *crudivorismo* como base principal de la alimentación; la famosa frase (6) “dieta sin fuego” procede de Pitágoras. Los pitagóricos sostenían que una dieta cruda era la única que daba la fortaleza suficiente para conservar la salud en plena actividad. Junto a este precepto estaba la prohibición de tomar especias, vinos y excitantes siempre por motivos higiénicos. Pero aún hay más. Pitágoras fue un experto en Trofología, o ciencia de la alimentación; sabemos también que publicó el primer libro de occidente en este sentido, un tratado sobre las virtudes y propiedades de la col que por desgracia no ha llegado hasta nosotros.

4) Por último es asimismo Pitágoras de Samos la primera figura occidental que hace hincapié en el aspecto ético-filosófico que comporta una alimentación vegetariana y crudívora.

Este decisivo aspecto de su doctrina hay que exponerlo sin embargo desde el punto de vista de la totalidad de su filosofía para que sea inteligible. En las *Historias de la Filosofía* leemos que Pitágoras sostenía que el origen o principio, en griego “arché”, de la physis o naturaleza animada y viviente reside en el número, y especialmente en la Unidad. De esa unidad originaria sin embargo se derivan toda una serie de opuestos o contrarios que forman las famosas tablas de opuestos pitagóricos. ¿Qué quiere decir exactamente todo esto? Intentaremos explicarlo con brevedad.

Pitágoras se hallaba convencido de que la naturaleza que él conocía, la physis griega, era un todo animado y viviente, creador, y la clave de la misma reside en su proporción matemática, en la relación armónica racional, entre todas sus partes. El cosmos se halla sujeto a una armonía que puede *comprenderse*, y esa armonía no es sin embargo armonía pacífica, sino que lo armónico es producto o ha de entenderse como una armonía en tensión, de aquí los contrarios; pero en última instancia es la Physis Unidad. Poco más tarde surgirá de la escuela o círculos Pitagóricos, Parménides de Elea, el cual formulará las tesis de fondo pitagóricas en un nuevo principio decisivo para la filosofía occidental: El Ser.

Una alimentación vegetariana y crudívora era la presuposición, el camino primero para estar en una relación *armónica* con la naturaleza y obtener la felicidad. La dieta es la base de esta nueva relación con la naturaleza y sus resultados son inseparables del desarrollo espiritual y moral del ser humano. Cuando Pitágoras habla de que él aprendió en Persia a “limpiarse”; se está sin lugar a dudas refiriendo al mismo tiempo a ambos aspectos, es decir, al metabólico y al ético-filosófico; para los griegos de la época no existía la distinción tajante entre cuerpo y alma o cuerpo y mente que luego será corriente en nuestra civilización judeo-cristiana.

Con una dieta crudívora y una vía pitagórica se respetan las claves armónicas de la naturaleza originaria y el mal-enfermedad desaparece del cuerpo-sociedad. El ser humano se vuelve más pacífico y amante de los seres vivos y las guerras disminuyen y pueden desaparecer. No es de extrañar pues que el primer médico racional del que tenemos noticia, el “puente” entre los pitagóricos y los hipocráticos, es decir, Alcmeon de Crotona, indique que la salud es “isonomía”, igualdad entre las diversas partes del cuerpo, armonía viviente entre ellas; y la enfermedad es desorden, tiranía de unas partes sobre otras.

Como habrá podido comprobar el lector que ya sea naturista o practique el naturismo, las tesis de Pitágoras son una importancia extraordinaria para el movimiento natürista en su totalidad.

Para empezar, indicaremos que él es el primer naturista laico, es decir, no médico, de oficio de Occidente, es el antecedente más lejano de los autodidactas naturistas del siglo XIX y XX, de los Schlickeysen, Souza, Ehret, Priessnitz y tantos otros; pero lo decisivo es que tanto sus tesis estrictamente higiénicas como el vegetarianismo y el crudivorismo como su filosofía global en torno al mundo

el hombre y la naturaleza, están hoy en día perfectamente vivas y vigentes en el naturismo moderno.

Así como los Asclepiadas con su Balneoterapia y Helioterapia son de alguna forma los antecedentes de los Priessnitz, Kneipp y Rilki; las tesis de Pitágoras se hallan hoy en día representadas en varias escuelas naturistas. El vegetarianismo, como punto básico en el naturismo fue redescubierto por Theodor Hahn en la Alemania del XIX; el crudivorismo tuvo que esperar algo más, de hecho no obtuvo divulgación importante hasta los libros del fotógrafo Gustav Schlickeysen. La trofología, es decir, la ciencia de la alimentación, que Pitágoras ya dominaba, ha empezado a abrirse paso en los principios del siglo XX a través de las escuelas latinoamericanas y francesas. No es tampoco exagerado indicar que Pitágoras conocía las malas combinaciones entre algunos alimentos; algunas de sus prohibiciones relacionadas con las tablas de contrarios así lo sugieren; caso de confirmarse esa hipótesis (que necesitaría de un prolongado estudio comparativo de sus textos) tendríamos también a Pitágoras como precursor del sheldonismo actual.

En segundo lugar hay que recordar que Pitágoras es el mediador entre los preceptos higiénicos y filosóficos orientales y occidentales. Ningún otro filósofo después de él en Occidente habrá tenido la relación que tuvo Pitágoras con la sabiduría oriental (recordemos el hecho de que es prácticamente al único filósofo presocrático (7) al que se le atribuyen poderes sobrenaturales, que con seguridad aprendió en Heliópolis. Pitágoras de Samos pues y así

concluyo, ha de verse como el Fundador del Naturismo Occidental; y sus tesis higiénicas y en parte sus filosóficas como la base común en la que se mueven las diversas escuelas actuales.

En el mundo griego la tradición pitagórica va a ser decisiva para el nacimiento de la medicina hipocrática. Recordemos que el maestro de Hipócrates de Cos será un pitagórico experto en dietética: Heródicos de Sélimbria. Los conocimientos teóricos de los pitagóricos junto con los conocimientos patológicos y terapéuticos empíricos de los antiguos Asclepiadas, serán los dos columnas de las que nacerá el otro gran esplendor naturista en la antigua Grecia: la medicina hipocrática.

Notas

(1) La figura de Asclepios o Esculapio en latín, es una figura mítica imposible de fijar históricamente; las primeras noticias sobre Asclepios los tenemos en la Iliada, y normalmente se sitúa su vida entre los años 900 y 800 antes de Cristo.

(2) Fechas exactas sobre los filósofos presocráticos no existen salvo raras excepciones, sabemos sin embargo que Pitágoras de Samós tuvo su Acmé, es decir, su plenitud el 531 a. de J.C. (Apolodoro DK).

(3) Se menciona en los manuscritos que tenemos a Zoroastro como Zaratras el Caldeo. Para estas fuentes ver: a) Hippolito Ref. 1, 2, 12 (DK, 14 11); b) Clemente de Alejandría Stro, 1, 69 (11, 44 Stählin); c) Porfirio V.P. 12.

(4) Jámblico & 68 ver Diels-Kranz y Jámblico & 106.

(5) Diodoro X7 (II 198 f. rec Vogel).

(6) Textualmente en griego.

(7) Algunas fuentes indican que había aparecido simultáneamente en dos lugares distintos.