

---

### El secreto de Watanabe

Por: Vladia Rubio / CubaSí

09/03/2020



Lo que puede la sonrisa: llegar a los 112 años.

Alcanzar los 112 años y 355 días de edad es todo un récord, y así lo confirmó el libro Guinness, cuando, a principios de este mes, confirió al japonés Chitetsu Watanabe el certificado que lo acreditaba como el hombre vivo más longevo del mundo.

Pero no pudo disfrutar por demasiado tiempo su singular condición; unos doce días después falleció, el 23 de este febrero.

Lo que sí disfrutó a plenitud fue su larga vida, en general. No ponerse furioso y siempre tener una sonrisa en el rostro fue el secreto de su longevidad.

Así lo había declarado el propio Watanabe —nacido el 5 de marzo de 1907, en la prefectura de Niigata— durante una entrevista que concediera a un periódico local en enero del pasado año.



Su nuera, Yoko Watanabe, esposa del primer hijo de Chitetsu, lo confirmaba más adelante: «He vivido con él durante más de 50 años, y nunca lo he visto alzar la voz o enojarse. Él también se preocupa por los demás. Cuando estaba trabajando en mi pasatiempo de retazos, él fue quien más elogió mi trabajo. Creo que haber vivido con una gran familia bajo un mismo techo, mezclarse con sus nietos y bisnietos, también lo ayudó a mantener una sonrisa en su rostro».

Sin dudas, la larga y placentera existencia de este anciano, quien hasta el verano anterior hacía ejercicios, origami, caligrafía y ejercicios de matemáticas, demuestra cuán importante es sonreír.

Pero no como expresión congelada en los labios, sino sintiéndolo desde el corazón. La compañía y el valor de la familia tributan mucho a eso, según también lo había ratificado este japonés, a quien le encantaban los postres con crema y hasta su jubilación trabajó en la agricultura cultivando frutas y verduras.

Sonreír desde el convencimiento y la gratitud, desde el amor genuino, alarga la existencia. Es uno de los secretos a voces que la humanidad conoce desde hace siglos, pero aún falta mucho por hacer, mucho por luchar, para que este mundo todo sea una gran sonrisa.