

# Sobre el Dolor

**Autora:**

Carmen Aristegui Flores es periodista y analista política en diferentes medios de comunicación.

*“Sufrir es sentir la precariedad de la propia condición personal, en estado puro, sin poder movilizar otras defensas que las técnicas o las morales”.*

**D**ice Nietzsche que las palabras obstaculizan el camino y que algunas se vuelven duras y nos impiden avanzar en el conocimiento. El vocablo “dolor” proviene del latín *doloris* y según el diccionario de la Real Academia Española significa: “1. Sensación molesta y aflictiva de una parte del cuerpo por causa interior o exterior. || 2. Sentimiento de pena y congoja”.

Frecuentemente relacionamos el término “dolor”, al igual que su equivalente en inglés *pain*, con malestares físicos y términos médicos (*algia* es el sufijo griego de “dolor” que da nombre a múltiples enfermedades y tratamientos), pero también puede interpretarse como *distress*, palabra que no se refiere únicamente a una condición concreta, sino a los claroscuros que existen en el terreno de los sentimientos: angustia, sufrimiento, tristeza, etcétera. Así, este concepto puede tener que ver con una pérdida irreparable, con una traición a los principios, con sueños no alcanzados, con la compasión y la empatía por el sufrimiento ajeno.

Más allá del nombre que le pongamos al sentimiento, todos sus sinónimos se refieren ➔



Paulo Vidales/Agencia Reforma



Jorge González/El Universal

a la circunstancia de una persona en estado de vulnerabilidad, y los seres humanos conocemos, a partir de nuestra propia experiencia, lo que significa. El dolor en todos los casos, es un mal. A pesar de la explicación que existe en los diccionarios, la palabra "dolor" no se puede objetivar. No hay una definición específica para este término. No es posible establecer causas y efectos respecto al dolor. Todo depende en qué y cómo le afecta al individuo. Cada quien definirá a su manera qué es el dolor y aun así, nada hay más difícil que traducir el dolor en palabras.

De este modo, el dolor es una realidad irrefutable que nos resulta inexplicable. Cualquiera que sea la fuente de la que proviene, el dolor es siempre inesperado; irrumpe en la vida cotidiana de manera violenta y de improviso y, por si fuera poco, puede ser causado de muchas maneras.

El mecanismo que el organismo utiliza para dar una señal de alarma es el dolor. En algunos casos avisa del peligro y de la enfermedad. En el nacimiento de la medicina hipocrática se expresaba la salud como orden y el dolor como desorden. Es el cristianismo el que, junto a la inteligencia y voluntad, establece la tercera potencia del comportamiento humano: el sentimiento, y comienza, a partir del sufrimiento de Cristo, a interpretar el dolor como un medio para la salvación.

Juan Pablo II, en la carta *Salvifici Doloris*, señala la diferencia entre sufrimiento físico y moral y especifica que el dolor es una experiencia común y universal de los humanos: "El hombre sufre a causa de un bien del que él no participa, del cual es en cierto modo excluido o del que él mismo se ha privado. Sufre en particular cuando debería tener parte -en circunstancias normales- en ese bien y no lo tiene. (...) Solamente el hombre cuando sufre sabe que sufre, y se pregunta la razón de este dolor del mismo modo que se plantea el significado del mal".

Sobre los posibles significados del sufrimiento Juan Pablo II parece advertirnos de que no hay respuestas que puedan ser esclarecidas por los hombres: "Ambas preguntas son difíciles cuando las hace el hombre al hombre, los hombres a los hombres, como también cuando el hombre las hace a Dios. El hombre puede dirigir tal pregunta a Dios con toda la conmoción de su corazón y con la mente llena de asombro y de inquietud; Dios espera la pregunta y la escucha".

No es necesario haber experimentado el dolor para reconocerlo. Podemos ver la televisión sin sonido. Cambiar de canales, ver imágenes sin voz. Aun así reconocemos la sensación del hambre. Sabemos qué se siente en el momento posterior a la penetración del arma y tras el borboteo de la sangre. La mirada sabe cuando lo ve, incluso sin haberlo sentido nunca antes, qué sensación es la del escozor del fuego, la de los pellizcos, la de doblar el cuerpo al estar enfermo, la de un dedo arrancado, la de una paliza; sabe qué siente ese alguien a quien le ve una lágrima, sabe a qué sabe la muerte, la ausencia, la nostalgia. La mirada viaja. En lugares diferentes, no comprende idiomas, tan sólo mira y reconoce siempre, en todas las razas, la sensación del dolor en cuanto la mira.

Según Carroll Izard, investigador de la Universidad de Delaware, existen 12 sentimientos básicos: interés, alegría, sorpresa, tristeza, furia, asco, desprecio, miedo, culpa, vergüenza, timidez y hostilidad hacia uno mismo. Él considera que son innatos, no se aprenden; sólo identificamos cuándo y en respuesta a qué circunstancia los sentimos.

Hombres y mujeres del mundo experimentan escenarios, problemas y situaciones similares que les despiertan emociones análogas. Por ello es posible reconocer la alegría o el dolor en un rostro ajeno. Sin embargo, aunque la imaginación, la empatía y la solidaridad nos permiten intuir el dolor, no nos conceden entenderlo completamente.

El relativista Ludwig Wittgenstein a propósito dice: "Si digo de mí mismo que yo sé sólo por mi propio caso lo que significa la palabra 'dolor'... ¿cómo puedo generalizar ese único caso tan irresponsablemente? (...) Si uno tiene que imaginar el dolor del otro según el modelo propio, entonces ésta no es una cosa tan fácil: porque por el dolor que siento me debo imaginar el dolor que no siento (...) Yo sola-

mente puedo creer que otro tiene dolor; pero lo sé si yo lo tengo (...). ¿Podría entender la palabra 'dolor' quien nunca hubiese sentido dolor?"

Como bien señala el profesor de Sociología y Antropología en la Universidad de Estrasburgo, David Le Breton, en su *Antropología sobre el Dolor*, "para comprobar la intensidad del dolor de otro sería necesario convertirse en ese otro". Añade que el dolor es "un hecho personal, encerrado en el concreto e irrepetible interior del hombre" y el sufrimiento, una experiencia incommunicable. La definición que hace Breton es que sufrir "es sentir la precariedad de la propia condición personal, en estado puro, sin poder movilizar otras defensas que las técnicas o las morales".

El dolor aun cuando pueda ser físico es también subjetivo. Cada persona no sólo lo vivirá a su manera sino que el dolor, de acuerdo a su experiencia, religión y circunstancias propias, obtendrá un significado distinto y será mejor o peor que otras situaciones, incluso se puede preferir la muerte antes que sufrir o viceversa. La praxis médica demuestra que no hay nada que atemorice más a los enfermos que el sufrimiento proveniente de causas desconocidas.

Es en casos así cuando el primer paso para superar el dolor es ponerle nombre. También ayudan las palabras en desventuras sentimentales para desahogar una pena, para aclarar los propios sentimientos y para comunicar. No obstante, todo esto son construcciones culturales, y la manera de vivir los procesos de duelo tendrán que ver con la manera de cada uno de percibir el mundo. El dolor puede funcionar entonces como un punto límite para encontrar el valor que enfrente situaciones que nunca se resolvieron antes, como pulsión de creación o como catarsis. **DOLOR**