



## **EL SENTIDO DE LA VIDA ANTE EL SUFRIMIENTO Y EL DOLOR**

### **INTRODUCCIÓN**

En este mundo, que rinde culto al cuerpo sano, bello en sus múltiples manifestaciones de desfiles de modas y de bustos esculturales, ¿qué sentido tiene el dolor?

Ninguno. Es abominable. ¿Cómo es posible que le haya entrado un cáncer, se haya gastado una fortuna en su posible curación en manos de los mejores doctores de Estados Unidos, si al final muere?

No viene mal pararse un rato para ver la vida desde este punto de vista, aunque te parezca horrible.

**Si eres creyente, la perspectiva cambia de sentido. Es lo que verás en las páginas siguientes.**

**Te aconsejo que las leas despacio, las medites. Y sacarás la conclusión de que el dolor tiene sentido cuando se asume bajo el punto de vista de una fe vivida y en unión con Dios, el único que le da sentido al sufrimiento.**

**Con afecto, Felipe Santos, Salesiano**

**Málaga- noviembre-2006**

## **UNA CUESTION CLAVE**

No sé lo que tú dirías si te pidieran que hablaras de esta realidad humana. Posiblemente te escaquees porque no resulta nada agradable tratar este tema, escándalo auténtico para mucha gente que se cree eterna y con una salud de roble.

Lo voy a hacer desde mi perspectiva cristiana, es decir, la única que me puede permitir acercarme a él con total garantía de que mi dolor es una etapa más en mi vida de cara a la salud y purificación total en el encuentro con Dios, en cuya presencia no hay sufrimiento alguno, sino plena felicidad.

Si quieres, vamos a los diccionarios para ver el significado que dan a esta palabra.

Emplea dos palabras que hay que distinguir : sufrimiento y dolor. ¿Hay una distinción esencial entre los dos ?

Pensarás que es fácil. El dolor hace referencia a lo físico mientras que el sufrimiento se refiere a la moral.

Si te das un martillazo en el dedo, sientes un dolor vivo, que no tendrá grandes consecuencias en tu vida, incluso si perdieras la uña, que eventualmente volverá a salir. Si un ser que te es querido acaba de morir, sientes un gran sufrimiento, que puede acompañarte por largo tiempo. ¿Ves? Una distinción así es demasiado fácil. Incluso la considero falsa, pues supone una visión dualista del ser humano.

Supone una separación entre el cuerpo, por una parte, y, por otra, el espíritu o alma o psique (llama a este elemento como quieras).

*¿Quién sufre?*

Ahora bien, cuando experimentas el dolor o el sufrimiento, sea de origen físico o psicológico, o afectivo, o espiritual, lo que sufre no es tu cuerpo, ni tu espíritu, ni tu corazón, ni tu psique. Lo que sufre es tu “yo”.

En realidad ni el dolor ni el sufrimiento existen –son abstracciones. Lo que existe, son personas que *sufren*.

## *¿De qué prefieres que hablemos?*

Veo que quieres que hablemos de sufrimiento, sea físico u otro cualquiera. Cuando consultas la literatura sobre el sufrimiento- y es muy abundante – en obras filosóficas, psicológicas, teológicas o novelas – te das cuenta de que hay un número casi ilimitado de definiciones sobre el sufrimiento.

Intenta más bien, al menos en un primer momento, ver en tu experiencia de todos los días, cuáles son las realidades diversas a las que, en el lenguaje corriente (que tiene su propia sabiduría) se da el nombre de sufrimiento. Existe el sufrimiento físico de aquel que se da un martillazo en el dedo o, para ser un poco más serio, el de aquel que acaba de fracturarse una pierna en un accidente, pero cuya vida no corre peligro. También existe el sufrimiento de aquel que muere de un cáncer y puede ser un sufrimiento físico tan fuerte que los analgésicos no consiguen calmarlo, sino que se acompaña por un sufrimiento más agudo al ver que se acerca la muerte con la separación definitiva de todos los seres queridos. También existe, aunque muy diferente, el sufrimiento de la mujer que da a luz o el de un atleta que termina su torneo de tenis a pesar de los calambres en las piernas o en los muslos. Existe el sufrimiento del/ de la amante cuyo amor es traicionado o el que acompaña todo fracaso en los estudios financieros, políticos o en la vida familiar. Sería fácil alargar la lista. Sin hablar de las situaciones en las que se dice «no puedo sufrir que

se me hable así » o muy sencillamente «no puedo aguantar a tal persona ».

*¿Y qué me dices de los sufrimientos colectivos?*

En todos los casos mencionados, se trata de sufrimiento individual. Ahora bien, hay también sufrimientos colectivos cuya cantidad nos abrumba o te pone nervioso: los sufrimientos engendrados por las guerras, las agresiones, las ocupaciones militares, las epidemias. En el sufrimiento de un pueblo en guerra, existe el que proviene de las privaciones físicas, pero sobre todo el causado por el hecho de ser humillado, despreciado, ver todos sus derechos humanos más elementales burlados. ¿Quién llegará a imaginar el sufrimiento del pueblo palestino aplastado, humillado, agredido desde hace más de 50 años?. ¿Quién puede imaginar el sufrimiento del pueblo irakí, librado de la esclavitud de un dictador para someterse a una ocupación extranjera? Y no digas nada de tantos países subdesarrollados que no consiguen salir de su estado económico.

*¿Le encuentras sentido a todo esto?*

Tras lo dicho, te formulo la pregunta de otro modo: ¿Tienen sentido todos estos sufrimientos? Y tu respuesta no puede ser ni un simple sí, ni un simple no.

El sufrimiento no tiene sentido en sí mismo. Es la ruptura del sentido. Pero la persona que sufre puede o bien dejarse aplastar, deprimir e incluso destruirse por este sufrimiento .

*¿Qué te parece?*

O bien el sufrimiento puede servir como un trampolín para pasar a una nueva etapa de crecimiento. Entonces el sufrimiento adquiere un sentido. El sentido que puede tener el sufrimiento es el que le conferimos viviéndolo de forma libre y adulta.

Hay que hacer aquí numerosas distinciones. Hay sufrimientos estúpidos que uno se provoca a sí mismo, o por masoquismo, o como consecuencia de un complejo de culpabilidad o de persecución, o a causa de la no-satisfacción de deseos irrealistas o mal gestionados. Este género de sufrimiento lleva siempre a la depresión, al desaliento y a veces al suicidio.

Por otra parte, hay sufrimientos que son inherentes a la existencia humana, como la mencionado de la mujer que da a luz, y la inherente a todas las etapas de crecimiento humano, incluidos los ligados a la enfermedad y a la muerte. Todos estos sufrimientos tienen sentido viviéndolos de forma positiva.

*¿Qué te parecen estas etapas del nuevo sentido del sufrimiento?*

El filósofo Karl Gustav Jung distingue tres pasajes importantes en una nueva etapa de crecimiento en la vida humana – tres crecimientos, en realidad. Y dice que la calidad de nuestra vida subsiguiente depende de la manera como vivamos estos pasajes, que nos dan miedo a todos. Existe el nacimiento a la vida humana, el paso de la adolescencia a la edad adulta y después el gran paso a través de la muerte. El ser humano tiene miedo a lo desconocido. Por eso en niño no sale fácilmente del seno materno. Y si la salida es demasiado difícil, habrá consecuencias permanentes para el resto de la vida.

El adolescente no pasa fácilmente a la edad adulta ; y si las circunstancias hacen este paso demasiado difícil, corre el riesgo de permanecer un adolescente por el resto de sus días, incluso si vive hasta cien años.

Y qué decir del gran paso al más allá que muy pocos afrontan sin miedo. Jesucristo mismo, en el Huerto de los Olivos, sudó sangre con vistas a su muerte próxima.

*¿Te das cuenta del origen del sufrimiento?*

Cada uno de estos pasajes (y muchos otros en general menos dramáticos a lo largo de la vida) tiene miedo porque comportan siempre su dosis de sufrimiento ; y éste proviene del hecho de que no podemos pasar a una etapa nueva de crecimiento sin morir a lo que somos ahora.

Es como el grano de trigo echado a la tierra. Debe morir para convertirse en una espiga de trigo, o como la oruga debe desaparecer para ser crisálida y mariposa. Asimismo no hay crecimiento sin nuevo nacimiento y nuevo nacimiento sin muerte a lo que



somos.

En el Nuevo Testamento, en la carta a los Hebreos, hay una expresión que encuentro extremadamente interesante. El autor habla de los que « que pasan su vida en la esclavitud por miedo a la muerte». ¡ A cuántas esclavitudes no nos sometemos hoy, por miedo a afrontar nuestra mortalidad!

*Te puede ayudar el conocimiento de su etimología u origen*

La etimología de la palabra “sufrimiento” puede ayudarte a comprender cómo el sufrimiento puede tener un sentido. La palabra sufrimiento viene de dos palabras latinas: el prefijo « *sub* » que significa

« debajo de » y el verbo « *ferre* », que significa « llevar ». La palabra implica pues la imagen de un soporte, como el chasis de un coche, que soporta todo lo que se encuentra encima. El sufrimiento es positivo y adquiere un sentido cuando nos lleva a lo esencial en nuestra vida, cuando se lo vive de tal suerte que nos hace pasar a una nueva etapa de crecimiento – físico, psicológico, afectivo, espiritual.

*¿Te encuentras entre estos que siguen?*

En lo opuesto, existe el sufrimiento simplemente sufrido o negado o que se inflige a sí mismo con mecanismos mórbidos. Entonces, para definirlo, se emplean palabras cuya etimología es también elocuente: se habla de depresión (latín *de* y *premere* – que implican una presión hacia abajo, todo lo contrario *sub – ferre*), de aflicción (latín *af – fligere* que implica la idea de *fuelle, desaire*), etc.

*Llegas al “quid”, al meollo de la cuestión*

¿Tiene el sufrimiento sentido? Sí. El sufrimiento tiene el sentido que le demos en nuestra manera de vivirlo.

Hasta aquí he hablado de la actitud respecto a nuestro propio sufrimiento. Pero, sin hablar de los sufrimientos colectivos que he mencionado al principio, existe el sufrimiento de todos los demás a nuestro lado, que también ellos, deben hacer frente, a lo largo de su vida a los sufrimientos, pequeños o

grandes, físicos u otros que acompañan un día u otro toda la existencia humana.

### *¿Piensas en los demás?*

Uno de los grandes desafíos de toda vida en sociedad es la actitud respecto al sufrimiento de los demás.

Hay ante todo mil y una formas por las que puedo provocar el sufrimiento del otro: Puedo golpear al otro físicamente y herirlo o incluso incapacitarlo. Pero puedo hacerlo sufrir también psicológicamente por el odio o el desprecio, ridiculizándolo, esclavizándolo, empleándolo de una y mil modos. Puedo arruinar su nombre mediante falsas acusaciones. Puedo arruinar su carrera profesional, o poner en peligro su vida familiar mediante rumores fundados o no. El « sentido » --si se puede hablar de sentido – a sufrimientos así provocados, se expresa con palabras como celos, desprecio, venganza. En general voy a hacer sufrir al otro en la medida en que no haya sabido vivir positivamente y asumir mis propios sufrimientos, en particular los que provienen de mis fracasos.

### *Falta de madurez*

Evidentemente, si no he digerido un fracaso y no lo he empleado para crecer en madurez, no podré soportar que el otro tenga éxito en donde yo he fracasado. Estos sufrimientos causados así son la negación del sentido en quien los provoca; pero lo

paradójico es que pueden adquirir todo su sentido en el que los vive, si sabe asumirlos y transformarlos en semillas de vida nueva. Si alguien me hace sufrir deliberadamente, tiene un problema – es su problema. La manera con la que vivo este sufrimiento – dejándome destruir por el sufrimiento o utilizándolo para crecer – es mi problema.

*¿Cómo te sitúas ante el sufrimiento?*

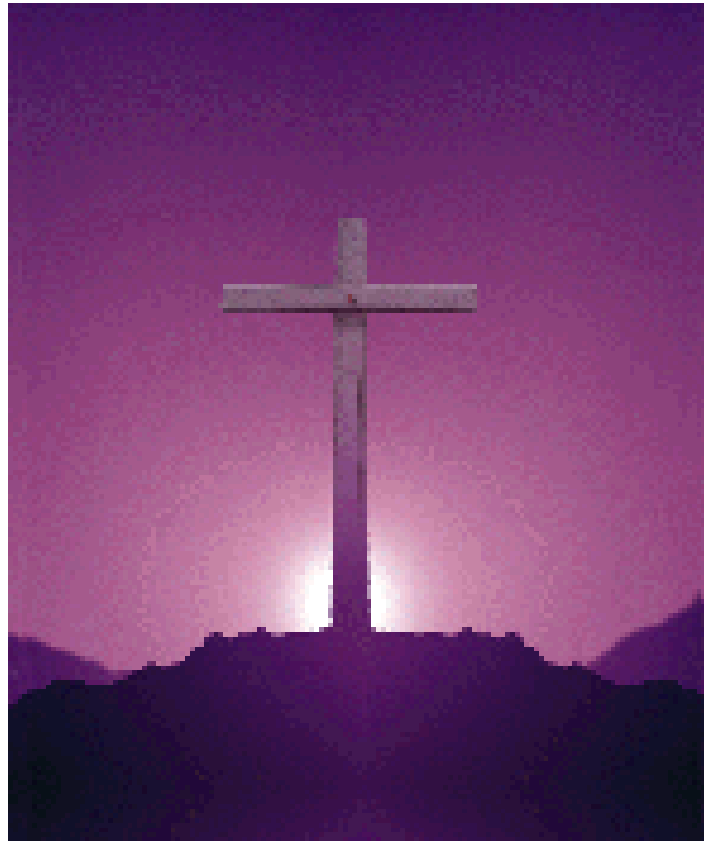
Por otra parte, ¿cómo situarse en relación con el sufrimiento – físico, moral, espiritual o afectivo – del otro, del que soy el testigo, sea por mi trabajo profesional (como es el caso para todos los que entre vosotros que evolucionáis en el terreno de los cuidados de salud) o por azar o por relaciones personales que puedo tener con las personas concernientes? -- Cuando se trata de dolores físicos, la medicina moderna ha hecho grandes adelantos –que conocéis mejor que yo – con los medios para eliminar, seducir o en todo caso controlar este sufrimiento (o dolor).

### *Sufrimientos psicológicos: aceptarse*

Por lo que respecta a otras formas de sufrimientos, los psicólogos o psiquiatras podrán decirte mejor que yo que actitud hay que tomar. Pero finalmente, sean cuales sean las lecciones aprendidas, nadie puede acompañar efectivamente a alguien en el sendero del sufrimiento, si no está reconciliado con sus propios sufrimientos. Si ha aprendido a vivir positivamente sus propios sufrimientos y a utilizarlos como trampolines para crecer en madurez humana,

podrá ayudar a los demás, en general por su presencia silenciosa.

## *EL SUFRIMIENTO EN LENGUAJE CRISTIANO*



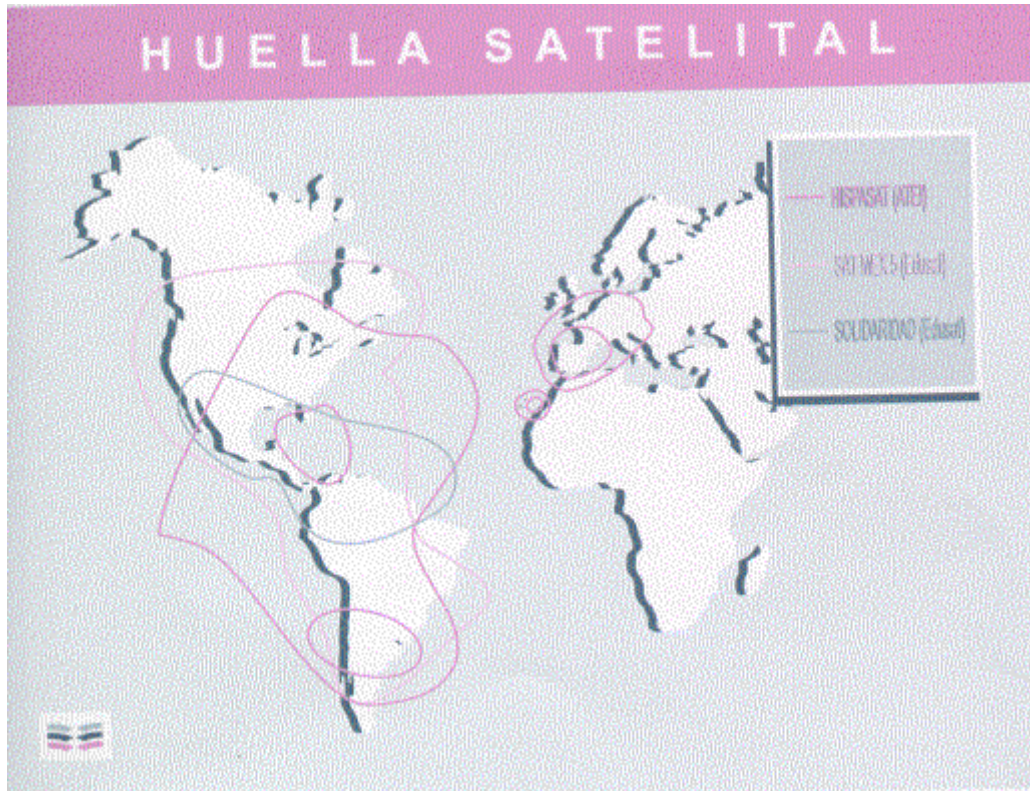
En el lenguaje cristiano, tenemos una bella palabra para designar este acompañamiento. Es la palabra com-pasión, que significa “sufrir con”. Eso implica que comparto el sufrimiento del otro; pero sin fusión con él. Le dejo la posesión de su sufrimiento y mantengo mi distancia psicológica que permite que tenga una auténtica relación entre él y yo. Sufro verdaderamente al verlo sufrir pero mi sufrimiento no es el suyo y el suyo no es el mío.

Para los que tenemos la fe cristiana, ahí se encuentra el sentido de la muerte de Cristo.

Aceptó el sufrimiento por compasión, precisamente para liberarnos del nuestro. Por eso nada sería más anticristiano que un placer masoquista encontrado en el sufrimiento.

*¿Qué vas concluyendo del dolor y del sufrimiento?*

Antes de concluir, me permito volver a la cuestión del sufrimiento colectivo y la actitud al respecto. ¡Cuántos sufrimientos hay hoy en el planeta! Probablemente más que nunca antes. En todo caso, el sufrimiento nos es cercano gracias a los medios de comunicación social.





Sean las guerras,, las ocupaciones militares ya mencionadas y todas la miserias que llevan consigo; sea las enfermedades como el sida que diezma la

población africana y pronto a China el hambre.

Todo este abismo de sufrimiento no tiene sentido. Son la encarnación del no-ser y por tanto la negación del sentido. Todos estamos llamados a hacer lo que podamos, cada uno con los medios limitados de los que dispone y cada cual en su propia zona de influencia, trabajando por suprimirlas en la medida de lo posible.

### *Contradicciones*

Pero en todos los proyectos puestos por obra para responder a estos sufrimientos, hay por desgracia muchas ambigüedades y contradicciones. En primer lugar, hay algo de obsceno en la publicidad que se hace de estos sufrimientos. Hay algo cruel en ver morir de hambre a gente en nuestra pantalla de TV mientras cenamos o tomamos una cerveza. Pero hay algo peor. Es cuando se explota la miseria y el sufrimiento para darse el placer de tener sentimientos de piedad ; o

incluso para suscitar una buena generosidad ocasional para calmar la conciencia.

*Es una violación*



Utilizar el sufrimiento de los demás, en particular su sufrimiento físico, para darse el dulce sentimiento de ser sus bienhechores me parece una especie de violación. Ante las actividades desplegadas por ciertos organismos que recolectan fondos, me vienen a la memoria las palabras de la canción de Jacques Brel sobre las señoras patronas, que hacían ropa color caca de pato para reconocer “sus” pobres en la misa dominical. – En el mismo orden de idea un film como el de Mel Gibson sobre la Pasión de Cristo, que se detiene en describir el sufrimiento físico provocado por un desbordamiento

patológico de crueldad es del voyeurismo de la más baja más calidad, o como lo decía recientemente Gabriel Inglet, de la pornografía.

\* \* \*

Como ves, no he buscado hacer reflexiones "piadosas" sobre el sentido del sufrimiento voluntariamente elegido o asumido. Si esperabas otra cosas, lo siento.

Para mí, ningún sufrimiento ni dolor tienen sentido en sí mismos, y por tanto debemos hacer todo lo que está en nuestro poder para liberar a la humanidad en la medida de lo posible. Por otra parte, todo sufrimiento sufrido puede adquirir un sentido en el que lo asume y lo vive conscientemente.

Puede incluso adquirir una dimensión social cuando se vive como compasión en el sufrimiento del otro. Y para los que tenemos la fe cristiana, ella es compasión en los sufrimientos del Hijo de Dios que se ha hecho hombre y asumido nuestros sufrimientos para liberarnos permitiéndonos vivirlos como un trampolín hacia una plenitud más grande de vida y, finalmente permitiéndonos afrontar serenamente el último nacimiento, que es el paso a la otra orilla.