

Artículo

JAVIER SÁDABA

La felicidad y el cuerpo humano

➤ **Javier Sádaba**. Catedrático de Ética, Universidad Autónoma de Madrid.

Si hay algo que a todos nos importa, por encima de cualquier otra cosa, es la felicidad. Paradójicamente no nos ocupamos demasiado de ella. Nos ofusca el vivir inmediato y sólo en determinados momentos se nos plantea, con fuerza, la necesidad de hacer caso al imperativo del bien vivir. Pensamos que si los hados nos regalaran una segunda existencia, actuaríamos de forma bien distinta. Es lo que suele decir la gente cuando sale de una larga estancia en un hospital. Ahí se dan cuenta de las oportunidades que perdemos, de lo tontos que somos dramatizando trivialidades y de la incapacidad para gozar con las muchas posibilidades que nos ofrece la existencia. Una poesía de Borges, probablemente apócrifa, lo expresa provocativamente. Habría que hacer todo lo contrario de lo que habitualmente hacemos y que nos produce preocupaciones en exceso, cuando no depresiones que nos golpean con la fuerza de una enfermedad insuperable.

Todo eso es verdad. Y todo ello pone delante de nuestros ojos algo que es difícil negar. Como es difícil negar que, aunque sea complicado dar una definición de felicidad, todos entendemos qué es lo que significa. A nadie se le escapa qué es estar bien o cómo el dolor nos disminuye, nos aniquila, nos destruye. Aristóteles, el padre de la filosofía, lo dejó escrito en unas líneas tan simples como geniales cuando observa que todos aspiramos a estar bien; incluso los que afirman lo contrario. El problema suele consistir en encontrar los medios o instrumentos adecuados para lograr la felicidad. Una felicidad, sin duda, llena de límites, como todo lo que rodea a lo humano. Cada uno sabrá cómo arreglárselas para obtener aquello que, dada su constitución, le posibilitaría acumular más goces y evitar los males que cercenan el bienestar. Sobre esto se ha escrito y hablado tanto que da un poco de vergüenza repetirlo. Aun así, de lo importante nunca está de más hablar. Porque, lo dijimos antes, una de nuestras mayores contradicciones consiste en olvidarnos de aquello que debería ser lo más propio, lo más nuestro.

Es menos habitual relacionar explícitamente la felicidad con el cuerpo humano y con la medicina. A algunos les suena a metafísica. Y no es así. Necio sería deducir de lo dicho que el médico está obligado a promover, a modo de mago, la felicidad. Y más que necio, especial-

mente peligroso en una época en donde la frivolidad de autoayudas y manuales que venden felicidad como humo están a la orden del día. Pero eso no quita para que podamos afirmar que el cuerpo humano es el receptáculo de la felicidad y que todo lo que contribuya a una buena comprensión de dicho cuerpo es fundamental para poder estar bien en este mundo. La salud, más que el dinero y el amor, es el primer escalón para avanzar en la conquista de la felicidad. Y ahí la presencia del profesional de la medicina juega un papel decisivo; no para convertirse en consejero indiscreto sino para hacer que los individuos desarrollen su propia potencia corporal. Y es que una medicina humanista contempla al enfermo y a todas las personas potencialmente enfermas no parcialmente sino en la articulación de sus miembros y, en un paso más, como a alguien que posee el poder necesario para lograr las metas que se ha propuesto en su vida. Conviene recordar que sin salud o estado corporal satisfactorio es muy difícil ser felices. Se objetará que la armonía aludida nunca es completa. Basta, por ejemplo, una mínima alteración genética para que se venga abajo una floreciente salud. Eso es verdad y no hay modo de negarlo. Pero es sólo un aspecto de la verdad. Porque buena parte de nuestro destino está en nuestras manos. Por eso la higiene mental, la dieta sana, la receptividad a los consejos que los expertos o el sentido común ponen a disposición juegan un papel esencial a la hora de aproximarnos a la felicidad.

Es fácil que lo expuesto se olvide o pase a un segundo plano, arrollados por una medicina especializada, analítica, protocolizada y no menos biologizada. Todo lo cual está, sin duda, muy bien. Pero empieza a estar mal en el momento en el que se vuelva unilateral y pierda la visión global con la que se ha de atender a los individuos. Si no se tiene en cuenta a la totalidad del cuerpo humano y a sus concretas circunstancias estaremos reduciéndolo a fragmentos, a lo que no es. Y es al cuerpo entero al que compete la felicidad de la que venimos hablando. Ahí resplandece una medicina cercana al paciente, orgullosa sin ser soberbia, pegada a lo cotidiano sin ser vulgar. De esta manera se aúnan el sentimiento de compartir con otros los mismos bienes o males, y el rigor de la profesión. La felicidad, en fin, no aterriza en cualquier sitio. Toma pie en el cuerpo de las mujeres y de los hombres.