



Martí *en la Universidad*

XIII
edición

(Nivel Universitario)

Jurado Nacional



Carlos Loreto Zamora Rodríguez **Presidente**
Unión Nacional de Escritores y Artistas de Cuba

Tania León Pérez Secretaria
Biblioteca Nacional de Cuba José Martí

Miembros

Reinaldo Álvarez Lemus *Unión Nacional de Escritores y Artistas de Cuba*
María Caridad Mederos Machado *Ministerio de Cultura*
Ramón Guerra Díaz *Casa Natal José Martí*
Mariana Maura Silva Losada *Consejo Nacional de Casas de Cultura*
Jorge Juan Lozano Ros *Sociedad Cultural José Martí*
Ana Margarita Oliva *Biblioteca Nacional de Cuba José Martí-
Sociedad Cultural José Martí*
Tamara González Mayor *Ministerio de Educación-Bibliotecas Escolares*
Alicia Santaballa Figueredo *Ministerio de Educación-Enseñanza Especial*
Carlos Manuel Marchante *Ministerio de Educación Superior-Fragua Martiana*
Yaliemny Pérez Sardiña *Centro de Estudios Martianos*
Lydia Caridad Abreu Monzón *Biblioteca Nacional de Cuba José Martí-
Subdirección Metodológica*

Martí
en la Universidad

Índice

Edición y Corrección *Marta Beatriz Armenteros Toledo*
Diseño y maquetación *Yoe M. Piñeyro Rojas*
Introducción de textos *Caridad Martell Cruz*
Ilustración de Cubierta *Sobre el original de Owen Ramón Pérez Cobas*

Auspiciado por
**Fondo de Desarrollo
de la Educación y la Cultura**

Sobre la presente edición
Biblioteca Nacional de Cuba José Martí
Primera edición, mayo de 2010
ISBN 978-959-7137-41-2



Correo electrónico pnlectura@bnjm.cu
Ave. Independencia y 20 de Mayo
Plaza de la Revolución, Ciudad de La Habana

Acercamiento martiano a la fitoterapia.
Vigencia. Mario I. Salgado Martínez/ 7

La edad, la gloria y la estatura...
Elizabeth Bello Expósito/ 23

Algo más que vi en Martí.
Lianne Guerra Rondón/ 37

Acercamiento martiano a la fitoterapia. Vigencia

Mario Israel Salgado Martínez

*“De que las selvas de nuestra América abundan en remedios para todas las enfermedades que en nuestro suelo se producen, lo dicen a veces la lógica de la naturaleza [...], y la suma ya cuantiosa de tesoros botánicos que debe a la tierra americana la farmacopea”.*¹

José Martí

La presencia de conocimientos sobre medicina herbaria de Martí puede comprobarse desde su estancia en 1871 en Madrid, España, cuando tenía sólo 18 años, período en el que es operado en tres oportunidades a causa de un sarcocele.² Estos conocimientos le llegan a través de Juan Ramón Gómez Pamo, farmacéutico que lo asiste junto al doctor Hilario Candela en sus dos últimas intervenciones en la península Ibérica. Gómez Pamo le recomienda el uso del eucalipto, pues fue el primero en usar este fármaco en España, en la década del 70 del siglo XIX. Le fue indicado al Apóstol para los dolores de cabeza o las úlceras de la pierna, que tenía a consecuencia de su estancia en el presidio.³ Este hecho se refuerza en la nota en el número 13 de sus “Cuaderno de apuntes”: “Para la cefalalgia nerviosa, infusión de eucaliptos globulus”.⁴

Del eucalipto continuaría buscando información y publicaría una década más tarde varios artículos, como el enviado a la revista *La Opinión Nacional*, de Caracas, el 7 de noviembre de 1881, en el cual resalta su propiedad desinfectante:

Las virtudes del hermoso y arrogante eucalyptus, como árbol cuya vecindad purifica el aire de miasmas, ha sido confirmado [sic] por recientes experimentos en la insalubre campiña de Roma. En Argel, merced a los eucalyptus allí sembrados, se habitan comarcas que antes no se podían habitar. En México, donde la fiebre tifoidea es endémica, se usa el eucalyptus con gran éxito, y se ha propuesto, para impedir las emanaciones pútridas de la vecina laguna de

Texcoco, plantar entre la ciudad y el lago, espesos bosques de este árbol".⁵

En agosto de 1883, en *La América*, de Nueva York, hace referencia además a su propiedad como bactericida utilizado en el saneamiento de heridas:

Cuanto del eucalyptus se diga es poco.

En Uruguay ha tenido tal éxito, que no hay casa que no mire en él su panacea,⁶ ni médico que de él no se valga en varios modos para sus curas, ni cirujano que no lo administre como desinfectante mejor que el ácido fénico, a sus operados, ni hombre cuidadoso de sus libros que no preserve de la polilla los tesoros de su biblioteca con las hojas fragantes y purificadoras de ese árbol generoso.

Lo crían en las casas como árbol mimado, lo tienen en todos los patios como guardián contra la fiebre; lo emplean en paños húmedos, que benefician y limpian las heridas; lo toman en agua destilada y alcoholaturos; lo prefieren en los hospitales como antiséptico excelente; lo fuman con deleite, envuelto en cigarrillos.

Y donde hay pantanos, no hay más que sembrar eucalyptus, para que los seque. Donde él crece no hay humedad, ni las miasmas que vienen de ella.⁷

Propiedades y aplicaciones terapéuticas del eucalipto comprobadas por la ciencia de total vigencia, pues el estudio de la composición química de esta planta y ensayos clínicos realizados han confirmado su utilidad como astringente, antiséptico y antipirético. El eucalipto es una planta que pertenece a la familia de las *Mirtáceas* y es originaria de Australia, donde le denominan árbol contra la fiebre. En Cuba hay miles de ejemplares, principalmente en Pinar del Río y Las Villas, propagados por el servicio de Repoblación Forestal. Existen numerosas especies, de las cuales el *Eucalyptus globulus Labill* es la más importante como planta medicinal; de sus 150 variedades, sólo 50 fueron introducidas en el país.⁸

De sus hojas se obtiene el 1,8-cineol o eucaliptol, antibronquítico, anticatarral, antitusivo, expectorante, bactericida, desinfectante y antihelmíntico; el -pireno, canfeno, éster de ácido fór-

mico, acético y taninos, así como el camphor, alcohol etílico y el mentol que producen una sensación refrescante sobre la mucosa buconasal.⁹ Dichas propiedades, a través de infusiones, polvos, jara- bes, lociones y elixires, lo han hecho efectivo en el tratamiento de la amigdalitis,¹⁰ bronquitis,¹¹ faringitis ulcerosa,¹² sinusitis,¹³ gripe, diabetes mellitus,¹⁴ tuberculosis pulmonar,¹⁵ malaria, asimismo es antiséptico de heridas, antipirético y se utiliza además en afecciones hepáticas, estomacales y de la vejiga.¹⁶

El interés y la importancia que da el Héroe Nacional a la utilización de las plantas medicinales puede ser constatado también por la presencia de esta temática en varios de sus artículos del año 1884, publicados en *La América*, de Nueva York como es el caso de "El té de Bogotá" (abril), así como "El alvelos" y "El tabaco" en junio.

Acerca del té de Bogotá expresa: "[...] se usa apenas se cosecha; y aun así nutre y combate con éxito la clorosis y la anemia, y no hay tónico ni sustancias purgantes que en sus efectos generales le aventaje".¹⁷

El té de Bogotá también conocido como palo blanco, es una planta procedente de zonas tropicales de Suramérica, fundamentalmente de Colombia, cuyo nombre científico es *Alstonia theiformis* L. Al analizar su composición se destaca el hallazgo de alcaloides como la charmina o harmalina y sustancias colorantes amarillas y rojas, elementos que le brindan propiedades estimulantes sobre el Sistema Nervioso Central (SNC), como sudorífico y refrescante al tomarlo como infusión con una concentración de dos o tres gramos por taza, que al ser aplicada en forma de lavado sobre heridas posee propiedades astringentes y que a grandes dosis resulta hipnótico y alucinógeno. Esta planta se indica para mejorar estados irritativos del aparato digestivo, de fiebre, cefalea y decaimiento,¹⁸ usos que señala el Apóstol en su artículo sobre la planta, sin embargo, en la actualidad no se recomienda para la anemia, pues aunque en esta existe decaimiento y fatiga y la planta es estimulante del SNC, por lo que eleva el estado anímico, no produce un aumento de los glóbulos rojos, si bien pudiera prevenir su pérdida por sus propiedades astringentes.¹⁹

Al referirse al alvelos, Martí afirma:

De Brasil viene muy favorecida la noticia de que el Dr. Alcibíades Belloso ha dado sanción médica a la aplicación de un remedio que de hace algún tiempo se viene aplicando en aquellas tierras con éxito contra el cáncer.

La planta es comúnmente llamada “alvelos”: los botánicos la colocan entre las euforbiáceas. El “alvelos” es indígena de Pernambuco.

Se empezó a decir que un magistrado había sanado de un epiteloma²⁰ de la cara, con solo aplicarle el jugo del alvelos; y Belloso, que lo quiso averiguar por sí mismo, vio con sorpresa que dos de los pacientes a quienes sometió como prueba al remedio, uno que tenía un cancroide²¹ en la nariz, curó a los 40 días, y otro, con un epiteloma en el labio, en 2 meses.

El alvelos, como otras euforbiáceas, es irritante, y, aunque no causa mucho dolor, produce una exacerbación de la piel.—Parece que el “alvelos” destruye el tejido mórbido, que es remplazado enseguida por granulaciones sanas [...]. Solo que como el alvelos ha de aplicarse en el estado de jugo fresco, será preciso introducir la planta allí donde se quiera hacer un nuevo ensayo.²²

Artículo expositor del interés del Apóstol por conocer y divulgar los descubrimientos de la ciencia y en especial sobre aspectos médicos de su época, así como los remedios realizados con plantas de nuestras tierras para tratar enfermedades de elevada mortalidad como el cáncer.

La aplicación terapéutica del alvelos, que a pesar de no haber sido sancionada por la Organización Mundial para la Salud (OMS) para su uso generalizado en el tratamiento de los epitelomas y otros tipos de cáncer, es utilizada en la actualidad, fundamentalmente en Brasil, país donde existen publicaciones como el texto *Plantas medicinales*, del hermano Cirilo, en cuya edición 48 se afirma que la planta hace desaparecer verrugas y es efectiva en el tratamiento de epitelomas y carcinomas.²³

El alvelos es realmente una planta originaria de África, introducida en Pernambuco y de allí se extendió al noreste de Brasil. Arbusto de clima seco y cálido que llega a alcanzar entre cinco y siete metros de altura, muy ramificado desde la base con ramas verticales de las que salen dos o cuatro segmentos sin hojas que se ramifican de forma muy intrincada con flores amarillas o verdes.²⁴

La planta pertenece a la familia de las Euforbiáceas y su nombre científico es *Euphorbia tirucalli*. En Brasil es conocida por palo pelado, piñerito o dedito. Produce un látex muy cáustico y venenoso que puede causar ceguera. Fue recomendada por el hermano Cirilo para el tratamiento de epitelomas, carcinomas y lesiones canceroides por su efecto irritante y corrosivo que destruye las lesiones cancerosas; además se describen efectos como calmante y antisifilítico.²⁵

En su texto *Plantas medicinales*, el padre Cirilo se propone como forma de uso la ingestión de 200 mililitros de agua (H₂O) con una gota de látex puro diaria, dividida en tres tomas: un tercio en la mañana, al mediodía y en la noche la primera semana; iguales dosis, pero dos gotas en la misma cantidad de agua, la segunda semana; tres gotas, la tercera semana, y cuatro gotas en la cuarta semana, para luego con igual ritmo ir decreciendo en las gotas que se adicionan al agua por semana.²⁶

Dicho remedio, que a pesar de describirse en algunas literaturas para hacer desaparecer las lesiones, aún no se ha probado su eficacia en una total curación y se desconoce del todo los efectos negativos de su uso a largo plazo.

Sobre el tabaco Martí plantea:

Para los endurecimientos de los pies, dice el general, a quien se le endurecieron mucho en las batallas, que la hoja de tabaco convierte en suave llanura una cordillera de montañas.

Se le abrió una vez el tobillo, como diría la gente llana, y curó la luxación con la hoja de tabaco, humedecida siempre.²⁷

El tabaco, cuyo nombre científico es *Nicotiana tabacum L.* es una planta anual de la familia Solanácea que puede alcanzar una altura de hasta dos metros. Su raíz es fibrosa y posee un tallo erecto y re-

donde, algo piloso, el cual se ramifica en la parte superior. Sus hojas grandes miden hasta 70 centímetros de longitud por 15 de ancho, son alternas, sésiles, de color verde pálido. Sus flores son rosadas y sus frutos son cápsulas ovas.

Entre los principales componentes de esta planta se encuentran alcaloides como la nicotina (hasta un 10%), la nor-nicotina, anabasina, nicotelina, nicotirina y la miosmina, y aunque de ella se producen los cigarrillos y tabacos que crean adicción y dañan al organismo, fundamentalmente al aparato respiratorio, a concentraciones bajas se ha comprobado su efecto como sedante, analgésico, diurético, antipruriginoso, sialagogo (estimulante de la secreción salivar) y vermífugo. También se indica en el tratamiento de las hemorroides (uso externo con emplastos de hojas húmedas), dolores neurálgicos (el jugo de sus hojas se friega a lo largo del nervio dolorido), parasitosis y afecciones cutáneas (uso externo con emplastos).

Su efecto analgésico justifica la utilización para calmar el dolor que acompaña la luxación de las articulaciones, y es asimismo válido para tratar los endurecimientos de la piel y otras afecciones cutáneas como la sarna y las picadas de insectos. Esas características reflejadas por el Apóstol tienen total vigencia y constituyen en la actualidad indicaciones para el uso de la planta.

Otro aspecto que demuestra el conocimiento del poder curativo de las plantas que poseía el Héroe Nacional, es el empleo que este hacía de ellas para aliviar sus padecimientos. Martí sufría de sarcoidosis, y si bien en esa época no existía ningún fármaco para el tratamiento específico de esta afección, el Maestro empleaba el vino Mariani como medicamento, y según Gonzalo de Quesada y Miranda la bebida que prefería era el vino Mariani, un reconstituyente de moda en aquella época.

El vino Mariani se inscribe en la farmacopea como un vino medicinal con propiedades tónicas y estimulantes, muy vendido y consumido por personalidades de la época como Thomas A. Edison, Julio Verne, Sigmund Freud y el papa León XIII, entre otros.²⁸

Su fabricante, el corso Angelo Mariano, lo preparaba a base de hojas maceradas de coca en vino, lo que explica su efecto tónico aromático de acción sistémica, a razón de seis gramos de coca por cada onza de vino, hecho que no desvirtuaba las propiedades medicinales de la planta como ocurre al producirse la cocaína, alcaloide que se obtiene de ella.²⁹

La coca, cuyo nombre científico es *Erithroxylon coca*, es un arbusto originario de los Andes que crece hasta 2,5 metros de altura, de tallo leñoso, hojas elipsoidales, pequeñas, de color verde intenso, flores minúsculas blancas y frutos ovoides de aproximadamente un centímetro de diámetro, de color rojo. Es muy cultivada en Perú, Bolivia y Colombia. De sus hojas se obtiene un extracto rico en alcaloides no volátiles, charmina o harmalina, así como vitaminas C, E del grupo B, y minerales como el calcio (Ca), fósforo (P), hierro (Fe) y magnesio (Mg), entre otros, al que se asocian propiedades anestésicas, astringentes, estimuladoras del apetito, y un efecto hipnótico y alucinógeno al actuar sobre el Sistema Nervioso Central.³⁰

De ella se obtiene la cocaína, benzoilmetilecgonina, alcaloide clasificado como droga psicoactiva estimulante que actúa a nivel de las sinapsis neuronales del sistema límbico (esfera afectiva) con numerosos efectos tóxicos, elemento que desencadenó la restricción del uso de la planta hasta considerarla una sustancia ilícita, hecho que no elimina sus amplias aplicaciones terapéuticas, sino las del alcaloide, siempre que sea controlado por organismos competentes y bajo restricción gubernamental.³¹

A partir de 1895; año en que Martí parte a La Española y de esta viaja a Cuba, entra en contacto directo con el campo antillano y comparte con la gente sus costumbres, forma de alimentación y forma de curarse, fundamentalmente durante su vida en campaña, se encuentra en su obra un número mayor de alusiones a la aplicación de las plantas con fines terapéuticos. En su último texto literario, los diarios de campaña: “De Montecristi a Cabo Haitiano” (14 de febrero a 8 de abril de 1895) y “De Cabo Haitiano a Dos Ríos” (9 de abril al 17 de mayo de 1895), el Apóstol enumera numerosos

animales, platos de cocina típicos y el uso terapéutico de plantas medicinales que no se encontraban en ese entonces en el dominio de la literatura de la época, hecho que demuestra cómo José Martí conoce sobre nuevas plantas medicinales, ya no por la búsqueda y lectura de publicaciones, sino por el intercambio directo con la población rural y su experiencia transmitida de generación en generación.

En sus comentarios del 18 de febrero de 1895, a sólo cuatro días de iniciado el “Diario de Montecristi a Cabo Haitiano”, el Maestro comentaba acerca de la utilidad de la miel: “Y vamos conversando de la miel de limón, que es el zumo muy hervido, que cura las úlceras tenaces; [...], de la miel de abeja, ‘mejor que el azúcar, que fue hecha para el café’. El que quiera alimento para un día, exprima un panal que ya tenga pichones, de modo que salga toda la leche del panal, con los pichones revueltos en la miel”.³²

Aplicación terapéutica de la miel que llega al Héroe Nacional y mantiene total vigencia.

El limón, *Citrus aurantifolia*, de la familia de las Rutáceas, es un arbusto aromático de corteza grisácea, ramas lisas, angulares y espinosas que alcanza entre dos y cinco metros de alto; sus hojas alternas son de un color verde intenso y lisas; posee flores blancas en ramilletes axilares, y su fruto es ovoide, pulposo y verde, que se torna amarillo cuando madura. Originario del sur de Asia y de la región del Himalaya es introducido en Cuba, donde el jugo de su fruto es usado como condimento, bebida refrescante y sus hojas con fines terapéuticos, por sus propiedades antisépticas, astringentes, antiescorbúticas, diuréticas y depurativas, debidas a su composición química: vitamina C, ácidos cítrico y málico, minerales como el potasio (K), calcio (Ca) y fósforo (P), así como terpenos, limoneno citrial, nonialdehídos y heptona, entre otros, por lo cual se usa para el tratamiento de la aterosclerosis, celulitis, faringitis, enfermedades hepáticas, renales y oculares y también de la epigastralgia y vómitos que acompañan a la úlcera gastroduodenal³³ por su acción depurativa y antiséptica.³⁴

La miel de abejas constituye un excelente producto elaborado por estos insectos a partir del néctar de las flores. Está compuesta por agua, glúcidos de alto valor energético como la glucosa, sacarosa, levulosa y fructuosa, minerales como el hierro, cobre (Cu), calcio, potasio y azufre (S), enzimas, proteínas y vitaminas A, C, D y del grupo B. Es un edulcorante excelente que no produce caries. Tiene valor como laxante, sedante, antihemorrágico y es un importante bactericida contra microorganismos enteropatógenos como la *Salmonella*, *Shigella*, y *Echerichia coli*. Útil en el tratamiento de la úlcera péptica al disminuir la secreción de ácidos gástricos e inhibir del crecimiento del *Helicobacter pylori*, agente asociado a la aparición de gastritis y úlceras gastroduodenales.³⁵

Sobre el culantro de Castilla, escribe también en sus notas de diario, estando ya en el territorio cubano. Esta planta medicinal se la llevó una mambisa para tratar el dolor de estómago. De ella escribió el 19 de abril de 1895: “[...], culantro de Castilla, ‘para que cuando tengan dolor al estómago por esos caminos, masquen un grano y tomen agua encima’ [...]”.³⁶

Este uso terapéutico del culantro de Castilla es acertado, pues se ha comprobado científicamente que esta planta posee propiedades antidiapépticas, antiespasmódicas, aperitivas y emenagogas y se recomienda su utilización en alteraciones digestivas.³⁷

Su nombre científico es *Coriandrum sativum*, y también es conocido por culantro de Cartagena en Cuba. Es una yerba de la familia de las Umbelíferas, de 20 a 60 centímetros de altura con hojas basales de segmentos dentados y hojas superiores de bordes lineales, flores blancas grandes y frutos de tres a cuatro milímetros de diámetro.³⁸

La infusión de sus hojas es efectiva para eliminar la digestión lenta, cólicos y el dolor de estómago. Sus frutos se utilizan con éxito en el tratamiento de afecciones hepáticas, y la planta es empleada además como condimento y aromatizador de bebidas y del calzado.³⁹

Otra de las plantas a las que hace referencia en su “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, es la yamagua, al acotar su utilidad

en el tratamiento de las hemorragias: “Vi hoy la yaguama, la hoja fénica que estanca la sangre, y con su mera sombra beneficia al herido: ‘machuque bien las hojas y métalas en la herida; que la sangre se seca’”.⁴⁰

Aunque al referirse a la yamagua el Maestro realiza una transposición de letras de la palabra y no escapa de la fama exagerada con que contaba esta planta como hemostático entre los campesinos y mambises, quienes atribuían su efecto al solo hecho de arrimarse a su sombra, en la actualidad se ha constatado el efecto antihemorrágico de la decocción de sus hojas.

La yamagua, *Guarea trichiloides*, es un árbol de más de 20 metros que pertenece a la familia de las Meliáceas. Crece en Cuba, Puerto Rico, Haití y América Central Continental. Posee hojas de 10 a 30 centímetros de largo, flores de pétalos oblongos y frutos contenidos en una cápsula ovoide.⁴¹

Con fines terapéuticos se usan sus hojas y resinas, pues el fruto es venenoso. Entre sus componentes encontramos glúcidos, aminoácidos, alcaloides y minerales como el calcio, a los cuales se atribuyen propiedades que son valoradas experimentalmente. Se recomienda en la actualidad su uso para tratar la hemofilia,⁴² hematuria, hemorragias digestivas, uretrales y vaginales.⁴³

Sobre la sabina y la yagruma escribió el Apóstol en las notas de su “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos” el 22 de abril: “Que la sabina, olorosa como el cedro, da sabor y eficacia medicinal, al aguardiente.—Que el té de yagruma,—de las hojas grandes de la yagruma—es bueno para el asma”.⁴⁴

Esta afirmación martiana es válida. Si bien en él no se precisa la utilidad terapéutica de la sabina, hoy se conocen sus bondades como planta medicinal y la yagruma es empleada con éxito para tratar crisis de asma.

La sabina, cuyo nombre científico es *Juniperus lucayana* Britton, también conocida en Cuba por sabina de costa, es un árbol de más de 12 metros de altura de la familia de las Pináceas, con hojas sésiles, flores solitarias y frutos en cono. Escaso actualmente, se le encuen-

tra en la Isla de la Juventud, la costa sur de Pinar del Río, montañas orientales y en los cayos al norte de Camagüey. Sus hojas, frutos y renuevos utilizados en infusión o decocción se usan como estimulante, diurético, emenagogo y carminativo siendo útiles también en el tratamiento de patologías de las vías urinarias, sin embargo en la Isla fueron más utilizadas como abortivo.⁴⁵

La yagruma, también conocida en el país como yagruma hembra, guarumo en México e imbauba en Brasil, es un árbol de la familia de las Moráceas cuyo nombre científico es *Cecropia peltata*, que alcanza hasta 20 metros de alto. Sus hojas palmeadas son de color verde oscuro en la cara superior y están cubiertas de tomento blanco en la cara inferior y posee flores dioicas y frutos oblongo-elipsoideos. Sus hojas son ricas en alcaloides, policarpol, kylopina y sitosterol, ácido fumárico y miricílico, glucosa, entre otras, estas junto a sus frutos y látex son muy utilizadas con fines medicinales por sus propiedades, evaluadas científicamente; además es astringente, mucolítico, cicatrizante y diurético. El cataplasma de sus hojas con sebo de carnero cura abscesos y forúnculos; la aplicación directa del látex es eficaz para tratar verrugas, callos y herpes. Su corteza es antiblenorrágica y sus hojas son analgésicas, emenagogas, anticatarrales y antiasmáticas. El cogollo hervido fue empleado en los campos cubanos contra el dolor de muelas, y en Colombia se considera eficaz para la Corea y el Parkinson.⁴⁶

En sus notas del 7 de mayo de 1895 en su “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, José Martí hace referencia a otra planta medicinal: el guanábano, y relata cómo a un compañero de campaña le dan cocimiento de esta planta como expectorante: “A César le dan agua de guanábana, que es pectoral bueno, y cocimiento grato”.⁴⁷

Aplicación terapéutica vigente, pues se ha comprobado científicamente la utilidad de la planta como eficaz expectorante y protector digestivo.

El guanábano, cuyo nombre científico es *Annona muricata*, es una planta de la familia de las Anonáceas que alcanza entre los cinco y ocho metros de alto, con hojas oblongadas y punteadas, flo-

res solitarias terminales o laterales de seis pétalos, y fruto carnoso, oblongo o coniforme de color verde-amarillo con espinas largas y curvas de pulpa blanca comestible y semillas negras o amarillas denominado guanábana, que se come de forma natural o en forma de bebida con leche por su alto valor nutritivo, glúcidos, ácido fólico, vitamina C y del grupo B, así como minerales como el hierro y el fósforo.⁴⁸

Con fines terapéuticos se utilizan las hojas de las cuales se extrae un aceite esencial rico en ácido mirístico, anolol, sitosterol, eudesmol y alcohol miricílico que lo hacen ideal para el tratamiento de enfermedades digestivas como la diarrea, flatulencia y en menor medida para la parotiditis y afectaciones catarrales.⁴⁹

El 15 de mayo de 1895, el Héroe Nacional menciona por última vez en su “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, la aplicación terapéutica de una planta, el tomate, el que utiliza para curarse un forúnculo: “Artigas, al acostarnos pone grasa de puerco sin sal sobre una hoja de tomate, y me cubre la boca del nacido”.⁵⁰

El tomate es una planta herbácea perenne, sensible al frío que puede alcanzar una longitud de 2,5 metros de longitud. El tallo es anguloso, pubescente, con algunos pelos glandulares. Las hojas son alternas con una longitud de 10 a 25 centímetros. Las flores son hermafroditas, de color amarillo brillante. La forma del fruto es variable, generalmente globuloso u oblongo; presenta numerosas semillas, pequeñas, aplanadas, amarillento-grisáceas, velludas, embebidas en una masa gelatinosa formada por el tejido parenquimatoso que llena las cavidades del fruto maduro.

Es un alimento con escasa cantidad de calorías. La mayor parte de su peso es agua y el segundo constituyente en importancia son los carbohidratos. Contiene azúcares simples que le confieren un ligero sabor dulce y algunos ácidos orgánicos que le otorgan el sabor ácido característico. El tomate posee minerales como el potasio y magnesio, y vitaminas C y del grupo B. Tiene también carotenoides como el licopeno que le da el color al fruto, además de ácido málico.

Su nombre científico es *Lycopersicon esculentum* Mil y pertenece a la familia de las Solanáceas. Es astringente, antiinflamatorio, diurético, laxante y antioxidante por lo que resulta eficaz en el tratamiento de enfermedades prostáticas. En homeopatía se emplea una tintura realizada con la planta verde contra cefaleas, dolor de muela y reumatismo. Asimismo, se ha probado con éxito poner la pulpa verde del tomate contra picaduras de abejas y se recomienda su uso en las quemaduras y afecciones de la piel como abscesos y forúnculos por su acción antiinflamatoria, bacteriostática y antifúngica.

Este último elemento demuestra lo acertado del uso que hiciera el Maestro de la planta y lo acertado de sus referencias a diferentes plantas, que en la actualidad permanecen vigentes.

Los conocimientos sobre medicina herbaria del Apóstol resultan bastante amplios teniendo en cuenta que él no era un profesional de la salud. Muchas de las aplicaciones terapéuticas de las plantas medicinales que menciona en su obra conservan vigencia en la actualidad, como es el caso del eucalipto, el té de Bogotá, la miel de abejas y el limón, entre otros. Sus consejos, sugerencias y explicaciones constituyen un arma eficaz con la cual podría contar el profesional de la salud para elevar su cultura sobre fitoterapia y acercarse más a la vasta y siempre deslumbrante obra de José Martí.

Notas

¹ Martí, José. “Sección Constante”, *La Opinión Nacional*, Caracas, 18 de noviembre de 1881. En: *Obras completas*. Editorial de Ciencias Sociales e Instituto Cubano del Libro, La Habana, 1975, t. 23, p. 85.

² Sarcocele: Cualquier tumefacción o tumor carnoso del testículo.

Ver en: Dorland. *Diccionario enciclopédico ilustrado de medicina*, 29ª ed., Mc

Graw Hill-Interamericana de España, S.A.U, Madrid, 2003, p. 934.

³ Hodelín Tablada, Ricardo. *Enfermedades de José Martí*. Editorial Oriente, Santiago de Cuba, 2007, pp. 51-53.

⁴ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 13. OC. t. 21, p. 328.

⁵ _____, “Sección Constante”, *La Opinión Nacional*, Caracas, Ibídem, t. 1, p. 66. ⁶ Panacea: Medicamento que

se supone eficaz para curar varias enfermedades.

⁷ Martí, José. “Hechos notables”, *La América*, Nueva York, agosto de 1883. OC. t. 28, p. 190.

⁸ Albornoz M., Américo *Medicina tradicional herbaria. Guía de fitoterapia*. 2ª ed., Editorial Instituto Farmacoterapéutico Latino SA, Caracas, 1995, p. 427.

Colectivo de autores. *Preparación para la defensa. Cirugía en situaciones de contingencia*. Editorial de Ciencias Médicas, Ciudad Habana, 2002, t. 2, p. 394.

⁹ Américo Albornoz, M. *Ibidem*.

¹⁰ Triana Molina, Gilberto. *Medicina natural para todos*. Ediciones Gitmo, Santa Fe de Bogotá, 1993, pp. 31-32.

¹¹ *Ibidem*, p. 59.

¹² *Ibidem*, p. 160.

¹³ *Ibidem*, pp. 31-32.

¹⁴ *Ibidem*, pp. 106-107.

¹⁵ Colectivo de autores. *Plantas medicinales. Fitomed III*. Editorial MINSAP. Área Ciencia y Técnica, Ciudad de La Habana, 1994, pp. 269-290.

¹⁶ *Ibidem*, pp. 411-415.

Roig, J. Tomás. *Plantas medicinales, aromáticas o venenosas de Cuba*. Editorial Científico-Técnica, La Habana, 1989, t. 1, pp. 411-415.

¹⁷ Martí, José. “El té de Bogotá”, *La América*, Nueva York, abril de 1884. OC. t. 7, p. 41.

¹⁸ “Palo Blanco. *Alstonia theiformis L.*”. CD-ROM *Fitoterapia y natura 2002*. Consultado 1 oct 2008, Disponible en: <http://www.ecoaldea.com/cds.htm>.10k

Ver también: “Té. *Thea sinensis Sims*”. *Ibidem*, Consultado 3 nov 2008.

¹⁹ *Ibidem*.

²⁰ Epitelioma: De epitelio y sufijo -oma, tumor compuesto esencialmente de células epiteliales.

Ver en: Colectivo de autores. *Diccionario terminológico de Ciencias Médicas*. Editorial Científico Técnica, Ciudad de La Habana, 1977, t. 1, p. 502.

²¹ Cancroide: Del latín cáncer: cri, cangrejo y del griego eídos, aspecto. Epitelioma de la piel relativamente benigno con tendencia a la carnificación. Variedad de queiloide.

Ver en: Colectivo de autores. *Ibidem*, t. 315.

²² Martí, José. “El alvelos”, *La América*, Nueva York, junio de 1884. OC. t. 28, pp. 281-282.

²³ “Utilización del alvelos”. Consultado 11 nov. 2008, Disponible en: <http://es.wikipedia.org/wiki/alvelos>

²⁴ *Ibidem*.

“Tratamiento del cáncer. Alvelos”. Consultado 11 nov. 2008, Disponible en: <http://es.wikipedia.org/wiki/trata>

²⁵ Tratamiento del cáncer...”. *Ídem*.

²⁶ *Ibidem*.

²⁷ Martí, José. “El tabaco”, *La América*, Nueva York, junio de 1884. OC. t. 13, p. 487.

²⁸ Hodelín Tablada, Ricardo. *Op. cit.* (3). p. 183.

²⁹ *Ibidem*, p. 183-185.

³⁰ *Ibidem*.

“De la coca el té y otras plantas”. Consultado 27 de nov 2008, Disponible en: www.sisbib.unmsm.edu.pe/bibuirtal/data/libros/lit/estampas/coca/pdf

“Erythroxyllum coco”. Consultado 11 nov 2008, Disponible en: http://es.wikipedia.org/wiki/Ery_Coca

³¹ “Ilusión efímera”. Consultado 21 dic. 2008. Disponible en: www.Bibliotecadigital.Ilce.edu.mx/sitios/ciencia/vo/3/cien3/158htm/sec9

Guyton, Arthur C. Fisiología y fisiopatología. Interamericana Mc. Graw-Hill, México DF, 1994, p. 684.

³² Martí, José. “Diario de Montecristi a Cabo Haitiano”, 18 de febrero de 1895. OC. t. 19, p. 193.

³³ Úlcera: Pérdida de sustancia circunscrita de la membrana mucosa que penetra hasta la capa muscular y se sitúa en cualquier porción del aparato digestivo expuesto al jugo gástrico asociada a la infección por el *Helicobacter pylori*. *Catarama*.

Ver en: Peñate, M. *Medicina interna. Diagnóstico y tratamiento*. Editorial Ciencias Médicas, La Habana, 2005, p. 275.

³⁴ Roig, J. Tomás. *Diccionario botánico de nombres vulgares cubanos*. Editoriaal Nacional de Cuba, La Habana, 1965, t. 2, pp. 563-567.

Albornoz M., Américo. *Op. cit.* (8). p. 7.

³⁵ González L., Jesús. “La miel: dulce regalo de los dioses”, Consultado 1 oct 2008, Disponible en: <http://www.articulo.infomed.sld.cu>

“Propiedades terapéuticas de la miel”. Consultado 1 oct 2008, Disponible en: rdigital@cmd.icrt.cu.

Zito, Miriam. “Cura por la miel”. Consultado 1 oct 2008, Disponible en: www.cadenaagramonte.cuba.web.cu/salud/200804tas

³⁶ Martí, José. “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, 19 de abril de 1895. OC. t. 19, p. 219.

³⁷ Albornoz M., Américo. *Op. cit.* (8). pp. 405, 415.

³⁸ Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 1, p. 351-353.

Triana Molina, Gilberto. *Op. cit.* (10). p. 68.

³⁹ Albornoz M., Américo. *Op. cit.* (8). pp. 405, 415.

Martí, José. “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, 19 de abril de 1895. OC. t. 19, p. 219.

Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 1, p. 351-353.

⁴⁰ Martí, José. “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, 21 de abril de 1895. *Ibidem*, p. 221.

⁴¹ Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 1, pp. 936-939.

⁴² “Hemofilia: Diátesis hemorrágica que obedecen al déficit de factores de la coagulación”.

Ver en: Matarrama Peñate, M. *Medicina Interna. Diagnóstico y tratamiento*. Editorial Ciencias Médicas, La Habana, 2005, p. 465.

⁴³ Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 1, pp. 936-939.

Colectivo de autores. *Farmacopea caribeña*. Ediciones TRAMIL Enda-Caribe, Santo Domingo, 1996, p. 145-147.

⁴⁴ Martí, José. “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, 21 de abril de 1895. OC. t. 19, p. 221.

⁴⁵ Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 2, pp. 821-823.

⁴⁶ Albornoz M., Américo. *Op. cit.* (8). p. 508.

Colectivo de autores. *Op. cit.* (15). pp. 60-61.

Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 1, pp. 934-936.

⁴⁷ Martí, José. “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, 7 de mayo de 1895. OC. t. 19, p. 229.

⁴⁸ Albornoz M., Américo. *Op. cit.* (8). p. 435.

Triana Molina, Gilberto. *Op. cit.* (10). pp. 235-236.

Roig, J. Tomás. *Op. cit.* (16). t. 1, pp. 461-462.

⁴⁹ *Ibidem*.

⁵⁰ Martí, José. “Diario de Cabo Haitiano a Dos Ríos”, 15 de mayo de 1895. OC. t. 19, p. 242.

La edad, la gloria y la estatura...

Elizabeth Bello Expósito

*“La edad, la gloria y la estatura dan
al anciano cierta belleza homérica”.*
José Martí

Hace unos días, cuando confeccionaba mi página web personal en uno de los formularios que debía completar, se me pedía seleccionar una pregunta de seguridad, la cual sirve de ayuda en caso de olvidar la contraseña de acceso. Entre las variantes de interrogantes a escoger estaba “¿Cómo se llama tu primer maestro?”, y fue esta la que seleccioné. Después, la máquina solicita una respuesta para la pregunta. Curiosamente, lo primero, o el primero, que vino a mi mente fue José Martí.

Y es que el Apóstol Martí es el maestro de todos los niños, adolescentes, jóvenes y adultos atraídos por él. Para mí ha sido un padre, un guía, un mentor desde pequeña, y con cada obra martiana que leo, con cada pedacito de su vida que investigo, voy construyendo a ese Martí más cercano a mí, a mi quehacer cotidiano. Ahora lo hago desde mi estatura de futura periodista retomando sus ideas sobre los ancianos, esas personitas que son el eco de la vida, la experiencia acumulada y que muchas veces no vemos.

Quizás en ello se encuentre la explicación a los desvelos del hombre por descubrir la ansiada "fuente de la juventud". La búsqueda comenzó siglos atrás. Unos intentaron lograr la inmortalidad consumiendo oro en forma de elixir "sabiamente elaborado", otros tomando intensos brebajes preparados por los hechiceros a partir de extractos de plantas como la mandrágora, las orquídeas...

Sin embargo, desde cualquier ángulo que miremos nuestro tránsito por la vida, al final aparece siempre, inexorable, el camino hacia la muerte. Se impone pues, aprender a envejecer, sobre todo en el

presente siglo cuando la humanidad se enfrenta al desafío del envejecimiento poblacional, uno de los procesos demográficos más importantes de finales del siglo xx y que ha de ser protagonista del actual.

El envejecimiento es un proceso normal e ineludible que transcurre desde el nacimiento de la persona hasta que muere. Sobre este tema Martí dijo: “¡Oh, cana cabellera, vida tan cierta por ser el punto y cabo de esta vida, imagen de lo perpetuo y de lo eterno que vas hacia lo que es llamado muerte vertiendo dones que fortalezcan al que aún tiene este pesado y necesario trabajo de vivir!”.²

Uno de los grandes retos que trajo el advenimiento del tercer milenio para la humanidad es el creciente aumento de los adultos mayores o personas de la tercera edad, un fenómeno con repercusión e impacto sobre todas las esferas de la vida: la salud, la familia, la participación en la actividad económica, los presupuestos de seguridad y asistencia social, la cultura y la educación, fundamentalmente. A estos se podrían agregar otros renglones, pues los acontecimientos demográficos no están separados de los sucesos económicos, políticos y sociales de un país.

En ese proceso natural, en América Latina sobresalen Uruguay, Cuba y Argentina; Cuba con el 15,9% de su población con 60 y más años en el 2006, según la Oficina Nacional de Estadísticas.

En Cuba, un país en acelerado proceso de envejecimiento, este valor fue de 16,7% en el 2007 y se encontrará en el 2025 con un valor superior, entre los 20 países más envejecidos del mundo.

De acuerdo con estimaciones de la División de Población de las Naciones Unidas, Barbados y Cuba serán los países más envejecidos de América Latina y el Caribe en la perspectiva inmediata. El aspecto más destacable a escala mundial es el gran aumento que experimentará la población de la que se ha dado en denominar la cuarta edad, es decir, los viejos más viejos, en este caso el grupo de edades de 80 años y más.

Y cuál mejor maestro para que aprenda a envejecer la sociedad que nuestro Martí, el educador insigne, padre y guía de todos los

cubanos, amigo de los niños, consejero para los adolescentes, confidente de los jóvenes. Así, recurrí una vez más a mis libros de José Martí y a la Sala Martiana de la Biblioteca Provincial. Buscando e indagando descubrí que no sólo las valiosas referencias acerca de los ancianos en su obra, sino también su propia vida, su actuar puro y virtuoso son el vivo modelo de cómo debemos tratarlos, cuidarlos, admirarlos. Su ejemplo e ideas constituyen una herramienta invaluable para la educación hacia el envejecimiento, y de esa forma desarrollar una mayor conciencia de apoyo, comprensión y respeto hacia las personas de la tercera edad.

La ternura que José Martí profesó a sus progenitores endulza el corazón del ser humano más duro. Él cuidó de ellos siempre, a pesar de sus pocos recursos, sin abandonar nunca la misión de liberar la patria, de la cual era también hijo. A su madre la quiso entrañablemente.

En el primero de sus artículos “Impressions of America (by a very fresh Spaniard)”, publicado en *The Hour* (Nueva York, 1880) apuntó que, siendo niño, había admirado biografías de los que en los Estados Unidos denominan *self-made man* (hombres hechos por sí mismos; hombres que se han labrado su fortuna). Y añadió: “No había transcurrido aún mi infancia cuando admiré de nuevo, en Honduras Británica, una rica familia sureña, traída por el infortunio a penosa estrechez,—y levantando por sus manos, en el espeso seno de la selva, una limpia, elegante, próspera, hacienda azucarera [...]. Los hijos ayudaban al padre en toda clase de labores; [...]. Y eran jóvenes elegantes, gentiles, instruidos”.³

En 1887 escribía a su cuñado José García (esposo de la mayor de las hermanas) al conocer de la muerte de don Mariano Martí:

Yo tuve puesto en mi padre un orgullo que crecía cada vez que en él pensaba, porque a nadie le tocó vivir en tiempos más viles ni nadie a pesar de su sencillez aparente salió más puro en pensamiento y obra, de ellos. ¡Jamás, José, una protesta contra esta austera vida mía que privó a la suya de la comodidad de la vejez! De mi virtud, si hay alguna en mí, yo podré tener la serenidad; pero él tenía el or-

gullo. En mis horas más amargas se le veía el contento de tener un hijo que supiese resistir y padecer. [...] ¡Ah, José! Sólo se saben ver en los demás las condiciones que se tienen en sí. Trastornos horrendos y alejamiento grandes suele traer la vida, pero nunca dejaré de ver a Vd. dando un beso en la frente de mi padre, y reemplazando al hijo ausente.⁴

En particular cabe recordar algo que dijera en una emotiva carta dirigida a su hermana Amelia, en donde le orientaba cómo debían proceder con respecto a Mariano, su querido padre. Martí detalló en la citada misiva:

Tú no sabes, Amelia mía, toda la veneración y respeto ternísimo que merece nuestro padre. Allí donde lo ves, lleno de vejez y capricho, es un hombre de una virtud extraordinaria. Ahora que vivo, ahora se todo el valor de su energía y todos los raros y excelsos méritos de su naturaleza pura y franca. Piensa en lo que te digo. No se paren en detalles, hechos para ojos pequeños. Ese anciano es una magnífica figura. Endúlcele la vida. Sonrían de sus vejez. Él nunca ha sido viejo para amar.⁵

Actualmente se hace muy necesario fortalecer estos sentimientos en la sociedad, sobre todo en las nuevas generaciones, porque la población cubana enfrenta un proceso acelerado de envejecimiento y este fenómeno, que carece de precedentes en la historia humana, provocado por la caída drástica de la natalidad, el aumento de la esperanza de vida y el descenso de los indicadores de mortalidad, hace que las personas vivan más años. Esos niños, adolescentes y jóvenes serán los encargados de cuidar a sus padres, sus abuelos, sin embargo muchos los maltratan y no les muestran el respeto que merecen.

Los valores en las personas no se pueden dosificar, pues son entidades espirituales que el individuo con su actividad va formándose en el hogar, la escuela, la comunidad, la convivencia. Según afirman muchos estudiosos son cualidades que se revelan en situaciones límites de la vida, en la prolongación de la actividad de cada persona en estrecha relación con su personalidad, así como en el

hilo conductor de la vida del hombre. De ahí la necesidad vital de que la sociedad actúe y trabaje en conjunto para fomentar mayor sensibilidad en las personas y asimismo encaminar sus actitudes en pos de lograr una longevidad satisfactoria para las personas de la tercera edad a través del estudio de la obra martiana, ya que con ella nos sentimos identificados todos los cubanos.

Existen disímiles vías para formar estos valores humanos, éticos y morales en los “pinos nuevos”; una de ellas es la prensa, cuya función educativa y orientadora es indiscutible. La obra martiana debe ser explotada como sostén y guía de esta labor, donde con un producto comunicativo preciso, elocuente, sincero, se logra sensibilizar a las masas. “Las palabras han de ser brillantes como el oro, ligeras como el ala, sólidas como el mármol,”⁶ decía el propio Martí.

El envejecimiento de la población se manifiesta como consecuencia del descenso de la fecundidad y la mortalidad, que provoca la disminución de la población en las primeras edades (jóvenes) y el crecimiento de la población adulta mayor (viejos), o sea, alta expectativa de vida.

Antes del triunfo de la Revolución, en Cuba la esperanza de vida era menor de 60 años y hoy es de 77, en lo cual han influido la disminución de la mortalidad infantil y materna, y los programas de inmunización contra 13 enfermedades prevenibles por vacunas, entre otros.

Dichos indicadores sitúan al país al nivel de naciones desarrolladas, gracias a una voluntad política que desde 1959 tiene como prioridad fundamental el desarrollo del ser humano bajo los principios de equidad, justicia e igualdad.

El hecho de que la mayor de las Antillas tenga un alto índice de envejecimiento entre sus habitantes exige múltiples acciones en aras no sólo de prolongar la vida, sino de dar más calidad a los años y de garantizar una educación en los jóvenes de respeto y cuidado a sus mayores, fuentes de conocimiento, experiencia, tradiciones y de lo más genuino de la cultura de los pueblos. Por ello, con la divulgación del pensamiento martiano en este aspecto contribuimos

a la formación de valores humanistas, y para lograrlo analicemos y apliquemos el siguiente pensamiento de nuestro Apóstol que afirma que la experiencia de los ancianos puede ser muy valiosa en la vida diaria de los jóvenes, pues sus consejos, siempre adecuados y dados en el momento propicio, nos han salvado muchas veces, llevándonos por el buen camino, y afirma: “La voz de los ancianos tiene algo de los otros mundos: tiene algo de religión, de paz no humana, algo de revelación y profecía. Se tiene como una garantía de consuelo en las palabras de un honrado anciano”.⁷

¿Qué persona no recuerda al escuchar esta frase, los consejos de su abuelo o los refranes que decía su abuela, o la historia de un vecino sobre epopeyas pasadas con la cual se dormía? ¿Quién no sabe que estos momentos nos forjan para el futuro?

El mundo se hace viejo, y es evidente que todo este proceso ha provocado un gran impacto en ciertos sectores estratégicos de la estructura social. Cuba no ha sido una excepción en este sentido, pues hasta hace 20 años no existía ninguna tradición geriátrica ni profesionales que se dedicaran específicamente al anciano, o personas preparadas para la atención de ellos.

Hoy el país posee un programa de atención al adulto mayor a través del cual se han incrementado hogares de ancianos, círculos y casas de abuelos, consultas y equipos multidisciplinarios de cuidado gerontológico, atendiendo así al mandato martiano de que fuese el culto de los cubanos a la dignidad plena del hombre la ley primera de la república. Muchos jubilados no se desvinculan de la realidad y mantienen relaciones sociales y familiares, sobre todo las mujeres que realizan las tareas domésticas y asumen otras labores, como el cuidado de nietos y de otros mayores, mientras algunos continúan con su vinculación profesional.

Según el Plan de Acción de Cuba sobre el Envejecimiento,⁸ en la actualidad es necesario dirigir los esfuerzos hacia el desarrollo de la educación y la promoción sobre el envejecimiento para crear imágenes positivas y promover la vejez como tema de importancia social general en donde todos participen, así como hacia la genera-

lización de programas de educación permanente para las personas de edad avanzada, y el establecimiento de programas de preparación para la jubilación que dignifiquen la vejez como etapa vital. Acerca de esta edad afirma dulcemente Martí: “¡Qué encanto tienen los cabellos blancos! Parece que viene de alto lo que viene de ellos. Las puerilidades mismas están llenas de gracias en los ancianos. Se le ve como a veteranos gloriosísimos que vuelven heridos de una gran campaña”.⁹

Los medios de prensa deben seguir trabajando para que se reconozca su papel en la sociedad, pues como dice Martí: “Cuando habla un anciano el alma descansa, confía, espera, sonreiría si tuviera labios, y parece que se dilata en paz”.¹⁰

El anciano puede asumir un punto de vista positivo y reconocer que en compensación con las pérdidas que sufre con la vejez, hay en la vida, en su edad, otros bienes y valores espirituales, culturales, que no se aminoran o menoscaban con el tiempo, sino que justamente se acrecientan y enriquecen.

Hay oportunidades en la esfera social de compensar la disminución de los contactos e intereses sociales, como suele ocurrir en dicha etapa, con la apertura de nuevas relaciones y con el afianzamiento de amistades, como se manifiesta en los círculos de abuelos, casas de abuelos y la Universidad del Adulto Mayor, de creciente desarrollo en Cuba.

Dentro de la esfera espiritual y cultural es posible que se invierta el patrón vital y ocurra una ampliación de sus intereses y actividades culturales, a causa del mayor tiempo disponible. La amistad y la cultura son cosechas que se benefician con el añejamiento del tiempo.

En la realidad, el análisis y comprensión de la tercera edad se inicia al entender la relación existente entre el envejecimiento de la población y la vida social, y por que las políticas sociales hacia este grupo etéreo eliminen el estado de dependencia que originan en el adulto mayor.

Debemos romper, eliminar, los estereotipos culturales dominantes que reducen el estado social del anciano y consideran a los viejos como carga económica, desvinculada de la realidad social. Para ello es necesario desarrollar una transición sociocultural que favorezca su participación activa en la sociedad, y por tanto la divulgación del pensamiento martiano puede ser un motor impulsor de estos valores.

La vejez puede significar para el adulto mayor sano la culminación del desarrollo de la personalidad y de la propia individualidad, pero también el logro de un modo de ser más profundo y auténtico, y de tener una mayor paz interior y armonía con los demás.

Numerosas investigaciones han mostrado que la tercera edad no tiene necesariamente que ser un período de la vida en el que predomine o se haga inevitable un deterioro fatal de las capacidades físicas e intelectuales. Si los ancianos muestran la necesaria motivación y la intención de mantener un estilo de vida productivo, y se les propician las condiciones para desenvolverse en un entorno estimulante, en donde se reconozcan y estimulen los esfuerzos por alcanzar determinados logros, como la participación en actividades de diversa índole, la senectud puede evitarse o demorarse, según plantean también algunos investigadores. Martí enfatizó que entenece de veras la presencia de los ancianos y recomendó que en la calle uno debía ante ellos quitarse el sombrero como un gesto de veneración.¹¹

Para las sociedades que se apoyan en las tradiciones y costumbres, la vejez representa la memoria colectiva. El Apóstol escribía en otra ocasión refiriéndose a ello:

¡Oh, hombres ancianos, regocijo del espíritu, gusto de los ojos, orgullo para los que nacemos, y gala y lustre rica de las copiosas memorias de la patria!

Así se piensa y se ama, cuando de un cuerpo viejo y abrumado, se ve brotar ciencia gustosa por los labios trémulos, confianza en las miradas vivas, entusiasmo consolador en los ojos perpetuamente

juveniles. Rejuvenece esa vejez; nace algo en esos cuerpos que van ya camino del yacer aparente del sepulcro.¹²

Los sujetos que envejecen de forma adecuada utilizan y disfrutan todas las posibilidades que existen en su entorno social, en sus propias personas, y están preparados para aceptar las propias limitaciones, la disminución de sus fuerzas, pero no renuncian a mantener, dentro de rangos razonables y posibles, determinados niveles de independencia y autodeterminación. Esta frase que dice Martí a su amigo Serafín Sánchez en una de sus cartas puede ser un buen consejo para nuestros ancianos en este sentido: “Lo que importa ahora es andar a paso de luz, y que cada diente encaje en su ranura”.¹³

Un gran error generalizado con el cual viven muchas personas, entre ellas muchos viejos, es el prejuicio de creer que la vejez es un período de declinación, deterioro y caos, en todos los sentidos.

Los síntomas atribuidos a la vejez son la consecuencia de un estilo de vida inactivo, pasivo, desanimado, solitario y no en sí el resultado de la edad. Lo que es más impresionante, tales cambios pueden ser revertidos si la persona asume una vida activa, dinámica, animosa y con motivos que le den sentido a su existencia como realizar actividades útiles y atractivas y mantener un nivel aceptable de participación social, es posible lograr la maravilla de un rejuvenecimiento y conseguir “atrasar” el reloj biológico algunos años. Al respecto Martí afirmó: “¡Cómo regocija ver a un anciano erguido y trabajador!”.¹⁴

Existen numerosas instituciones e individuos que deben convertirse en este sentido en protagonistas, pues ellos pueden ser uno de esos motivos o actividades, o también propiciarlos. Estas actividades animan a la juventud para entender, favorecer y servir a los adultos mayores dependientes, frágiles, como parte del servicio de la juventud a la comunidad. Recordemos que el Apóstol manifestó: “[...] ellos son como el ornamento, y la mejor fuente de fuerzas de la vida ¡Qué ejemplo, un anciano sereno! ¡Qué domador de fieras,

todo anciano! ¡Cuán bueno ha de haber sido el que llega a esos años sonriendo!”.¹⁵

Si observamos detenidamente a nuestro alrededor, notaremos cómo algunas personas parecen olvidar que fueron los más viejos quienes educaron y ayudaron a convertirse en hombres y mujeres a los ciudadanos de hoy; los que compartieron con nosotros los buenos y malos momentos, y están siempre listos para cuidar a los más pequeños. Por eso, cuando no son bien cuidados, atendidos o tenidos en cuenta, nos irrespetamos e infligimos daños a nosotros mismos.

Atacados de esa suerte de amnesia, hipotecamos el futuro afectivo, porque aunque los hijos no siempre escuchan a sus padres, en general siguen su ejemplo. Razones esenciales y más que válidas para que luchemos por despojar a la sociedad de estos males, pues mañana seremos adultos mayores y deseáramos encontrar en nuestros hijos caricias, sonrisas y besos, como expresiones de afecto, ya que comprensión y apoyo no se compran en la farmacia y hacen mucho bien.

Prepararnos para convivir con los ancianos se convierte para el hombre en una tarea vital y apremiante, si tenemos en cuenta que la población mundial envejece a paso acelerado. Un artículo de José Martí en *Patria*, el 28 de diciembre de 1893, nos hace reflexionar sobre esto: “¡Ah! ¡qué culpa tan grande es la de no amar, y mimar, a nuestros ancianos!”. Y agregó en el citado trabajo: “Oh, qué bien hace el que consuela a los ancianos”.¹⁶

La prolongación de la vida es uno de los grandes avances del siglo XX, y la realidad muestra que ni la familia ni la sociedad están preparadas para que un porcentaje tan alto tenga edades avanzadas. Ello exige un cambio en las necesidades sociales y mayores demandas, así como la previsión de cómo va a vivir en el futuro esa población que es cada vez más numerosa.

Ha sido, y es, la solidaridad uno de los grandes valores que caracteriza nuestra identidad de cubano. Y ello se ha demostrado en estos años difíciles de período especial. La solidaridad (cordialidad)

humana se ha superpuesto a nuestras limitaciones de todo tipo, y gracias a ella hemos podido triunfar en casi todos los terrenos; he ahí la importancia de su constante formación en los jóvenes. Sólo ella podrá levantar los ánimos y el espíritu de lucha contra los males que aún se afrontan en nuestra sociedad. Al respecto Martí dijo: “Contra la soberbia de camarilla; contra la libertad caída, la cordialidad humana”.¹⁷

El respeto es una de las cualidades que debe distinguir a las generaciones actuales; el que no respeta no es digno de ser respetado, pues no se respeta a sí mismo ni a los demás. Es un valor de plena vigencia en el pensamiento martiano que debemos cada día cultivar en todas las personas. El respeto a las personas mayores es esencial para fortalecer la unidad en toda la sociedad y se contribuya al logro de mayor calidad de vida en los adultos mayores, porque como planteaba el Apóstol: “El que respeta se honra tanto como el respetado [...]”¹⁸ y “Se respeta lo que se ve unido, y a lo que no se ve unido no se le respeta”.¹⁹

El amor es uno de los más grandes sentimientos y valores de la humanidad. Sin él no hay ni podrá haber nada. El amor a los mayores de la familia y de la comunidad donde se vive y trabaja es algo supremo en el hombre como especie humana, y como tal lo identifica y lo distingue de los demás seres que habitan el planeta. El amor implica fidelidad, obligación y sacrificios. No se podrá amar con entereza y dedicación si no hay sacrificio en ello. Es un valor imprescindible en la formación integral de las personas. Porque como dijo el Maestro, “Sólo el amor engendra melodías [...]”,²⁰ y también expresó: “En la pintura, como en el amor, el más grande y singular mérito es la fidelidad”.²¹

Resulta esencial inculcar en los jóvenes el amor y el respeto por las personas de la tercera edad, pues estamos obligados a hacerles el bien, por el bien que de ellos hemos recibido siempre.

En muchos países existe un fuerte reconocimiento del potencial que representan las personas de edad avanzada para beneficiar a los jóvenes y acerca de la necesidad de reconstruir los puentes y los

contactos entre las generaciones. Sin embargo, la comprensión conceptual de por qué esto es importante, cómo opera y lo que puede alcanzarse, todavía está casi en pañales.

El pensamiento martiano constituye el mejor código de ética universal. Sus palabras están vivas y tienen gran repercusión en la formación de muchas generaciones de cubanos y otros pueblos del mundo.

Las ideas martianas sobre la población que ha llegado a ser adulto mayor tienen gran valor axiológico, aspecto de gran importancia teniendo en cuenta que el creciente envejecimiento de la población se ha convertido en la actualidad en un fenómeno que despierta el interés en todas las sociedades. Se hacen necesarias hoy más que nunca, si tomamos en consideración su número creciente en la sociedad cubana, su papel en la familia y los valores que se pueden formar, consolidar y orientar en este sentido.

Si fomentamos un envejecimiento favorable y una vejez activa, desde hoy estaremos en condiciones de tener mañana una “una sociedad para todas las edades”.

El pensamiento del Apóstol abarca diversos aspectos de la vida y constituye referencia obligada en numerosas investigaciones y estudios actuales. Todavía no se ha terminado de estudiar a Martí, fuente de conocimiento y de valores. Hoy, a 115 años de su muerte, nunca nos ha faltado, porque supo con su actuar convertirse en la conciencia de su Cuba, de América y de la causa universal de la dignidad humana.

Notas

¹ Martí José. “La República argentina en el exterior”, *La Nación*. Buenos Aires, junio 22 de 1888. *Obras completas*. Editorial Nacional, La Habana, 1963, t. 7, p. 337.

² _____. “México”, *Revista Universal*, agosto 12 de 1875. *Ibidem*, t. 6, p. 305.

³ _____. “Impresiones de América 1” (traducción), *The Hour*, 10 de julio de 1880. *Ibidem*, t. 19, p. 108.

⁴ _____. *Epistolario*. Editorial de Ciencias Sociales, La Habana, 1993, pp. 366-367.

También puede consultarse en: “A José García”, febrero 1887. *OC*, t. 20, p. 319. [N. de la E.]

⁵ _____. “A su hermana Amelia”. Nueva York, 1880. *Ibidem*, t. 20, pp. 287-288.

⁶ _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 5, 1881. *Ibidem*, t. 21, p. 164.

⁷ _____. “México”, *Revista Universal*, mayo 13 de 1875. *Ibidem*, t. 6, p. 201.

⁸ *Propuesta de Plan de Acción de Cuba sobre el envejecimiento*. Ministerio de Salud Pública de Cuba, La Habana, octubre 2001.

⁹ Martí, José. “Libro nuevo. Los recuerdos de un octogenario”, *La América*, Nueva York, febrero de 1884. *OC*, t. 8, pp. 314-315.

¹⁰ _____. *Op. cit.* (7).

¹¹ _____. “La campaña electoral en los Estados Unidos”, *La Nación*, Buenos Aires, octubre 11 de 1888. Nueva York, agosto 30 de 1888. *Ibidem*, t. 12, p. 45.

¹² _____. “México”, *Revista Universal*, 12 agosto 1875. *Ibidem*, t. 6, p. 305.

¹³ _____. “A Serafín Sánchez”, Nueva York, diciembre 7 de 1893. *Ibidem*, t. 2, p. 454.

¹⁴ _____. “Sección Constante”. *La Opinión Nacional*, abril 22 de 1882. *Ibidem*, t. 23, p. 274.

¹⁵ _____. “Cartas de Martí”, [Al señor director de *La Nación*], Buenos Aires, febrero 25 de 1883. *Ibidem*, t. 9, p. 368.

¹⁶ Batle Blanco, Sergio Jorge. *José Martí: aforismos*. Centro de Estudios Martianos, La Habana, 2004, p. 38.

También puede consultarse en: “Eusebio Guiteras”. *OC*, t. 5, p. 270.

¹⁷ Batle Blanco, Sergio Jorge. *Ibidem*, p. 271.

También puede consultarse en: “Fragmentos”. *OC*, t. 22, p. 81.

¹⁸ Martí, José. “A ‘La Colonia’”, *Revista Universal*, México, 27 mayo 1875. *Ibidem*, t. 1, p. 128.

¹⁹ Valdés Galarraga, Ramiro. *Diccionario del pensamiento martiano*. Editorial de Ciencias Sociales, La Habana, 2002, p. 605.

²⁰ Martí, José. “Crin hirsuta”, *Versos libres*, *Ibidem*, t. 16, p. 183.

²¹ Valdés Galarraga, Ramiro. *Op. cit.* (19). p. 29.

Algo más que vi en Martí

Lianne Guerra Rondón

“Mientras el hombre dure, la representación de la personalidad humana será lo que más le conmueva e interese”.¹
José Martí

Son muchas las ideas que en este momento invaden mi cabeza, tantas..., después de haber releído las obras consultadas que, sin dudas, me abruma pensar en cuántas frases quedarán fuera, cuánto de lo dicho por el Apóstol no formará parte, por lo menos por ahora, de este ensayo. Un estudio minucioso como los realizados por los grandes investigadores del Maestro, sin dudas llevaría mucho tiempo. Aunque resulta agotadora la lectura de sus trabajos, sin dudas el deseo de dilucidar su esencia, y la ilusión de avanzar y encontrar lo que se busca, lo que se quiere demostrar, son las mayores recompensas a años de estudio inconmensurable.

La pasión que está despertando en mí la Psicología, y la que ya existía por Martí, han hecho en mi mente una alianza muy fuerte, donde la conexión ha sido un interés novedoso por la base filosófica en las Ciencias Sociales y la epistemología en mi carrera.

La historia de la Psicología como ciencia, estuvo antecedida por los problemas filosóficos que durante años fueron las interrogantes o móviles del pensamiento pre-científico. Después de su articulación como ciencia, separada de la Filosofía, comenzó otra difícil labor que consistió en la implementación de un objeto de estudio.

José Martí, como pensador de su tiempo, estuvo al tanto e influenciado por todo el conocimiento que se produjo y continuaba en producción. Pero su genialidad radica no en el hecho de tildarlo como psicólogo, sino en la conexión de sus ideas con argumentos psicológicos que fundamentan esta ciencia. Por tanto, no me corresponde, porque además conozco del trabajo que ya se ha hecho

con este objetivo, demostrar la existencia de un Martí psicólogo, sino que pretendo aportar a esa teoría, otras muchas razones que se me revelaron en la lectura de su obra, específicamente de las *Obras completas*, y en particular de los “Cuadernos de apuntes” para corroborar el trabajo del doctor Diego González Serra, entre otros. Entonces, puedo alegar en mi defensa que concibo este trabajo como otro de los innumerables comentarios que se le ha hecho y seguirán haciéndose a la creación martiana.

Quisiera acotar que por tratarse de textos pertenecientes a los “Cuadernos de apuntes”, en donde Martí anotaba reflexiones, ideas vagas en ocasiones, que podía o no, luego, enhebrar con sus artículos o publicaciones, pudieran parecer ideas inacabadas, como para una interpretación desde mi mirada y fuera de un contexto específico en el cual pudieran insertarse y encontrarles mayor significación. Pero por ser parte de su obra, creo que merecen un análisis exhaustivo o no, en mi caso, de cuánta conexión existe en su imaginario con obras posteriores que se cuentan entre la bibliografía psicológica.

El 24 de octubre de 1874, después de haber obtenido en el mes de febrero la licenciatura en Derecho Civil y Canónico, el Apóstol se gradúa de licenciado en Filosofía y Letras. Es decir, que conoció el sistema de principios filosóficos de Descartes, Fichte, Condillac, Hume, Schelling, Kant, Aristóteles, Pitágoras, Platón, Pirrón y otros, de quienes supo extraer la esencia y desarrollar su propia concepción para dar respuesta a las interrogantes que sobre el mundo le surgían.

Se trata entonces de un análisis de ideas que se encuentran enclavadas primeramente en un período juvenil, es decir, durante sus estudios en España cuando se produjo su primera deportación; el período de 1878 a 1882, y luego sus apuntes sobre su estancia en los Estados Unidos, específicamente en Nueva York.

Puede comenzarse con la siguiente idea:

El lenguaje es humano.—El espíritu fuera de la forma del hombre no es humano. El medium no habla por sí. ¿Cómo entonces

ha de hablar un lenguaje humano el espíritu que no lo es? ¿Cómo habla siempre el lenguaje del médium?

Dos mediums de idénticas condiciones consultan a un mismo espíritu sobre una misma materia. Y las dos respuestas son diferentes.²

Aquí Martí hace alusión a dos ideas, en las cuales su máximo exponente fue L. S. Vygotski, representante de la psicología soviética que se desarrolló teniendo como base filosófica y metodológica al marxismo; estas son el problema del lenguaje y lo que interpretó como categoría “vivencia”. Alega que el lenguaje es una forma privilegiada de la comunicación entre los seres humanos, que nos diferencia del resto de los animales. En cuanto a lo que considero categoría “vivencia”, debe decirse que Vygotski³ la entendió como fundamental para comprender cómo el medio o entorno afecta el sistema de necesidades y motivos del sujeto y la actitud que él mismo adopta hacia la realidad externa. O sea, que cuando Martí expresa que ambos mediums consultan un mismo espíritu en situaciones similares, incluso así las respuestas de estos son diferentes, tendría que ver con la forma en que cada sujeto atrapa la realidad y la interpreta.

Martí también plasmó lo que para él era ciencia, influenciado por supuesto por los conceptos que con anterioridad existían, la considera como

[...] la verdad única, generadora y matriz de todo género y toda clase de verdades.

Ella, [...] se abre y se esparce en ciencias múltiples y verdades inferiores y distintas.

[.....]

[...] las ciencias van a una verdad y apenas el espíritu generalizador entra a estudiarlas descubre en ellas principios de una a otra, principios comunes, base común de ciencias diferentes que dice como todo va de la ramificación al tronco uno.⁴

Aquí se evidencia con claridad la noción de ciencia de Martí que coincide con la idea de ciencia del paradigma positivista, el

cual planteó los presupuestos y principios de ella y los límites con la pseudociencia. El primero en elaborar los principios científicos fue Comte, quien estableció como norma la objetividad, la predicción y el control.

Ligado a esta noción argumenta: “Hay ciencia humana y extrahumana. La humana tiene límites; sabe, y de todo lo que sabe, está cierta. En la extrahumana, nada sabe el hombre, ni de nada está cierto. Hasta aquello de lo que se está cierto, hasta allí llega, la ciencia del hombre”.⁵ Corrobora de esa manera el hecho de cuán real es el conocimiento que produce la ciencia y lo separa de lo que llama ciencia extrahumana, que entiendo hace referencia a los procesos internos, a nivel de la subjetividad humana, o sea, lo que denominaban alma, espíritu. En esos tiempos, el conocimiento procedente de lo no observable o medible era pseudociencia. Es importante reconocer que, aunque en ese momento histórico esta noción era la dominante, Martí no elimina la ciencia extrahumana, sino que reconoce el escaso conocimiento que existe sobre esta. Además expone, muy implícitamente, el principio de la negación de la negación, al expresar que de nada está seguro el hombre y que cuando así sea, ya no se construirá ciencia. Le agrega al conocimiento científico la idea de estar en constante renovación y descubrimiento, donde las cosas son reales hasta que dejan de serlo.

Y continúa diciendo que existen tres cuestiones, que constituirán proceso, para fabricar el conocimiento. Serían:

- 1.–Si estamos ciertos de algo:
- 2.–En qué se funda la certeza:
- 3.–Cómo adquirimos la certeza:⁶

Con esas ideas amplía el basamento del conocimiento, si lo entendemos desde la lógica de la epistemología que sería: qué entiendo por conocimiento y qué hago para atraparlo.

Saltando a otro de sus pensamientos, expresa su noción de conciencia, vista como la “Ciencia de nosotros mismos. Sabemos por conciencia todo aquello que experimentamos. Conocimiento de todo lo que en nosotros pasa. Ella conoce todo lo del individuo–

individual–todo lo que puede sucederle–contingente”.⁷ Hallando una analogía con la producción psicológica, A. N. Leontiev,⁸ la conceptualizó como el reflejo generalizado, estable y permanente de la realidad objetiva y subjetiva, la cual regula, controla y dirige el comportamiento posterior de las personas. Y agrega el Apóstol refiriéndose al inconsciente: “La vida humana es una ciencia, a cuyo conocimiento exacto no se llegará jamás. Nadie confesará jamás completamente sus desfallecimientos y miserias, los móviles ocultos de sus actos, la parte que en sus obras ejercen los sentidos [...]”.⁹ Aquí plantea el objeto de estudio del psicoanálisis freudiano y hace una interpretación de los contenidos que se almacenan en el inconsciente y que actúan como pulsiones en el sujeto, siendo este esclavo de sus deseos más íntimos.

Expuso también un tema de marcada connotación y recurrente en la Psicología de la Gestalt, una de las escuelas que mediante el método de la experimentación, se dedicó a desentrañar procesos como las sensaciones, vistas por Martí como la resultante en la transmisión de información a través de los sentidos, además afirma:

Las sensaciones son producidas por los objetos exteriores.

[.....]

[...] es lo que va de lo exterior al yo pensante [...].

No puede existir, pues, una sensación, ni el conjunto de las sensaciones es suficiente para hallar la verdad fundamental.¹⁰

Aquí se refiere a la construcción de percepciones a través de las sensaciones y plantea directamente una verdad de la psicología de la Gestalt, donde en la percepción, el conjunto puede eclipsar a la suma de las partes. Es decir, la percepción sería el proceso mediante el cual extraemos la información del medio con gran precisión y casi siempre de manera correcta, y que se logra por la interacción físico/fisiológica entre algún tipo de energía y alguna parte del organismo.

Continúa diciendo que “Las sensaciones obran sobre la memoria. Despiertan el recuerdo de los hechos”.¹¹ Esta idea demuestra

todo un proceso de reflexión e introspección que indudablemente realiza el Apóstol cuando elabora estos pensamientos, pues la frase revela un elemento definitorio en el proceso perceptual que realizamos los seres humanos y es la utilización de *representaciones mentales*. Este concepto explica cómo se percibe el objeto y se contrasta con los almacenados en la memoria, y de este modo se puede reconocer de qué objeto se trata. Y luego argumenta que “La representación no es explicable; pero es cierta. No sé cómo la cosa se representa en mí, pero sé que se representa, y sé que la conozco por la representación que en mí veo de ella”.¹²

Refiriéndose a lo que interpreto como ciclo perceptual expone: “El alma es la facultad de observar, juzgar y transmitir, en cuanto piensa,—recibir impresiones en cuanto siente,—y causárselas y causarlas, en cuanto se mueve”.¹³

También Martí habló de otros conceptos como el pensamiento y la inteligencia, estudiados por la Psicología cognitiva (tiene como interés desentrañar y comprender la mente humana). De una manera más clara y contrastable con lo que pudiera ser una idea vaga de lo que las personas entienden por pensamiento, dice:

El pensamiento es comunicativo: su esencia está en la utilidad, y su utilidad en su expresión. La idea es su germen y la expresión su complemento. Un espontáneo impulso, hasta por su naturaleza impalpable y etérea, ordenado, lo lleva hacia fuera, fuera de nosotros, hacia arriba [...]. Es incorpóreo, porque está hecho para la reflexión hacia la eterna vida, para el esparcimiento, anchura y extensión”.¹⁴

Y refiriéndose a la inteligencia plantea: “La inteligencia y la imaginación tienen cualidades de esencia distinta; el estudio reflexivo, que dañaría a la imaginación, a la inteligencia es necesario y aprovecha”.¹⁵ Esta expresión corrobora la concepción asumida para el estudio de la inteligencia que tiene una determinación biológica, pero que el medio o ambiente estimula las potencialidades del individuo. Es decir, que como plantea Martí, el estudio sería el potenciador del Cociente de Inteligencia (CI).

Ahora bien, fuera ya de la Psicología cognitivista, hay una frase del Apóstol que revela una de las categorías más importantes, o la más importante dentro de los aportes de la Psicología soviética, y es la Zona de Desarrollo Próximo. Esta categoría, según Domínguez¹⁶ destaca el vínculo existente entre el nivel de desarrollo real, es decir, lo que el niño puede hacer solo, sin ayuda del adulto, y el nivel de desarrollo potencial, el cual refleja lo que el niño puede hacer con la ayuda del otro. Esta frase es: “De una lámina de Prometeo dijo Ernesto: Papá: Una gallina está mordiendo a un hombre. Cosa igual, iluminando espíritus distintos—de cosas distintas. Conciencia hecha y conciencia sin hacer.—Conocimientos adquiridos. Le pareció gallina el buitre. No sabía”.¹⁷ O sea, el niño todavía no puede distinguir entre el buitre y la gallina, pues hay características comunes que, como expliqué antes, se reconocen a través de representaciones mentales, y por tanto tiende a asumir que ambos son el mismo animal. Este sería el desarrollo real, la identificación errónea que hace el niño del animal. Luego su padre puede corregirlo y explicar las diferencias entre ambos animales, y de este modo la próxima vez el niño, con la supervisión del adulto, puede identificar al animal correctamente.

En otra idea pude reconocer una alusión a lo que constituye en Psicología la Tercera Fuerza o la psicología humanista. Uno de sus representantes es G. W. Allport, quien plantea el concepto de personalidad madura, que permite, entre otras cosas, la autorregulación del sujeto. Un nivel en el cual sin la influencia externa se es capaz de regular el comportamiento. Esta idea es: “Yo quiero educar a un pueblo que salve al que va a ahogarse y que no vaya nunca a misa”.¹⁸

Refiriéndose a los conflictos que a menudo tenemos, da una elaboración tal vez conceptual que sería entendida a través del dolor como resultado “[...] de la inconformidad de la naturaleza sentido—el alma—con la existencia real”.¹⁹

En relación a cómo el hombre se autovalora, proceso que nos acompaña durante toda la vida como valoración de sí mismo e implica la definición de juicios valorativos en términos del bien

o el mal del propio comportamiento, José Martí alega: “Ni ningún dogma mental impuesto por la educación a la mente, obra con tanta eficacia y certidumbre como éste que viene al hombre de sí mismo”.²⁰ Significa que la forma como nos percibimos va a influir directamente en las trabas que nos imponemos consciente o inconscientemente. Cómo nos percibimos será uno de los móviles que determinará el comportamiento.

Otra de las ideas que considero demuestran el pensamiento futurista del Apóstol, es la que interpreto como referencia al enfoque de la Complejidad, el cual constituye una epistemología surgida un siglo después de su muerte y que sin embargo, plantea principios con una relación directa a las del citado enfoque:

Tal como se la busca, no existe en ningún orden intelectual, la ciencia trascendental. Existe distinto género de cosas, y cada una de ellas es una verdad, y cada género hace género distinto de verdades [...].

[]

Ni existe el principio absoluto de los conocimientos humanos que busca Fichte con tanto afán en su Doctrina de la Ciencia. En cada ser hay un principio de conocimientos; pero no es un conocimiento principio de los demás; es una inteligencia capaz de conocimientos y dispuesta a conocer. Las cosas hacen impresión en ella, y ella conoce las cosas; he aquí como los conocimientos se comienzan y se forman.

El principio de conocimiento de las cosas está en las cosas mismas. Se conocen tantas cosas como cosas hay. Cada cosa es principio de conocimiento de sí. El universo es la reunión de todas las cosas, lo que implica reunión de todos los principios del conocer de las cosas. El universo es el principio de los conocimientos humanos.²¹

La Teoría de la complejidad, según Edgar Morin,²² aspira a un pensamiento no parcelado, no dividido, no reduccionista, que reconoce lo inacabado, y yo argumentaría diciendo que no por ello lo tilda de pseudociencia. Martí coincide cuando reconoce que hay tantas cosas como en el mundo puedan existir; asimismo agrega

un toque ambientalista, al darle peso al universo como creador, y de esta misma forma aboga por la Teoría de la complejidad, donde adquiere mayor peso la articulación de realidad y verdad, de concepción del mundo y un exterior que sea potenciador, que ofrezca dinamismo y libertades para lograr la satisfacción de necesidades y motivos.

La complejidad impulsa la interdisciplinariedad, y sería demasiado atrevido, más aún, si dijera que Martí lo sugiere al negar un principio absoluto y colocar en cada ser la responsabilidad de producir el conocimiento. En todo momento aboga por la libertad del hombre.

Se trataría de otra interpretación que, al igual que las antecedentes, pretende entender un poco más la grandeza del Apóstol a través de su ideario filosófico y encontrar una red que permita establecer conexiones entre las ideas despertadas en mí por el estudio de la Psicología. Más que hallar un significado equívoco a la filosofía martiana, pretendo entrelazar los conocimientos, de manera que pueda ver la ciencia no parcelada y ajena a los procesos cotidianos, sino en constante aporte e integración a estos, porque es de la cotidianidad de donde surgen las interrogantes que producen ciencia.

En este trabajo queda plasmado entonces un acercamiento, aunque no ingenuo, sí inacabado; pues queda fuera un análisis del pensamiento político que significaría una evolución en el pensamiento psicológico. Resta para posteriores trabajos el análisis de su prolífera obra en otros períodos.

Sería imposible terminar sin hacer alusión a uno de sus poemas, “Redención”, de uno de los “Cuadernos de apuntes”, el número dos. Entre sus versos, encontré estos que también abogan por la espiritualidad, el triunfo de la individualidad, de la manera más pura, de la forma en la que propone desde siempre la libertad plena del hombre:

Cuánto fui: cuánto soy: cuánto se encierra
 En esta alma en la tierra encadenada
 Que rota por el peso de la tierra
 Sin vivir ni morir vive enclavada

Cuanto en mis horas de mayor locura
 La locura de un Dios en mí germina
 Triunfe el alma con audaz bravura
 Sin forma vil y mísera y mezquina.²³

Notas

¹ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 1. En: *Obras completas*. Editorial Nacional de Cuba, La Habana, 1965, t. 21, p. 142.

² _____. *Ibidem*, p. 43.

³ Citado en Domínguez, L. *Psicología del desarrollo. Problemas, principios y categorías*. Editorial Félix Varela, La Habana, 2007.

⁴ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 2, OC. t. 21, p. 52.

⁵ _____. *Ibidem*, p. 49.

⁶ Ídem.

⁷ _____. *Ibidem*, p. 63.

⁸ Citado en Campa, D. *Surgimiento de la conciencia*. Artículo digital, 2006.

⁹ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 4. OC. pp. 137-138.

¹⁰ _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 2, *Ibidem*, p. 53.

¹¹ _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 4, *Ibidem*, p. 159.

¹² _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 2, *Ibidem*, p. 59.

¹³ _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 1, *Ibidem*, p. 17.

¹⁴ Citado en González, D. *Martí y la ciencia del espíritu*. Editorial SI-MAR S.A., La Habana, 1999.

También puede consultarse en Martí, José. “Extranjero”, *El Federalista*, México, 16 de diciembre de 1876. OC. t. 6, p. 361. [N. de la E.]

¹⁵ Martí, José. “Escenas mexicanas”, *Revista Universal*, México, 26 de octubre de 1875. OC. t. 6, p. 351.

¹⁶ Domínguez, L. *Op. cit.* (3).

¹⁷ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 4. OC. t. 21, p. 133.

¹⁸ González, D. *Op. cit.* (14).

También puede consultarse en Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 1, OC. t. 6, p. 16. [N. de la E.]

¹⁹ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 3 OC. t. 21, p. 113.

²⁰ _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 5. *Ibidem*, p. 169.

²¹ _____. “Cuadernos de apuntes”, Número 5. *Ibidem*, pp. 55-56.

²² Citado en Morán, L. *De la teoría de la complejidad a la filosofía intercultural: hacia un nuevo saber*. Artículo digital, Universidad de Zulia, Maracaibo.

²³ Martí, José. “Cuadernos de apuntes”, Número 5. OC. p. 71.

Autores

Bello Expósito, Elizabeth

La edad, la gloria y la estatua...
 21 años

Dirección: Calle Aricochea # 179
 e/ Carretera Central y 8ª. Rpto.
 Pareras. CP 80100

Provincia: Holguín

Centro de estudios: Universidad de
 Holguín Oscar Lucero Moya. Fa-
 cultad de Ciencias Sociales. Sede
 Celia Sánchez Manduley

Carrera: Periodismo

4º año

Salgado Martínez, Mario Israel

Acercamiento martiano a la fi-
 tototerapia. Vigencia

Edad: 23 años

Dirección: Martí # 61, apto. 4 e/
 San Pablo y República

Provincia: Camagüey

Centro de estudios: Universidad
 de Ciencias Médicas Carlos J.
 Finlay

Carrera: Medicina

5º año

Correo: smmario@iscmc.sld.cu

Guerra Rondón, Lianne

Algo más que vi en Martí

19 años

Dirección: Calle 45 # 5614 e/ 56
 y 58. La Ceiba. Municipio Playa

Provincia: Ciudad de La Habana

Centro de estudios: Facultad de
 Psicología. Universidad de La
 Habana

