



- ◆ Trabajo realizado por la Biblioteca Digital de la Universidad CEU-San Pablo
- ◆ Me comprometo a utilizar esta copia privada sin finalidad lucrativa, para fines de investigación y docencia, de acuerdo con el art. 37 de la M.T.R.L.P.I. (Modificación del Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual del 7 julio del 2006)

30. MÁS ALLÁ DEL DOLOR Y EL SUFRIMIENTO: LA CUESTIÓN ACERCA DEL SENTIDO

A. Polaino-Lorente

Introducción

Es patente que, en la mayoría de los casos, el motivo principal por el que el enfermo se decide a consultar al médico no es otro que el dolor.

No obstante este hecho, confirmado por la estadística, se da la paradoja de que a la hora de explicar en qué consiste el dolor, casi nadie sabe hacerlo. Ni siquiera aquellos que lo sufren, que aun con tener un conocimiento experiencial, vivido, no llega a ser éste tan racional que puedan plenamente explicarlo. De aquí el halo de misterio que siempre ha envuelto a la experiencia dolorosa. ¿Qué es esta experiencia con la que casi todo los hombres han de habérselas a lo largo de sus vidas?

La Psicología de todos los tiempos ha tratado de dar respuesta a éstas y otras preguntas, sin haber conseguido del todo el esclarecimiento de esta realidad penosa.

Las líneas que siguen sólo tienen la pretensión de alumbrar el claroscuro de esta realidad soterrada en la intimidad del hombre.

La perspectiva psicofisiológica del dolor

Para algunos psicofisiólogos el dolor es una consecuencia de ciertos estímulos atemorizantes innatos, es decir, de aquellos estímulos capaces de producir miedo sin un aprendizaje previo o especial, por su carácter peligroso o nocivo.

En la teoría watsoniana se distingue bien entre el dolor (como miedo innato) y los otros tipos de miedos adquiridos. Pero esta distinción no es tan simple como a primera vista pueda suponerse. Pues, si bien es verdad que no hay un recuerdo puro del dolor, en sentido estricto, no es menos cierto que toda experiencia dolorosa deja un recuerdo importante, no en cuanto que dolor propiamente

te dicho, sino en tanto que experiencia dolorosa.

Esa huella de la experiencia álgica no puede interpretarse como algo innato, sino adquirido. Y en tanto que adquirida, puede condicionar —condiciona de hecho— determinados tipos de actitudes frente a futuras situaciones dolorosas.

Como dice Gray (1971), «resulta evidente que la teoría de Watson, que reducía todos los estímulos atemorizantes innatos al ruido intenso, pérdida súbita de apoyo y dolor, era demasiado simple».

La experiencia dolorosa es mucho más rica y compleja que la mera sensación de dolor. Esta afirmación, lejos de ser gratuita, ha recibido suficientes confirmaciones neurofisiológicas.

Las formaciones reticulares mesencefálicas situadas en los sistemas periventriculares, a donde van a parar las fibras del haz espinotalámico, están específicamente comprometidas en la suscitación del dolor, como demostró Olds con sus estimulaciones aversivas por medio de la implantación de electrodos en esas áreas cerebrales. Lo mismo cabe afirmar de los núcleos intralaminares y centromediano correspondientes a la procién talámica del sistema reticular activador ascendente.

Pero existen otras estructuras responsables del componente afectivo del dolor. Es el caso del sistema límbico, cuyo bloqueo por ciertas sustancias, como la morfina y la petidina, atenúa las resonancias afectivas que acompañan a los estímulos dolorosos (Soulariac y cols., 1967).

De otra parte, la lesión de los lóbulos frontales, aunque no incapacita al enfermo para sufrir la sensación dolorosa, sí que modifica el modo en que es vivida. Una vez que se ha producido esta lesión, el enfermo continúa percibiendo la sensación dolorosa, pero se muestra ahora indiferente con relación a esas sensaciones. En la intimidad de estos enfermos, apenas resuena con la intensidad acostumbrada la experiencia dolorosa. La

atención que, ordinariamente, era fuertemente atraída por la sensación dolorosa, se hace ahora como impermeable a esa experiencia.

En otro orden, algo parecido acontece cuando se lesionan los lóbulos parietales (Willet, 1960). Sucede, entonces, que la inquietud y la tendencia a la evitación del dolor —respuestas casi reflejas a los estímulos dolorosos— no se producen. A pesar de este silencio respondente, el sujeto continúa experimentando el dolor, produciéndose en ocasiones respuestas paradójicas consistentes en que el enfermo busca el estímulo doloroso en lugar de evitarlo (Jiménez Vargas y Polaino-Lorente, 1992).

Por todo ello parece que los componentes subjetivos de la experiencia dolorosa van imbricados y entreverados con aquellos otros, tal vez más objetivos, de la percepción algica.

La corteza cerebral tendría la función de gobernar no sólo la percepción dolorosa, sino además las actitudes, las disposiciones y ciertos comportamientos —en una palabra, el talante de una persona—, que enmarcan el escenario de la conducta respondente a la situación dolorosa.

La corteza sería, en definitiva, la responsable de los aspectos intencionales, cognitivos y motivacionales concurrentes en el dolor humano que, desgraciadamente, todavía no son suficientemente conocidos. El sistema límbico se responsabilizaría del dolor-sentimiento, ampliando o restringiendo el eco afectivo que toda sensación dolorosa desencadena.

A la formación talámica del sistema reticular activador ascendente y a las formaciones reticulares mesencefálicas corresponden el control del grado de intensidad y de la cualidad de la percepción dolor-sensación, elicitada por la estimulación dolorosa. La personalidad queda también comprometida en toda experiencia dolorosa, modelando el modo de respuesta, desde la síntesis unitaria que realiza a través de la totalidad de las estructuras nerviosas referidas (cfr. Jessell y Kelly, 1991).

El dolor, entre lo innato y lo aprendido

Desde la teoría de la motivación, el dolor puede definirse como una tendencia de evitación que surge de esa necesidad imperiosa del organismo a escapar del malestar e intolerancia producidos por una lesión determinada. Sería, pues, una tendencia aversiva fisiológica, consistente en reducir el sufrimiento del organismo, eludiendo la situación dolorosa.

Como tal tendencia fisiológica es innata, aunque el modo en que se lleva a cabo puede depender de un cierto aprendizaje. Es decir, hay aspectos tendenciales objetivos en las respuestas dolorosas que son innatos, y aspectos tendenciales subjetivos cuya plasticidad está en función de las influencias aprendidas. Pero más que una tendencia, propiamente dicha, el dolor es la causa de esa tendencia, su razón, más que su consecuencia.

El dolor es lo que impulsa al organismo a la acción de huir, sosteniendo la dirección de esa acción, hasta que desaparece el estímulo. En este modo de conducirse hay aspectos reflejos —en los que casi no conviene hablar de una conducta motivada— y aspectos subjetivamente elaborados, dependientes más bien del modo en que se ha aprendido el control motivacional.

Unas y otras formas de reaccionar tienen su correspondencia en estructuras neurofisiológicas, de las que dependen, aunque en la facticidad de la experiencia ambas concurren completamente ensambladas.

Por el polo motivacional y subjetivo, la experiencia dolorosa se abre a una multiplicidad de formas de vivir esa experiencia. Esas motivaciones pueden sufrir metamorfosis diversas, de modo que, en cierto modo, contribuyen, poderosamente, a la transformación de la vivencia dolorosa.

Sobre la motivación primaria de la conducta algica puede suponerse una motivación secundaria —intencional, finalista, teleológica y con sentido— que reelabora la vivencia dolorosa y hace que ésta tenga otros contenidos capaces de trascender lo meramente sensitivo, situacional y afectivo.

El dolor y el quehacer psiquiátrico

El dolor empapa buena parte del quehacer clínico psiquiátrico. De la simulación a la neuralgia del trigémino (en que el dolor es a veces insufrible), de la neurosis hipocondríaca al síndrome hiperestésico-emocional postconmocional de los traumatizados craneales, de las migrañas y cefaleas a los sentimientos disfóricos y distimias depresivas, todo este vasto y polimorfo escenario clínico está transido de la experiencia dolorosa.

El latido del dolor —como el de la angustia— martillea hoy en muchos enfermos mentales. En algunos, esta sensación palpita soterrada bajo la carne. En otros, se metamorfosea en formas de sentimientos apenas encarnados. En muchos, sin

embargo, unas y otras formas de presentarse el dolor aparecen ensambladas, y es casi imposible su distinción.

Su interés en la actualidad es de gran importancia, por cuanto han disminuido los niveles de tolerancia álgica en el hombre contemporáneo. Como escribe Alonso-Fernández (1969), «el epicureísmo es la filosofía del hombre tecnificado. Por eso se han impuesto en él la excesiva preocupación por el cuerpo y el miedo al dolor y al sufrimiento. La morada corpórea del ser aparece como algo más importante que el ser.

El miedo al dolor y al sufrimiento que campea en la sociedad contemporánea, a mi forma de ver, procede de dos raíces: por una parte, del epicureísmo, por otra, de los propios beneficios aportados por la técnica. El hombre de hoy, gracias sobre todo a los progresos de la anestesia y de la analgesia, está mucho menos familiarizado con el dolor que sus antecesores. Por eso lo teme mucho más. La algofobia constituye una verdadera plaga social».

Y este carácter de insoportabilidad dolorosa —una característica no necesariamente dependiente del tipo de dolor, sino también del modo en que el hombre vive su dolor— prepara el camino para que el hombre se arroje en las toxicomanías más diversas, hoy desgraciadamente tan frecuentes. Pero además, el dolor constituye el subsuelo donde se cimantan muchas alteraciones psiquiátricas. El dolor, como sentimiento sensorial que es, modifica, remueve y altera el fondo vivencial del enfermo, atemperando la orquestación de reacciones vivenciales de fondo («Hintergrundreaktionem», de Schneider, 1962), que surgen ante situaciones anodinas y sin importancia, pero con una carga patológicamente relevante. Muchas de las reacciones anómalas a la vivencia de la enfermedad tiene su origen en esta alteración del fondo vivencial, por fuerza de una resonancia dolorosa, sensorial y afectiva.

Y, sin embargo, no siempre se transforma el dolor en el eco pregonero cuya voz es ampliada en la caja de resonancia de la afectividad. En otras ocasiones, el dolor no sólo no amplifica el componente afectivo que lo acompaña, sino que le impone una sordina silenciosa, haciendo que pase inadvertido.

Es el caso, por ejemplo, de algunos tumores cerebrales en sus fases iniciales. El silencio pático traiciona la gravedad del cuadro clínico, al que enmascara. El enfermo habla de sus sufrimientos como si fuera otra persona distinta de él quien los

sufriera. Informa objetivamente, más aún, imperterbamente, casi con indiferencia. Como si hubiese una lejanía insalvable entre sus sufrimientos y sus sentimientos. Tan escasa es la participación emocional que el médico puede confundirse e interpretar aquel cuadro como un mero agotamiento nervioso o como un estado neurasténico-hipocondríaco; incluso como un intento de simulación del dolor.

Contrariamente, la sintomatología dolorosa que otras veces acompaña a los tumores cerebrales es, a este respecto, extraordinariamente resonante. Es el caso de los tumores que afectan, por ejemplo, el núcleo ventropostero-lateral (uno de los núcleos más importantes en el relevo de las vías sensitivas), en los que los fenómenos dolorosos se prolongan y agigantan, expresándose, extraordinariamente, en la vertiente afectiva de la personalidad (síndrome de Dejerine-Roussy, 1906)

Los contornos huidizos del dolor

Los contornos huidizos de dolor humano, de la experiencia dolorosa en el hombre que sufre, ha hecho que se vertiera mucha tinta sobre el papel, en el intento de encontrar una definición apropiada que le hiciera justicia.

La Psicología ha tratado de aportar explicaciones acerca de la naturaleza del dolor que, infortunadamente, por su parcialidad, ni perduraron ni parecen haber contribuido a hacerlo más comprensible para el hombre. Los esfuerzos realizados iban encallando conforme se aproximaban a las arenas movedizas de este misterio.

Spinoza lo concibió como una de las tres emociones fundamentales contrapuestas al placer, estableciendo entre él y la melancolía una cierta relación.

Fisiólogos como Sherrington reducen esta experiencia a una interpretación naturalista, considerando el dolor como un mero reflejo imperativo de protección-evasión que preavisaría a la persona de otros sufrimientos mucho peores. En esta misma opinión se inscriben autores como Szasz, quien entiende el dolor como apenas una señal por la que el cuerpo comunica al yo que algo no va, alarmándole y avisándole de que tal vez pueda sufrir una pérdida. Pero esta hipótesis fue ya desmentida por Dejerine y Roussy (1906), al describir lo que acontece en el denominado síndrome talámico. De otra parte, recientemente se ha demostrado que los meca-

nismos periféricos que sostienen la experiencia dolorosa actúan de otro modo a como se pensaba (Campbell y cols., 1989). A esta misma conclusión se llega desde las investigaciones neuroquímicas (Ruda y cols., 1986).

A las anteriores hipótesis se opuso frontalmente el cirujano francés Leriche (1940): «Para los médicos que viven en contacto con los enfermos —escribía en 1940—, el dolor es sólo una contingencia, un síntoma perjudicial, angustioso y nocivo, difícil de suprimir, y es que en general no tiene valor para el diagnóstico (...). El dolor sólo hace más penosa y desdichada una situación que es ya irrevocable (...). Debemos descartar la idea de que el dolor es beneficioso. Es siempre un regalo siniestro. Envilece al hombre y lo enferma, más de lo que realmente está. El médico tiene el deber ineludible de prevenirlo, si puede».

Otros autores, como Macbride, lo reducen a una nueva sensación desagradable producida por la acción de estímulos de carácter perjudicial. Pero tampoco el dolor se agota en este reduccionismo, pues, como dice López-Ibor (1969), «existen dolores que se producen en el organismo sin estímulo periférico que los desencadene». Éste es el caso, por ejemplo, de lo que sucede en la causalgia (Roberts, 1986).

Cada una de estas hipótesis tiene un pequeño núcleo de verdad, de una verdad incompleta que no acaba de hacer diana en el complejo blanco de las explicaciones suficientes. En cualquier caso, la experiencia álgica se manifiesta como un fenómeno complejo, en el que se dan cita muy diversos acontecimientos.

El dolor es, además de una reacción estimular, un modo de expresión en el que queda patente el modo de ser de la persona que sufre. Lo objetivo de la sensación dolorosa —lo encarnado en ella— queda revestido en el hombre con el ropaje afectivo y personalizado que le caracteriza. Pero observamos más de cerca algunas de las hipótesis que sobre el dolor se han emitido.

El dolor-sentimiento y el dolor-sensación

Lo dicho más arriba me obliga a hacer una distinción necesaria: la del dolor como sentimiento y la del dolor como sensación. Ya Lipps (1926) supo distinguir entre *Gefühl* (dolor-sensación) y *Empfindung* (dolor-sentimiento).

Como dolor-sensación conviene tener en cuenta la intensidad del estímulo que suscita esta expe-

riencia, el umbral de sensibilidad del receptor, las diferencias interindividuales de sensibilidad, las alteraciones somáticas que se ponen en marcha (sudor, temblor, náuseas, modificaciones del tono vasomotor, de la pupila, de la presión arterial, etc.), pudiendo interpretarse todo ese cortejo como un reflejo de retirada o de evasión.

Pero considerado en tanto que dolor-sentimiento, debemos atender a otros aspectos no menos importantes, como el estado pático del sujeto, su nivel de conciencia, la carga emocional con que se recibe, las motivaciones implicadas en cada caso, las experiencias sufridas anteriormente, la personalidad del sujeto, e incluso la connotación significativa que las circunstancias socioculturales de ese momento proyectan sobre estos sentimientos.

En cuanto que es una sensación, el dolor tiene un movimiento *centrifugo*, que arroja la vida humana exponiéndola al mundo que le rodea; en cuanto que sentimiento, nos liga a la vivencia del cuerpo propio —movimiento *centrípeto*— y hace que nos curvemos y repleguemos en nuestros propios límites epidérmicos.

Pero, además de considerar el dolor como una sensación, resulta imprescindible observarlo desde la vertiente pática.

Son muy numerosos los factores que intervienen —sociales, culturales, familiares y antropológicos— modulando la respuesta de la persona ante una misma fuente externa y nociva, cuyo resultado final será la experiencia dolorosa (Weisenberg, 1977; Zborpwski, 1969; Craig, 1978).

Fue Beecher (1959) quien distinguió entre el componente fisiológico (o sensorial) —hoy denominado como *input*— y el componente psicológico, *output* o responsivo-reactivo de esa experiencia. Este último es, sin duda alguna, el más influenciable por las variables del contexto. De él depende la cualidad e intensidad de esa experiencia (Schachter y Singer, 1962). Sobre esta hipótesis disponemos de una larga experiencia clínica que la confirma. Éste es el caso, por ejemplo, de los heridos en el campo de batalla que, estando muy graves y siendo sus heridas objetivamente muy dolorosas, no obstante, apenas perciben el dolor.

El dolor-sentimiento es una emoción que surge de la vitalidad, cuya temática está afectada. El contenido de la vivencia dolorosa es el sufrimiento, un estorbo para el yo, en el que se hace patente el aislamiento de nuestra existencia personal. «La esencia del dolor —escribe Buytendijk, 1948— reside en que desorganiza la intimidad del hombre en toda su estructura

vital y psíquica...; (la manifestación de que) la vida oculta en sí misma la posibilidad de convertirse en su propio enemigo (...). El dolor es el más real, inevitable e innegable, que desde dentro sale al encuentro de la vida, la inhibe y la amenaza.»

Junto a este esfuerzo del estímulo doloroso que aguijonea nuestra existencia cuestionándonos desgarradamente acerca de ella, de su sentido y finalidad, conviene no olvidar que hay otros componentes objetivos que van subsumidos en aquél y que son, como el esqueleto, el andamiaje orgánico en que tal vivencia hunde sus raíces y con ellos se entrelaza.

El dolor es lo que muda la vida de experiencia agradable en circunstancia penosa. La eclosión del dolor surge repentinamente o no, pero casi siempre para poner en duda el sentido de la vida y encaminarnos hacia cuestiones existenciales más penetrantes y posiblemente auténticas. De este modo, el dolor actúa como un provocador que sale al encuentro de la vida hecha —un tanto rutinaria y acaso inauténtica—, y la zarandea haciendo que la persona haga cuestión de sí.

Decía el maestro Eckhart (cfr. Schulze-Maizier, 1938) que «la cabalgadura que con más rapidez conduce a la perfección es el sufrimiento». No hay que ver en esta máxima el tono pesimista y casi maniqueo de quien considera la vida menos como un don, que como un castigo, una culpa o una condena. El místico quiere denunciar con esta proposición el carácter que tiene el dolor de perfectibilidad de la vida humana, casi siempre reificada en una sucesión de momentos monótonos y sin relieve.

Nos agrade o no, el dolor constituye un poderoso estímulo que logra sacarnos de la indiferencia y familiaridad en que estábamos instalados. En este sentido, el dolor es lo que nos libera de la esclavitud de pensar que la vida es el supremo bien, pudiendo abrimos a los dilatados horizontes del espíritu. La experiencia dolorosa es la puerta por donde penetrar en una crisis veritativa, que cada uno ha de resolver personalmente.

Dolor y placer: análisis fenomenológico de una contraposición

La distinción entre el dolor-sensación y el dolor-sentimiento, a pesar de su riqueza, no consigue contestar a la pregunta inquisitiva acerca del sentido del dolor del hombre. La cuestión antropológica: ¿qué sentido tiene el dolor para la vida humana?, se repite como un eco insistente y

reiterativo, en el contexto de la experiencia álgica.

La pregunta cuestiona desde el horizonte del anhelado deseo de encontrar un sentido gracias al que la existencia dolorosa quede elevada por encima de sí misma y adopte una actitud trascendente, ante la que palidezcan el sin sentido, y la absurdidad y el vacío que el dolor conlleva.

El acceso a esta búsqueda de sentido del sufrimiento humano exige zambullirse y bucear fenomenológicamente en las aguas profundas de estas experiencias. Una tarea que tal vez se facilita si consideramos dicha experiencia en relación con su opuesta, el placer.

He aquí ensamblados estos dos aspectos de la experiencia álgica. Dolor y placer constituyen dos estados del yo, dos formas de ser en el mundo. Ambos hacen referencia a circunstancias situativas y contextuales, aunque en formas muy diferentes.

En el placer, como en el dolor, el hombre establece una cierta dependencia de los estímulos que le rodean, pero esta articulación varía mucho de una a otra experiencia.

El placer es la resonancia reactiva a una situación estimular. La dependencia contraída con el estímulo placentero es mayor que en el dolor. La experiencia, sin embargo, también está enraizada en la corporalidad, pero de forma más volátil y huidiza. La experiencia placentera se vive en el cuerpo, pero en tanto que éste continúa unido al estímulo que pone en marcha aquella experiencia. En este sentido cabe afirmar que el estímulo placentero mediatiza más la experiencia placentera que el estímulo doloroso, la dolorosa.

El placer puede originarse en otros estratos de la personalidad. La contemplación de un paisaje, la emoción experimentada ante una obra de arte, el arrebatamiento y la excitación del espíritu ante los perfectos sonos acompañados de un concierto, son buenos ejemplos de ello. Pero en todas estas experiencias, por diversas que sean, hay siempre una participación corporal, un modo de colaboración que objetiva estas situaciones.

En la experiencia dolorosa acontece otra cosa. La participación de la corporalidad es ahora más inquietante y diversa. El hombre está más incluido y penetrado por esa misma actividad respondente, que es el dolor. El automatismo de los estratos biológicos inferiores es más radical y descontrolado. El abandono en la experiencia dolorosa es casi automático. Ante el dolor —que en última instancia no puede dejar de ser nada más que mi o su dolor—, el hombre que cada uno es resulta

siempre alcanzado y zarandeado. No es posible impermeabilizarse ante esta experiencia. En el caso del placer, en cambio, el hombre sí que puede distanciarse o, al menos, poner un cierto límite a sus resonancias participativas.

El dolor sobrecoge de un modo más penetrante que el placer. En la experiencia placentera hay con frecuencia una especie de sobreaviso, una cierta anticipación que, en no pocas ocasiones, hace que se busque conscientemente (lo que se denomina en Psicología con el término de «motivación de logro»).

Por el contrario, en el dolor, esas premoniciones no son tan frecuentes y cuando preludian la experiencia dolorosa propiamente dicha, se viven como amenazantes y desconocidas, como algo sombrío que no desearíamos que llegase nunca. El dolor, en condiciones normales, jamás se desea. El placer, casi siempre, aunque en ocasiones sea de forma tortuosa, soterrada e inconfesable. Y más que nunca hoy, toda vez que el hombre parece haberse instalado en la cresta de esa gran ola que es el hedonismo.

En el dolor algo sobreviene, desafortunadamente, de forma súbita y a veces desesperada, para la que no se estaba preparado. El niño que se pincha, mientras juega distraídamente con un objeto punzante, tras unos segundos de sobrecojimiento, prorrumpe en un llanto asfixiante.

El dolor es más concreto y objetivo; el placer más abstracto y subjetivo. El placer está menos encarnado y más diversificado, en función del grado y de la diversidad de las áreas que de nuestra geografía corporal en él participan. El dolor es más homogéneo —a pesar de las distintas modalidades que puede adoptar en el variado espectro formal con que es percibido— y hunde sus raíces más radicalmente en la corporalidad.

El placer no sólo no disuelve las relaciones del hombre con su cuerpo, sino que las amplía —desde la eclosión del hormigueo de la dicha, enseguida transformada en sonrisa o carcajada—, y remonta, percibiéndolo como una manifestación del enseñoramiento sobre su realidad corporal, donde se trasluce ahora una cierta armonía. El dolor, por el contrario, desorganiza esas relaciones del hombre con su cuerpo. Más aún, las entorpece y obstaculiza, hasta hacerlas disarmonicas.

En el placer, el hombre se desentiende de su cuerpo: por el dolor, el hombre toma conciencia de su cuerpo. En el placer hay una cierta liberación y fuga de la corporalidad, que se percibe como ingravida y ligera. En el dolor, la corporali-

dad se percibe como impuesta, como un pesado fastidio atenazante frente al que uno ya no es dueño de sí y que casi nos obliga a capitular. Con el placer, el cuerpo se abre a nuevas e ignoradas cordilleras de los sentidos. En la experiencia dolorosa, el cuerpo se repliega sobre sí mismo y deviene en un intruso, en algo hermético que nos particulariza y encierra en el recortado ámbito de sólo lo que es y significa esa concreta situación.

El placer nos abre a un mundo menos personalizado y más diversificado. El dolor, en su clausura, nos interpela acerca de nosotros mismos y de nuestra vida —también acerca de la vida en general—, y al perdurar esa interpelación —que reclama una respuesta— nos abre a una realidad más desconocida y habitualmente silenciada: la de nuestro cuerpo como límite de nuestro yo, como lugar ignorado que, sin embargo, nos acompaña a todas partes.

Al dolor nos entregamos irremediadamente; el placer se nos entrega de modo mediato y circunstancial. El dolor nos sobreviene; al placer, arribamos, consciente o inconscientemente. La mediatez incircunscrita del placer contrasta con la inmediatez circunscrita del dolor. Hay placeres anónimo, niveladores, despersonalizados; el dolor es siempre singular, intransferible, irreplicable y personalizado.

El dolor se tiene en sí mismo y de sí mismo. La compasión —como elemento subjetivo que acompaña en ocasiones al dolor—, puede dirigirse hacia sí mismo o hacia otro, pero no se siente como un zarpazo en sí mismo. El placer se obtiene en parte de otro —más por otro que por sí mismo— y se tiene en parte de sí mismo, pero jamás de sí mismo (la complacencia narcisista en sí mismo es siempre en sí misma y no de sí mismo). Los aspectos subjetivos del dolor son, sin embargo, ambivalentes y nada específicos. Así, el llanto puede ser una manifestación subjetiva de dolor, pero también de emoción, de dicha, de alegría o de placer. Lo mismo acontece con la risa.

Lo subjetivo puede enmascarar y tergiversar lo objetivo y llegar incluso, *traduttore traditore*, a traducir traicionando la objetividad. Sea como fuere, los elementos subjetivos comprometidos en estas experiencias, tienen mayores posibilidades de cambiar en la experiencia placentera que en la dolorosa.

Pero acontece que esos elementos subjetivos están contrabalanceados por aquellos otros, más objetivos, que concurren simultáneamente en esas experiencias. Y en las experiencias placenteras —ya antes lo hemos indicado— hay como una participación lejana de esos elementos objetivos,

por cuanto al hombre se le hace la vida más llevadera, tanto que casi le es connatural un cierto olvido de ésta, de sí mismo y de su corporalidad.

De ordinario, se admite que siendo nuestro cuerpo el compañero inseparable que a todas partes nos acompaña (una realidad enormemente próxima a nosotros), debería sernos mucho más familiar y conocido. Pero la realidad es muy distinta, puesto que somos viajeros que caminamos con nuestros compañeros los cuerpos, sin apenas intercambiar con ellos algunas que otras palabras.

Precisamente es el dolor, en muchas ocasiones, el que rompe este silencio y toma la iniciativa en el diálogo que se interrumpió, allá lejos, hace quizá mucho tiempo, al filo de otra experiencia dolorosa.

En Medicina se ha definido la salud como el silencio de los órganos, como un vacío de sonidos corporales que hace que la corporalidad se sienta más ligera y volátil, una realidad muy próxima pero casi ingrátida. En oposición a la salud, la enfermedad proclama la presencia del cuerpo, como una de las formas privilegiadas en que éste se nos hace presente, reclamando la atención, que casi siempre le hurtamos. El dolor viene a recordar al hombre lo limitado de su ser, proyectándole hacia sí mismo, haciendo que se tome a sí propio como la más importante de las tareas, mientras se hinca la atención en la carne dolorida.

El dolor nos lleva por las angosturas de un sendero zigzagueante y poco carretero desde el que se divisan también nuevos horizontes, desconocidos hasta entonces: los recortados límites de las cordilleras y murallones de la corporalidad.

El placer, por el contrario, sitúa al hombre en la llanura de la vida fácil, donde el sentimiento de frescura vital pone acentos de desenvoltura y despreocupación corporal. En el placer hay un cierto olvido de la dimensión encarnada del existir humano. En el dolor, en cambio, un subrayar esa dimensión, hasta quedar del todo enfatizada.

Con el dolor la vida se reviste de angulosidades y relieves. Por eso, el miedo al dolor —antes de que éste haga su aparición— se alimenta de la fantasía, de una fantasía ahora encarnada, que teme que suceda lo peor.

Hay en el miedo al dolor una especie de pre-sentimiento que preanuncia otros modos de vivir-se la corporalidad. Acontece aquí algo parecido a lo que sucede con el pensamiento mágico. El hombre primitivo considera que sus temores irracionales hacia algún objeto no sólo alejan ese objeto, sino que lo atraen y aproximan.

El temor vago se agiganta y metamorfosea en fobia para devenir, otras veces, en obsesión cristalizada y persistente. El miedo al dolor físico puede también deslizarse en la corporalidad y encarnarse allí como un sentimiento parásito y obsesionante. Ciertas preocupaciones hipocondríacas pueden ser comprendidas por esta vía. Cualquier pequeño sentimiento corporal resuena como un eco amenazante en la amplia orografía de la vitalidad. La existencia se torna plomiza, pesada, preocupante. La conciencia se agiliza y afila, mientras la atención anda a la escucha de cualquier sonido corporal. Todo es fuente de preocupación, de problematización, a la vez que se abandonan las ocupaciones de siempre. Rendir o no en el trabajo profesional ya apenas interesa. Los proyectos se posponen y pierden sus ímpetus primeros. El claroscuro y la pesadumbre acaban por adueñarse y enseñorear el horizonte en el que debe desplegarse la existencia personal, cercándola con sus cadenas de zozobra y desánimo.

La vida toda queda así apresada en el cepo de los acordes desacompañados de esta sinfonía vital hipocondríaca. El dolor imaginario del enfermo imaginario ha conseguido transformarse en un dolor objetivado y ambiguamente encarnado. Todo se percibe como si fuera doloroso. Y este «como si» mantiene a raya a la vitalidad desde lo provisionalmente amenazante.

El miedo al dolor asfixia la vida, la empobrece y la degrada a un mero «como si» la vida fuera insufrible, que andando el tiempo, puede hacerse realmente insufrible, penosa e insoportable.

El placer disuelve la autoconciencia, la anestesia y entonetece con su melodía de sensaciones caleidoscópicas. El dolor, por el contrario, la despierta y agiliza, haciéndola penetrante y sutil, siempre que aquél no tenga una intensidad desorbitada. El dolor es el banco de pruebas de la existencia humana, el fuego de la fragua donde, como los buenos aceros, ennoblecerse y templarse el hombre. Y, sin embargo, para los hombres frágiles y pusilánimes, el dolor puede ser ocasión de su desmoronamiento definitivo.

El dolor autentifica y singulariza: el placer nos hunde en el anonimato del igualitarismo hedonista y colectivista. Y..., sin embargo, el médico debe ahorrar al enfermo, siempre que pueda, el sufrimiento que esta experiencia comporta. Pero en aquellas ocasiones en que los tratamientos resultan impotentes, el médico está también obligado a

poner en las alforjas del peregrino doliente un poco de ese bálsamo que, aliviándolo, le ayuda a encontrar un sentido para su dolor.

El dolor y la aceptación de sí mismo

El dolor es una cuestión que interpela a cada persona de un modo singularísimo, cuestionándole acerca de lo que hace con su vida, hacia qué meta se dirige, a qué destina su vivir, en una palabra, si su trayectoria personal va hacia el fin que se había propuesto y estaba persiguiendo.

El sufrimiento, lamentablemente, está muy extendido en el mundo. El sufrimiento resulta algo inevitable en cada vida humana; antes o después, en la vida de cada persona se concita la experiencia del dolor. Ningún hombre puede zafarse de la experiencia del sufrimiento. Por muy egoísta que se sea y por bien programada que se tenga la vida, nadie puede escapar del sufrimiento. Los que tengan la dicha de no haber sufrido nunca hasta ahora recuerden que basta con sólo dejar que transcurra un cierto tiempo. De una u otra forma, todos acabamos por ser hombres dolientes.

De otra parte, uno de los problemas que impiden a algunos hombres ser felices es que no se soportan a sí mismos *qua talis*, en cuanto tales. En otros casos, no nos aceptamos en este o aquel defecto que tenemos. Es relativamente frecuente oír afirmaciones como las siguientes: «Yo no me acepto a mí mismo, porque a veces tengo un carácter muy fuerte» o «no me tolero a mí mismo, por ser un mal jugador de fútbol» o «no me aguanto a mí mismo, porque soy muy tímido o no soy muy listo o soy muy alto, o...»

En pocas ocasiones somos el que deseamos ser. Habitualmente el hombre anda como habiendo amputado lo mejor de sí mismo, comportándose de forma tan extraña para sí como para los demás. Apenas realizamos lo que ambicionamos. Muchos ni siquiera aman como quisieran. Algunos jamás han dicho lo que querrían decir y no precisamente por falta de auditorio. Con atinadas y penetrantes palabras expresa y califica Rilke esta situación al afirmar que «nadie vive su vida. Los hombres son casualidades... Habla su máscara, mientras calla su rostro... Cada uno trata de librarse de sí mismo como de un sepulcro que le odia y le retiene».

No parece sino que tratar de coincidir con las propias aspiraciones sea una empresa inalcanzable. De otra parte, está la insatisfacción causada

por la reiterada y velada presencia del anhelo de perfección con la que a menudo comparamos los mediocres resultados conseguidos.

La vida propia se experimenta como si fuéramos sus autores, pero, al mismo tiempo, como si fuéramos meros espectadores de lo que allí acontece. Tenemos la extraña facultad de medir nuestra vida con el rasero de otras.

Muchas personas en la actualidad hacen lo que no quieren y tal vez quieren lo que no hacen o posiblemente imaginen querer o deseen hacer lo que otros parece que quieren. En el fondo, unos y otros parece que ni siquiera saben ya lo que quieren. Tal vez lo que determina finalmente su toma de decisiones es el deseo de imitar lo que los demás hacen (conformismo) o secundar dócilmente y realizar sólo aquello que los demás quieren que realice (totalitarismo).

Es probable que una persona que se comporta de esta forma descubra, años más tarde, la inutilidad de su existencia. En el fondo, su existencia estaba vacía mucho tiempo atrás, antes de que lo descubriera, puesto que las opciones por las que se decidió en ningún caso comprometieron, como sería de esperar, su libertad personal, siendo más bien irresponsables. A esa falta de contenido de la propia vida es a lo que Frankl (1988) denomina «vacío existencial».

Algunos hombres sienten nostalgia de la opción no elegida, de lo que acaso sacrificaron, a pesar de en ello reconocerse, mientras consideran que nada les dice lo que hasta ahora han alcanzado. En cada persona conviven dos vidas distintas, en la que una juzga a la otra, mientras el hombre comprueba y se duele de la enorme distancia que las separa. En unas circunstancias como éstas, es lógico que haya personas que se reprochen y culpabilicen con aquellas palabras que Saint-Exupéry pone en boca de uno de sus personajes: «Quise una vida que no he comprendido muy bien, una vida no del todo fiel».

Así no se puede ser feliz, sino que muy posiblemente haya que consultar con cualquier psiquiatra. Así se acaba por ser un neurótico. De aquí que para ser feliz haya que, inicialmente, aceptarse a sí mismo. A partir de aquí, la felicidad resultará una tarea probablemente difícil, pero al menos se han sentado las bases desde las cuales hay una cierta probabilidad de alcanzarla. La aceptación de sí mismo es de vital importancia.

No se olvide que a la llegada a este mundo, ya en el momento de nacer, el hombre trae consigo una cierta perfección —la perfección ini-

cial—, la de su ser. Si no se acepta esa perfección inicial que cada uno es, resulta imposible que en la práctica seamos felices, porque no nos aceptaremos como quienes somos y no desarrollaremos esas perfecciones iniciales en que consistimos.

Lo primero que hay que hacer es aceptarnos como somos, a la vez que no nos conformamos enteramente con ello, sino que luchamos por acrecentar, valorar y desarrollar todo lo bueno que hay en nosotros. Esa perfección inicial no es del todo perfecta, sino que está abierta a su crecimiento y desarrollo. Esto quiere decir que en el momento inicial no está desarrollado en todas sus posibilidades. La tarea de desarrollar esas perfecciones, con las que el hombre llega a este mundo es, precisamente, lo que hace que su vida sea interesante para sí mismo y lo que le permite llegar a ser feliz. La vida como proyecto es lo contrario de la vida que se ha devenido ininteresante para el hombre. En esto último consiste precisamente el aburrimiento.

Si ese desarrollo no lo hacemos, estamos robando a nuestro propio ser las potencialidades perfectibles que tenía y estamos hurtando también a la comunidad, porque estamos renunciando a algo que era un bien para todos los demás: el bien de nuestra perfección que es participable y comunicable a los otros. De aquí que cuando no luchamos seriamente por la perfección podamos incurrir en cierta negligencia. Y si esa omisión es negligible, tal vez sea punible y, hasta cierto punto, culpable y castigable.

El hombre está llamado a ser lo máximo que pueda y deba ser, para así hacer felices a los demás. Si nos conformamos con sólo la perfección inicial y no combatimos, mediante el propio cambio y la propia transformación para conseguir la perfección final que ha de operarse en nosotros, nunca seremos felices.

Las trayectorias de la felicidad consisten, sintetizándolo mucho, en atreverse a ser cada uno quien es, para llegar a ser mejor de lo que se es, aun cuando en ese intento se tenga que sufrir.

Por contra, con la no aceptación, con el rechazo de lo que uno es, no sólo el sufrimiento personal está garantizado, sino también un cierto desprecio por los que nos rodean, lo cual, obviamente, incrementa la presencia del dolor en el mundo. Por eso, en este punto estoy completamente de acuerdo con Kant, al afirmar que «cuando un hombre tiene un porqué vivir, soporta cualquier cómo». Cuando un hombre tiene un «porqué» vivir (algo que da sentido a su vida: desarrollarse, autorreali-

zarse, vivir una vida en plenitud, tratar de ser perfecto, conquistar la felicidad), tolera cualquier «cómo» (el dolor, la ansiedad, la irritabilidad, el sufrimiento psíquico, etc.). El mejor sendero para enfrentarse al dolor arranca de la propia aceptación personal —con todo lo que ésta tiene de limitaciones y déficit, de expectativas y posibilidades— y de encontrar un «porqué» vivir, de manera que la vida se realice en toda su plenitud y la persona llegue a ser dichosa.

¿Puede prevenirse el dolor?

Lo propio del vivir humano no es estar cerrado en el tiempo presente, sino anticipar. Lo propio de la vida es la anticipación de lo que todavía no es, pero puede llegar a ser. La vida es anticipación. Por muchas que sean las tensiones a las que nos vemos sujetos, vivir es pretender. No sólo tender hacia una cosa, sino «pre-tender». El hombre está siempre, de alguna forma, en la pretensión. La vida es pretensión. La vida es también, en cierto modo, pre-vivencia. En este momento estamos viviendo una determinada realidad, pero tenemos también otros planes y proyectos que ahora no pueden cumplirse y que, sin embargo, previvimos porque, no siendo aún, los anticipamos.

La vida es también propuesta. La vida del hombre no se limita a sólo responder ante cosas, ante situaciones, ante estímulos. Eso constituiría una mera respuesta. Cierta que muchas de nuestras conductas diarias son meras respuestas. Así si hace calor, respondemos sudando. Pero lo específico de la vida humana no es sólo emitir respuestas. Lo específico de la vida del hombre es tener propuestas, esbozos apenas apuntados del modo en que más tarde nos conduciremos. Nuestra conducta ha de transformarse en propuesta ante la cual uno mismo pueda responder.

Así pues, la conducta del hombre estriba más en una cierta inquietud, en anticipar cosas a las que un día llegar a responder, que en, simplemente, responder. Si solamente respondiéramos a los estímulos del medio, seríamos unos respondientes, o acaso unos respondones, y poco más. Una persona que agota su repertorio de conductas en sólo responder es una persona que ha sacrificado su libertad, que ha hecho de ella un holocausto en el altar de la nada. Porque compromete su libertad en responder sólo a lo que le llega, pero no en hacer que le llegue aquello a lo que quiere

responder como él quiere, de manera que consiga hacer que haya lo que todavía no había. En esto reside también la libertad humana: en hacer que haya lo que *todavía no* había.

Desde este horizonte, hay que afirmar que el dolor, en tanto que dolor, casi no se puede prevenir, pues llega cuando llega. Pero, al mismo tiempo, en tanto que cada hombre que sufre ha de responder a él —y de un modo personalísimo—, he de afirmar que el dolor sí que puede prevenirse. No es posible la prevención del dolor, pero sí la respuesta que demos al dolor.

Cada persona tiene su trayectoria biográfica: la que él quiere o la que las circunstancias, si él no quiere elegir, le marquen, es decir, lo que el flujo estimular suscite en su organismo. Si el hombre no elige qué respuesta va a dar cuando el dolor le alcance, si no se atreve a elegir, muy probablemente la vida o las circunstancias decidan por él: no la vida en general, sino las circunstancias. En un caso así, la persona finalizaría siendo apenas una persona-estímulo-dependiente, una persona circunstanciada, que no teniendo ninguna propuesta personal que hacer, se conforma con refugiarse en la pasividad de quienes se resignan a ser parasitados por las circunstancias y lo que éstas determinan, sin que ni siquiera hayan sido por ella buscadas.

En la vida humana se puede hablar de sufrimiento o felicidad, porque la persona es libre. Y, como tal, lo propio del hombre es anticipar lo que todavía no es y futurizar, desde hoy, lo que llegará a ser. Eso es lo propio del hombre. La temporalidad humana es así. Las trayectorias biográficas serán de sufrimiento o felicidad, según el proyecto que cada hombre hace con y de su vida. Hay personas que tienen como proyecto de vida no hacer ningún proyecto. Eso también es un proyecto, sólo que demasiado pobre, sencillamente porque en un proyecto así el hombre no se auto-proyecta en lo que proyecta. Más bien, las personas que así se comportan también se están proyectando hacia el futuro, pero eligiendo la nada. En realidad, quedan a merced de la pura determinación de sus circunstancias. Un proyecto como éste es un proyecto muy pobre y casi miserable: algo muy poco humano y equívoco, al instalarse en la circunstancia que mejor prepara para el aturdimiento. Es también el proyecto que menos se compromete con la libertad, el que menos arrastra y vincula a la personalidad y el que peores consecuencias genera.

Estamos en una cultura en que el sufrir tiene «mala prensa» y, a lo que parece, no se cotiza en bolsa. Hoy el dolor no es un valor. Sufrir hoy es un dis-valor. Algo que no interesa, que no conviene, algo de lo que es mejor no hablar. Ese miedo al dolor se avizora muy bien desde la consulta de un psiquiatra, allí donde el dolor pierde su nombre y se transforma en incomprensión, vejaciones y humillaciones sin cuento. En ese escenario privilegiado puede observarse una buena parte del sufrimiento del hombre actual, de muchas personas que, por otra parte, en algunos aspectos valen más que los que no son pacientes psiquiátricos. Algunos de ellos, sin embargo, han sabido tener la grandeza de asumir sus sufrimientos sin siquiera mendigar la limosna de la comprensión. Y, sin embargo, están allí. Hay en esas personas mucho sufrimiento —una razón más para que no se les vea bien o se les rechace socialmente— y, en consecuencia, se les hace el vacío. En realidad, el tema del sufrimiento —a pesar de su inevitable realidad lacerante— muy pocos se lo plantean hoy y, cuando nos lo planteamos, es casi siempre porque estamos forzados a atravesar por esa experiencia. Quizás por eso, cuando el dolor sucede a otro, probablemente no nos interese considerarlo.

Junto a esta algofobia social, a ese temor social al dolor, hay también lo que se podría llamar el «sufrimiento inútil». Hay algunas personas que sufren como consecuencia de la estulticia de su comportamiento. Han optado por elecciones que muy probablemente acabarán en el sufrimiento. En estos casos es deber del médico tratar de enseñarles para que, en lo sucesivo, elijan mejor. De lo contrario, si se empeñan en seguir haciendo lo que hasta ahora han hecho, es muy probable que continúen sufriendo de una forma absurda e irracional. En esto sí que cabe hacer una cierta prevención del dolor y del sufrimiento del hombre.

Felicidad, placer y masoquismo

Se ha dicho que la felicidad es «el bien que todos los seres naturalmente apetecen». Esto significa que para ser felices, hay que partir de que hay un bien, porque si no lo hubiera, el hombre no podría ser feliz. Cualquier persona que abra sus ojos y observe que en su horizonte no hay nada a lo cual pueda llamar «bueno», que para ella no hay nada que valga, muy difícilmente podrá ser feliz. De aquí que parezca acertado el primer término de esa

definición de felicidad. Esto significa que tiene que haber un cierto «bien», en el que todas o casi todas las personas coincidan. En ese «bien» que todos apetecemos reside la felicidad humana.

Ese bien en que todos estamos de acuerdo ha de ser apetecido naturalmente. No se trata, pues, de un bien que nos apetezca artificialmente. Se trata de que ese bien sea algo natural y naturalmente apetecido por todos.

Consideremos ahora otro término de la definición: «apetecen». Se apetece lo que despierta, la aparición de algo valioso que hace que emerja una cierta tensión o tendencia que ponga en marcha, que haga vibrar el comportamiento humano en dirección hacia esa meta o propósito. Supongamos a un enfermo que sufre y que no atina a saber cómo responder a su sufrimiento. Supongamos que a la caída de la tarde —cuando el horizonte se colorea con esa hemorragia en que se desangra el sol en el ocaso—, emerge un nuevo valor para ese paciente. En unas circunstancias como éstas es muy probable que el enfermo dolorido contemple el nuevo valor en su horizonte, dilate su pupila y abandone la indiferencia en que se encontraba. Si persiste en su contemplación, es posible que, saliendo de su indiferencia, observe ese valor con mayor atención y termine por decirse (y decidirse) a sí mismo: «Hay que ir a por ese valor...; si consigo alcanzar ese valor, yo mismo seré valioso». Eso es apetecer, en el sentido en que aquí se ha empleado.

Apetecer aquí es sinónimo de querer. Nos estamos refiriendo al querer de la voluntad, al apetito intelectual con conocimiento del fin. Eso es lo que nos hace felices: «el bien que todos los seres naturalmente quieren».

Conviene distinguir aquí entre ciertos términos, de amplia circulación en la actualidad, como apetecer, desear y querer, cuyos significados aparecen confundidos en el uso coloquial que de ellos se hace. Muchas personas que buscan el placer, apetecen y desean, pero no quieren. Lo propio de la felicidad es querer. Lo propio de los instintos es apetecer. Lo propio de la imaginación es desear. No son funciones idénticas la imaginación, los instintos y la voluntad. Por eso, apetecer, desear y querer tampoco significa igual. Para ser felices hay que querer. Y para querer, hay que conocer. Porque no se quiere lo que no se conoce. Si se quiere ser feliz, es menester conocer antes qué es la felicidad. Y para conocer hay que formarse. Si no se abre la inteligencia al conocimiento, es muy difícil que se pueda acertar con lo que es la felicidad.

En la actualidad, hay también un uso atomizado y fraudulento del concepto de felicidad. Hoy se confunde felicidad con placer. Y con placer instantáneo. Pero eso no es la felicidad. Eso no hace al hombre feliz, porque se aturde en la persecución de tantas sensaciones placenteras irreconciliables, mientras huye de su intolerancia a la más pequeña de las frustraciones ordinarias.

Todos ellos son placeres puntuales —poco importa su número y cualidad—, pero no son la felicidad. ¿Cuál es el hilo que une a todos esos placeres dándoles un sentido? En el caso de algunas personas, ninguno. Pues aunque haya, secuencial e instantáneamente, satisfacciones placenteras que nada tienen que ver unas con otras, a nadie se le ocurriría llamar a eso felicidad. Y es que esas satisfacciones momentáneas e invertebradas desorganizan la vida, la fragmentan y acaban por atomizarla. Nada de eso que se ha hecho —ni todos esos placeres juntos— fundan y dan cumplidas cuentas de la totalidad y el sentido de su vida. Tampoco constituyen una respuesta suficiente a la unidad y totalidad de su vida personal. A eso no apunta la unidad armónica de la vida humana. Y es que «eso» no puede ser garante de felicidad alguna.

Por contra, hay quienes se enfrentan a sus sufrimientos dotándolos de sentido y no sólo conformándose con ellos. El comportamiento de éstos posiblemente sea calificado por los primeros de masoquismo, pero en modo alguno es tal. Es simple y llanamente que han descubierto que la felicidad es compatible con el dolor y la frustración: que siendo estas experiencias en sí mismas detestables pueden trenzarse y redimensionarse al calor de una nueva luz que las colma y plenifica.

Como afirma Frankl (1990, pp. 139-156), «la valentía ante el sufrimiento, esto es lo que importa (...). El escapista huye ante el sufrimiento necesario (...); el “masoquista” va en busca del sufrimiento innecesario. ¿En qué consiste, pues, la esencia del masoquismo? ¡Falsifica el desagrado convirtiéndolo en placer! (...) El *homo patiens* transforma el sufrimiento en acción (...); sabe que al tender hacia el sufrimiento ya lo trasciende, persiguiendo a través del sufrimiento aquello en aras de lo cual sufre, en una palabra: sacrificándose (...); y es que no sólo cumplimos y realizamos valores produciendo, sino también viviendo y sufriendo. El sufrimiento es acción. La muerte quiere decir cosecha. En realidad, ni el sufrimiento ni la culpa ni la muerte —toda esta

tríada trágica— pueden privar a la vida de su sentido. Pues, como afirmase Kierkegaard, “aunque la locura me ponga ante la vista el vestido de bufón, puedo salvar mi alma: si mi amor a Dios vence en mí».

En el dolor, algunos pacientes descubren un mundo más amplio, armónico y exigente: el de los valores. A la luz de ellos sí que pueden anidar y acunarse bien las experiencias dolorosas que en lugar de humillar contribuyen a que el hombre se acrezca en toda su estatura.

El dolor y los valores

La felicidad tiene que ver con el hecho de plantearnos una cuestión fundamental. En el fondo, cuando hablamos de felicidad lo único que hacemos es cumplir con el deber y el derecho de esclarecer cuál es el sentido de nuestra propia vida. Esto invita ya a preguntarse si se es feliz o no. Cuando un niño llega a este mundo dispone, como diría, de estructuras recibidas —por cultura, tradiciones y educación—, que hacen que no esté del todo a la intemperie, ni del todo desnudo y desvalido. Nos estamos refiriendo, claro está, a los valores que, por ejemplo, hemos visto realizados en éste y en aquél y que, pareciéndonos buenos, intentamos apropiarnoslos.

Con su descubrimiento comienza a configurarse un cierto proyecto de vida. Y, de alguna manera, un cierto sentido que da cuenta y razón de ella. Se concreta así un cierto deseo de felicidad. Pero a partir de esa estructura, hemos de ir mucho más lejos. Es decir, el hombre doliente tiene que plantearse seriamente —tanto le va en ello— si va a ser feliz o no, a pesar de sus sufrimientos. Y para ello, lo primero que descubre es que ha de aceptarse a sí mismo tal y como es, así como los sufrimientos y limitaciones que, por la enfermedad, en él están varados. Ciertamente que no hay que quedarse en eso, pero sí es obligado partir de eso.

«No hay ninguna psicoterapia —escribe Frankl, 1990— sin una concepción del hombre y sin una visión del mundo». Todo médico tiene una imagen del hombre, aunque no lo sepa, no quiera saberlo o se empece en tratar de demostrar todo lo contrario.

Cualquiera que sea la imagen del hombre que el médico tenga, en mayor o menor grado acabará influyendo —a veces decisivamente— en el proceso terapéutico y en el propio paciente. No es

de extrañar que esto vislumbren muchos pacientes, por lo que consideran prudente tratar de informarse y conocer cuál es la concepción del hombre que tiene el médico, antes de acudir a su consulta.

El médico debe evitar este peligro de partir de una tergiversada imagen del hombre. De lo contrario renuncia a una de sus armas más importantes en la lucha por la salud y la curación del paciente. Incluso, muy probablemente, pueda agravar el mal, al impedir que el enfermo se entienda a sí mismo en su íntegra realidad y, por tanto, que encuentre el sentido de su sufrimiento.

«Lo espiritual —escribe Frankl, 1990— no es sólo una dimensión del hombre, sino que es la dimensión específica de éste (...). La persona es un individuo: la persona es algo indivisible, no se puede subdividir ni escindir, precisamente porque es una unidad. Pero la persona no es solamente *in-dividuum* sino también *in-summabile*; esto significa que no es sólo indivisible, sino que tampoco se puede fundir, y esto no se puede hacer porque no es sólo unidad, sino también totalidad» (p. 68).

A ciertos médicos les cuesta mucho dar el paso de lo corporal a lo psíquico y a lo espiritual al tratar a sus pacientes, renunciando así a que éstos se abran a la trascendencia. Conste de que no se propone aquí que el médico salte de uno a otros planos, sin que venga a cuento o haya una poderosa razón para hacerlo. Pero hay muchas situaciones en la clínica diaria en que no hay que dar tal salto, sino que pasar de uno a otro plano es simplemente algo que viene demandado por el propio paciente. En una circunstancia como ésta el médico debería ayudar al paciente a que encuentre el sentido de su vida y de su enfermedad.

El médico debiera descubrir en cada enfermo la persona humana completa y única, inabarcable e incognoscible en su totalidad, es decir, el *homo humanus*, el hombre humano que no se deja simplificar por ninguna de las modalidades del cientificismo actual. Cuando el médico acoge al paciente sólo desde su perspectiva de especialista, actúa como si el enfermo no fuera sino un esquema, la deformada «hechura» a la que lo ha reducido mediante sus conocimientos de experto y su olvido de lo que es la persona humana. El médico ha de colaborar en que el paciente trate de descubrir libremente aquellos valores que, de una u otra forma, tejen sus sufrimientos y pueden conducirle al encuentro de lo que para él tiene sentido.

Dos actitudes frente al sufrimiento y su posible neurotización

Siguiendo a Frankl (1990), pueden distinguirse dos formas de enfrentarse al sufrimiento. De una parte, la del *homo faber*, es decir, la que corresponde exactamente a lo que hoy se denomina una persona de éxito, que sólo conoce dos categorías y sólo piensa y se mueve por ellas: el éxito y el fracaso. Son personas que llenan de sentido sus vidas produciendo. Cualquier *yuppie*, actriz, intelectual o político, caracteriza bien a quienes han optado en sus vidas por el hacer, por la fiebre de la producción, por autotranscenderse a sí mismos y realizarse únicamente a través de lo hecho.

Una persona así, ¿cómo podrá soportar la vida, cuando a causa del sufrimiento que experimenta, aparentemente, ni siquiera se le conceda la posibilidad de tomar las riendas de su propio destino? En tal caso —cuando ya no es posible acción alguna—, parece lógico que el *homo faber* se desespere ante el sufrimiento —un objetivo este con el que no había contado en su proyecto vital— y renuncie a seguir viviendo. Estos pacientes también llegan hoy al psiquiatra —y tal vez más frecuentemente que antes— en busca de consuelo y ayuda.

De otra parte, nos encontramos con el *homo patiens*, aquel que, por el contrario, ha optado por actitudes valiosas, en lugar de perseguir valores sólo productivos. Frente al *homo faber* —para quien el triunfo del *homo patiens* le parece necesidad, absurdo y escándalo—, este segundo tipo de persona percibe el mundo de los valores como realización personal.

El *homo patiens* es consciente de que puede realizarse hasta en el fracaso más rotundo y en el descalabro más extremo. Para el hombre doliente el no desesperarse constituye ya un modo de realización. Así, puede llevar una vida con sentido a pesar del aparente fracaso. Y es que el sufrimiento alberga muchas posibilidades de sentido: un rango de valor muy superior al que ofrece el producir. El hombre doliente hace suya la afirmación de Goethe de que «no existe ninguna situación que no se pueda ennoblecer o por el actuar o por el soportar».

En el ámbito clínico, el conocimiento de las anteriores actitudes frente al dolor tiene una gran relevancia. El *homo faber* suele responder al sufrimiento o rebelándose con odio —por falta de sumisión— o renunciando a la lucha —por falta de coraje—. En cualquier caso, no acepta lo

que le sucede y, sobre todo, no saca de ello ningún provecho.

Por el contrario, el hombre doliente encuentra en el sentido de su sufrimiento no sólo una dignidad ética, sino además una dignidad antropológica, que es lo que le realiza personalmente. El hombre doliente descubre en el sufrimiento la posibilidad del sacrificio voluntario, donde se le revela la esencia de la persona.

En cambio, la obsesión por escapar del sufrimiento a toda costa agudiza la enfermedad. Algunos pacientes hacen depender la curación del hecho de liberarse de la neurosis. Pero, como asegura Frankl (1990), «no es la libertad de la neurosis lo que nos convierte en auténticos, en hombres que conocen la verdad o que incluso se deciden por ella, sino que es la verdad la que nos hace triunfar sobre la tragedia que forma parte de la esencia de la existencia humana y, en este sentido, la verdad nos libera del sufrimiento, mientras que nuestro simple estar libres del sufrimiento no sería capaz ni mucho menos de acercarnos a la verdad» (p. 238).

Baste recordar aquí que el hombre no es libre frente a la verdad, sino que es la verdad la que le hace ser libre. Por eso nada tiene de particular que la «cura de almas» se haya mostrado en ocasiones como algo muy eficaz para la aceptación del sufrimiento. Porque, cuando la solicita el paciente, la dirección espiritual comprensiva y exigente, paciente y estimulante constituye una poderosa ayuda para el encuentro con uno mismo, con lo más recóndito de la propia intimidad.

Es ahí precisamente donde tiene que hacerse la luz en estos pacientes para que emerja la verdad, el principio al que ajustar la propia vida. Sólo cuando se vive en la verdad —sin enmascarar u ocultar lo que realmente se es—, es decir, cuando descubrimos lo que somos y lo que debemos hacer con nuestras vidas, sólo entonces comenzamos a ser libres. Desde esta perspectiva, vivir en verdad constituye además una excelente medida preventiva contra la neurotización del sufrimiento humano.

Sobre la felicidad y el sentido del dolor

Afrontar verdaderamente el dolor es aceptar un despojo ilimitado, prestarse a una terrible transformación, arrojarse a fondo perdido a una nueva existencia, renunciar a las posesiones y costumbres para confiarse a lo desconocido.

El dolor y la muerte pertenecen al misterio del hombre; ambos se encuentran íntimamente entrelazados con su condición y con su destino. En el sufrimiento, el hombre experimenta la paradoja de su limitación, de forma particularmente evidente e intensa. En cierto sentido, el hombre doliente experimenta densada una faceta de su ser —la finitud—, a pesar de que en su interior continúa sintiendo la llamada a la felicidad, la grandeza de su dignidad, el saberse superior al entero universo material. El hombre que sufre se encuentra en un momento especialmente importante de su vida, un momento en el que, a la luz de esa experiencia, puede comprender, con luces nuevas, la distinción que es preciso hacer entre lo verdaderamente importante y lo que no lo es.

Esto hace precisamente que el dolor humano no pueda compararse con el dolor de los animales. El hombre sufriente puede sentirse exiliado en su dolor; el animal, no. Pero puede también aceptarlo, asumirlo e incluso quererlo, características que jamás pueden concurrir en el caso del animal. Por eso no tiene ningún sentido que se alcen voces tratando de igualar en este punto al hombre con los animales.

La polémica, por parte de algunos, rebasa los límites de lo que sería razonable y se muda aquí en irracionalidad. Autores como Singer (1990) se obstinan en afirmar que «la aplicación del principio de igualdad exige que se valoren con el mismo patrón los sufrimientos iguales padecidos por las diversas criaturas, al margen de que pertenezcan a la especie humana o a otra especie animal». Rollin (1981) llega a defender el derecho de los animales, por el solo hecho de vivir y tener funciones e intereses. Regan (1983), por su parte, deriva estos presuntos derechos asignados a los animales de la obligación natural humana de respetarlos.

El Frente de Liberación Animal británico ha llegado mucho más lejos, al perpetrar recientemente un atentado, que se cobró una vida, contra dos científicos ingleses, por el hecho de experimentar con animales. Nada de particular tiene que *The Times* haya calificado a estos atentados de «zoolatría y fascismo verde».

En esta polémica hay también argumentos más racionales. Así, por ejemplo, los de Cohen (1988), profesor de Ética en la Facultad de Medicina de la Universidad de Michigan, quien sostiene lo que sigue: «La posesión de derechos presupone un estatuto moral del que carecen la mayoría de los seres vivos (...). En nuestro trato con los animales

pocos negarán que al menos estamos obligados a actuar humanamente (...). Pero tratar humanamente a los animales no es tratarles como si fueran humanos o titulares de derechos».

Otra cosa muy diferente es que el hombre respete y cuide a la naturaleza y a todos los seres como corresponde al puesto que ocupan en el mundo, como corresponde al hecho de ser persona. Pero eso en modo alguno nos autoriza a igualar el sufrimiento humano y el dolor de los animales.

Entre estas diferencias sustanciales entre el hombre y el animal en lo que atañe al dolor, he de citar aquí la del sentido del dolor. En efecto, el hombre es esencialmente un ser que se interroga, que cuestiona, un ser para el que no todo acontece necesariamente.

El hombre es un ser empeñado en la búsqueda de un sentido del *logos*. Ayudar al hombre a encontrar ese sentido es un deber del médico y, especialmente, del psicoterapeuta. Hoy, como ayer, el hombre que no encuentra un sentido a su vida se hunde en el vacío existencial. Éste es el diagnóstico que viene sosteniendo ininterrumpidamente Frankl (1988) a lo largo de medio siglo.

Cuando un hombre no encuentra sentido a su vida, a causa de lo que sufre, es posible que satisfaga esa primaria y elemental necesidad de entregarse a la satisfacción de otras necesidades jerárquicamente más bajas (sexo, alcohol, drogas, etc.). A lo que parece, de lo que toda persona humana tiene necesidad es de encontrar un sentido para su propia existencia. Pero el modelo antropológico que pone de manifiesto esta necesidad primordial, ha sido sistemáticamente ignorado por el hombre de nuestro tiempo.

Preguntarse por el sentido de la vida, por su valor, no es una manifestación sintomática de que el hombre esté enfermo, como pensaba Freud. «El hombre —escribe Frankl, 1988—, al interrogarse por el sentido de la vida, más que eso, al atreverse a dudar de la existencia de tal sentido, sólo manifiesta con ello su esencia humana (...); tal pregunta no es la manifestación de una enfermedad psíquica, sino la expresión de madurez mental, diría yo. En la sociedad de la abundancia, el estado de bienestar social prácticamente satisface todas las necesidades del hombre; hasta algunas necesidades en realidad son creadas por la misma sociedad de consumo. Sólo hay una necesidad que no encuentra satisfacción, y ésa es la necesidad de sentido en el hombre, ésa es su “voluntad de sentido”, como yo la llamo.»

Precisamente es esto lo que hace que el dolor pueda contribuir al perfeccionamiento de la persona, pues le ayuda a preguntarse por el sentido de su vida y, de esa forma, puede colaborar a la felicidad personal.

La búsqueda de placer recorre hoy senderos, antiguamente muy poco transitados, que comportan un cierto riesgo. Éste es el caso de la «voluntad de prestigio», un sucedáneo de la «voluntad de poder» de antaño, que ahora se formaliza como éxito profesional. Y con la búsqueda del prestigio, la «voluntad de tener» la mayor cantidad de dinero posible (*making a lot of money*). Como si el tener más hubiera de dar inevitablemente un mejor sentido al hombre que sufre.

Obviamente, el placer, el dinero, el éxito y el tener son como los cuatro puntos cardinales que constituyen el mapa de referencias, la carta de navegación que aparentemente toman algunos jóvenes contemporáneos para, erróneamente, tratar de encontrar un sentido a sus vidas, para conducir a un puerto seguro sus personales trayectorias biográficas. Con estos pseudovalores se ha vertebrado un modelo antropológico exitoso —el *yuppy*— que, lamentablemente, hoy tratan de imitar ciertos jóvenes universitarios.

Pero el protagonismo de ese modelo es incompleto. Se silencia o se oculta el abismo final en el que terminan algunos de los que siguieron esta trayectoria: el complejo o debilidad en que se sumergieron las personas exitosas que sacrificaron el sentido de su vida y la lealtad a él, a cambio de obtener un mayor éxito, más poder económico o más placer. Por este sendero no se entiende cómo el hombre puede alcanzar un sentido para su dolor. En realidad, el sentido del dolor es consecuencia del sentido de la vida que se tenga; en cierto modo, el sentido del dolor remite y se resuelve en el sentido de la vida.

¿Tiene sentido la experiencia de «encontrarse existiendo»? La experiencia de «encontrarse existiendo» —algo de lo que se ha venido ocupando Arellano (1991)— revela un acontecimiento absoluto: aquello por lo que se me da todo lo que se me da, de manera que sin ello no se me da nada por ningún otro acontecimiento.

La situación de «encontrarse existiendo», cuando uno no tiene en sí la razón de su origen ni la razón de su término, permite alcanzar, por nuestra autoconciencia, el hecho de la donación de nuestra propia existencia. Más aún, el mismo hecho de «encontrarse existiendo» también me ha sido dado

e inicialmente tampoco me pertenece, es decir, no es mío, aunque erróneamente lo pueda considerar como «lo mío». La autoconciencia de este acontecimiento absoluto permite encontrar sentido a la vida del hombre, porque la defiende de cualquier enajenación o posible extravío. Esa misma radicalidad de la autoconciencia de «encontrarse existiendo» puede constituirse en la fuente que da sentido a la propia vida, puesto que la encamina a estar permanentemente dispuesta a darse a sí misma.

En este juego incesante de la aceptación de lo dado —el dolor también nos ha sido dado— y de la permanente disponibilidad del darse —que es tanto como el hecho de aceptarlo— es donde emerge la experiencia de la libertad y la misma libertad humana. Este juego es el que en verdad autorrealiza al hombre que, en tanto que aceptante/donante de sí mismo —y de los sufrimientos que acompañan el *iter* que es su vida—, está siempre y prontamente dispuesto a la solidaridad, sin caer en la seducción ni en la fascinación de tomarse lo dado a sí mismo como algo propio que le perteneciera.

En mi opinión, en esto consiste el sentido de la vida y del sufrimiento. Como escribe Frankl (1988), «el hombre, en último término, puede realizarse sólo en la medida en que logra la plenitud de un sentido fuera en el mundo, y no dentro de sí mismo. En otras palabras, la autorrealización se escapa de la meta elegida en tanto se presenta como un efecto colateral, que yo defino como “autotrascendencia” de la existencia humana. El hombre apunta por encima de sí mismo hacia algo que no es él mismo, hacia algo o alguien, hacia un sentido cuya plenitud hay que lograr o hacia un semejante con quien uno se encuentra».

Es posible que el cínico considere insustancial la búsqueda de significado al sufrimiento. Pero ya nos hemos ocupado, líneas atrás, del vacío al que conduce el hecho de no encontrarle sentido al dolor.

De otra parte, nunca se ha reflexionado bastante en este hecho fundamental: el hombre ha obrado siempre como si algo superase en valor a la vida humana. Consciente o inconscientemente, se compara sin cesar la vida con la verdadera vida, la voluntad querida con la voluntad queriente, los objetos particulares con la radical ansia de infinito. Estas peculiaridades, que pueden avizorarse en la vida de cada hombre, confirman la necesidad de encontrar un sentido para el sufrimiento y para la vida toda.

Solzhenitsin (1971), en una de sus obras, pone en boca de un moribundo las palabras siguientes,

que confirman lo que acabo de decir: «A veces siento con tanta claridad que lo que hay en mí no es aún totalmente mío. Hay algo muy muy indestructible, algo muy muy alto. Algo como una esquirra del Espíritu universal. ¿No lo notáis?».

Pero volvamos al tema de la felicidad, por contraposición al problema del dolor. Una cuestión que es preciso afrontar, por su vigencia en la actual sociedad, es la de no confundir la felicidad con el placer. Algunos hombres confunden hoy la felicidad con el placer. Por eso, cuanto más se busca aquélla, menos se encuentra éste. En otras ocasiones, sin buscarla, la encontramos. A veces, la felicidad pasa por nuestras vidas rozándola, golpeándola incluso, sin que de ello nos demos cuenta.

En estas circunstancias —con ocasión del golpe del dolor que tan inoportunamente eclosiona—, puede que se nos presente una ocasión fabulosa en la que atisbar, de una vez por todas, dónde está el norte de la felicidad, lo que tal vez podría orientar nuestra entera trayectoria vital y biográfica y, sin embargo, tal ocasión pasa inadvertida y sin provecho alguno. Y es que no estamos atentos sino más bien confundidos. Precisamente por eso, no nos abalanzamos sobre la felicidad para conquistarla, y, consecuentemente, se nos escapa.

Conviene resolver este error: la felicidad no es el placer. La felicidad requiere tiempo, permanencia. Si alguien afirmase que ahora es feliz, pero que en apenas unos minutos va a dejar de serlo, desde ese mismo instante dejaría de serlo. Ni siquiera será preciso que transcurran esos minutos, pues basta con saber que la felicidad va a perderse, para que desaparezca. La felicidad tiene vocación de permanencia; el placer no. El placer como ya hemos visto, es puntual; incide aquí o allá y ya está; al segundo siguiente ya no es. La felicidad, por el contrario, tiene vocación de eternidad.

La felicidad no se compromete con una parte de la vida humana, sino que afecta a la totalidad. El placer afecta casi siempre a apenas un sector de nuestra corporalidad, desde donde invade el resto del organismo y tiñe nuestro talante personal. Por contra, la felicidad abarca todas las dimensiones de nuestro ser y de nuestro estar en el mundo. ¿Por qué acontece esto? Porque la felicidad no depende de los estímulos, porque la felicidad no depende, en definitiva, de nuestra sensorialidad. La felicidad es mucho más omniabarcante, holística y globalizante y menos puntual que el placer. También la felicidad resulta inseparable del sentido de la vida que se tenga.

El carácter perfectivo del sufrimiento humano

Algunos no aprecian o descalifican toda experiencia humana del sufrimiento, como si de una maldición se tratase. En esta equivocada perspectiva se hace coincidir al sufrimiento con la absurdidad. Olvidan que el dolor tiene también una dimensión perfectiva de la persona que lo padece. De aquí la urgente necesidad de recuperar el valor y la dignidad que subyacen soterrados en el sufrimiento.

Conviene recordar que para alcanzar el bien en que consiste la felicidad hay que luchar. Eso significa que hay que buscar la perfección en las entrañas del sufrimiento. Cuando el hombre se entrega a esta búsqueda, el dolor deja de resistírsele, le desvela su misterio y se le entrega, desvaneciéndose el halo de absurdidad que le envolvía.

En realidad, al hombre no se le conoce hasta que no advertimos cómo se comporta frente al sufrimiento. El dolor constituye una experiencia donde el hombre se pone a sí mismo a prueba. El dolor es ese acontecimiento, ese punto de toque que es útil para el perfeccionamiento personal. Si a través de esa experiencia el hombre mejora y se perfecciona, el dolor habrá contribuido a hacer al hombre feliz. Lo propio del hombre es la búsqueda de la felicidad, la pelea esforzada por alcanzar la propia perfección; el dolor es apenas una ocasión de la que el hombre puede servirse para alcanzar esa perfección. Y es que para ser feliz hay que hacer el bien.

El hombre, desde que nace, tiene una cierta perfección: la del ser. Pero el hombre es una perfección inicial que, por estar abierta, exige una perfección final de mayor nivel. El hombre es una perfección perfectible. Y toda nuestra vida consiste en satisfacer esa perfectibilidad a la que apunta la perfección inicial, en que consistimos y somos. Y eso es ser feliz. Ser feliz es elevar a la máxima perfección posible todas nuestras facultades, haciendo el bien, que es lo que las hace buenas y nos hace buenos. Cuando no se procede así lo pasamos mal y llegamos a experimentar hastío por nosotros mismos. Nos aburrirnos, porque nuestra vida se ha vuelto ininteresante para nosotros mismos, porque hemos perdido de vista —hemos extraviado— que todavía podemos ser mejores en tantas cosas. Acaso también por eso sentimos la náusea en la boca propia, una situación patética esta, en la que lo único que nos falta es vomitarnos a nosotros mismos, ya que no

tiene sentido nada de lo que hacemos. Mientras tanto, nada nuevo nos trae el sucederse de los días acerca de qué podemos hacer con nuestras vidas transidas de dolor.

En esas circunstancias, lo que hay que hacer es olvidarse de lo mal que se está pasando. Sería más eficaz comenzar a pensar en lo fabuloso que sería —tratando de comportarse mejor— desarrollar al máximo las perfecciones que ya tenemos y adquirir las que no tenemos. Un reto como éste satisface a todos. Eso es la felicidad, algo que no es incompatible con el esfuerzo o el sufrimiento.

Este modo de afrontamiento del dolor fundamenta la propia autotransformación para ser una realidad transformante de los demás. Una persona feliz no ha conquistado ese estado para sólo su satisfacción, en el sentido egotista del término. La persona que busca y lucha por su felicidad no hace suya la siguiente formulación egoísta: «yo-para-mí-conmigo-solo-sin-nadie». Una persona que es feliz traslada, contagia, transmite su propia felicidad a los demás. Porque si no, paradójicamente, la felicidad así lograda sería algo empobrecido y desgraciado, es decir, pura infelicidad.

Para una ética de la felicidad

La filosofía moderna parece haber extraviado el concepto mismo de felicidad. Al no otorgarle el lugar central que le corresponde, como fin de la vida humana, ha restringido su contenido a la mera búsqueda de lo que sólo procura satisfacción. Recientemente, se ha producido una inflexión en el estudio de la Ética (MacIntyre, 1992; Spaemann, 1991; Abbà, 1989; Pinckaers, 1988) que trata de recuperar su arcano sentido felicitarario. De mano de éstos y otros autores, la Filosofía Moral rescata así un concepto nuclear en la tradición aristotélico-tomista que se había casi extinguido. En efecto, la ética clásica no se centraba tanto en determinar las normas a las que la persona debe atenerse en sus decisiones, como en considerar esas decisiones a la luz del fin general y último que une y da sentido a todos esos actos aislados. Lo que a la ética de la felicidad importa es el fin que la persona asume al tomar una decisión, el modelo de persona al que se aspira a ser al actuar de este determinado modo. Se trata de recuperar, bajo la inspiración del pensamiento clásico, el concepto de fin, de naturaleza humana y de ley, cuestiones sustantivas todas ellas que permiten al

hombre alcanzar lo que entiende por «vida buena» o por felicidad.

La nueva aproximación ética, frente a la anterior concepción hedonista, trata de ampliar su horizonte, integrando el obrar virtuoso de la persona, el aspecto subjetivo y hedónico de la felicidad —la reacción emotiva y gratificante que sigue a ésta— y los bienes exteriores. Se advierte así que el aspecto gratificante de la felicidad no es el norte que sirve de orientación a la conducta, sino la mera consecuencia del obrar bueno del hombre.

Hay personas que creen —como sugiere el chiste— que «todo lo que nos gusta está prohibido o engorda». Eso no es verdad. Hay que convenirse, de una vez por todas, que solamente haciendo el bien se es feliz. Y el bien se hace porque el hombre quiere hacerlo, porque le da la gana de ser feliz. Sería estúpido que el hombre cumpliera un mandato que no le hace feliz sólo por satisfacer un deber kantiano que le ha sido impuesto y cuya conciencia no se lo exige.

Ser y comportarse bien es ya un importante factor de la felicidad. El comportamiento virtuoso no se reduce a sólo un conjunto de hábitos que facilitan la repetición de actos buenos; la conducta virtuosa es mucho más que eso: es lo que eleva y potencia las capacidades operativas del hombre, ayudándole a vivir en armonía con Dios, con los demás y con el mundo. Y es que perseguir la felicidad a través de la práctica de la virtud es ciertamente más atractivo que vivir sometido a la ley o, fuera de ella, hacerse dependiente de sólo las satisfacciones puntuales hedonistas.

La autorrealización personal en la experiencia dolorosa

La felicidad es tanto más feliz, valga la redundancia, cuanto más se da, cuanto más se prodiga, cuanto más siembra en los que hay a su alrededor, contagiándola a todos. Para eso hay que tratar de ser un poco más perfectos de los que somos. En el fondo, la persona feliz no es otra que la persona que se ha autorrealizado. Una persona autorrealizada es la que ha realizado en sí ciertos valores, es decir, la persona que hace suyos, que encarna en sí misma esos valores. Conquistar esos valores y encarnarlos es tanto como avalorarse, por cuanto que cuando se poseen y realizan, uno mismo se hace valioso. La realización de un valor es lo que hace que una

persona se acrezca en su valor. Eso es lo que nos hace valer. Ser feliz es ser valioso.

Por eso, uno es feliz cuando, autorrealizándose plenamente, también ayuda o contribuye a la plena realización de los demás. Y es que el hecho de que los demás sean también valiosos constituye un valor —que no es renunciado— para los que no lo son. Uno se autorrealiza en la medida en que los que están a nuestro alrededor se realizan, por virtud del esfuerzo que nosotros ponemos. Uno es perfecto en la medida en que desarrolla lo perfectible que tenía su perfección inicial —en tanto que ser—, haciéndola más satisfactoriamente perfectible. Esto significa, como estamos observando, que la felicidad humana es solidaria y no se conforma con sólo la felicidad del propio y recortado yo. Felicidad y solidaridad marchan siempre cogidas del brazo: donde va una, allí forzosamente le acompaña la otra. Así de sencillo. Y es que la felicidad es hacer que todos participen y apetezcan ese bien que nos hace dichosos. En esas circunstancias se es feliz, a pesar de lo mucho o poco que nos cueste (dolor, sufrimiento, angustia, etc.).

Por eso es posible autorrealizarse en la experiencia dolorosa, porque el dolor puede constituir la piedra de toque, la ocasión, tantas veces mal aprovechada, para el autoperfeccionamiento personal.

Más allá del dolor y el sufrimiento del hombre

Hemos visto hasta aquí algunas de las razones que fundamentan el sentido del sufrimiento del hombre. Sin embargo, a pesar de su luminosidad, esas razones se quedan «cortas» al adentrarnos en el misterio del dolor y el sufrimiento del hombre. He aquí el *plus* del dolor, el reto del sufrimiento donde van a estrellarse —acaso por eso rehúsen salirle al encuentro— las ideologías materialistas de hoy. A pesar del desarrollo tecnológico y del indiscutible avance de la Medicina, el hombre, hoy como ayer, continúa siendo el *homo patiens*, el *homo doloris* de siempre, en su constante peregrinar al encuentro de alguna explicación que casi nunca alcanza.

En unas circunstancias como éstas, es lógico que apelemos a lo que hay de transhumano en la naturaleza del hombre. Es preciso realizar, entonces, un cambio de plano —de lo natural a lo sobrenatural—, para, desde allí, penetrar, con una mayor hondura ayudados por la luz de la fe, en ese

misterio. Las líneas que siguen parten de un supuesto irrenunciable —la fe católica— y son apenas unas reflexiones al hilo de la *Salvifici doloris*, de Juan Pablo II (1983).

En ese documento se parte de que «el sufrimiento humano suscita *compasión*, suscita también *respeto*, y a su manera atemoriza. En efecto, en él está contenida la grandeza de un misterio específico» (*Salvifici doloris*, n. 4). El respeto y la compasión son suscitados por el dolor en los que no sufren; el temor, en cambio, en el que sufre y en los que no. Ante el misterio incomprensible que desgarrar el tejido de la vida humana, hemos de remontar el vuelo a lo que de más alto hay en el hombre para desde allí dilatar nuestro horizonte y magnificar nuestra visión. Esta apelación es consecuente, de igual forma que lo superior explica lo inferior, lo absoluto explica lo relativo y lo eterno lo contingente.

Y es que lo que es invisible para el hombre, está presente ante Dios: lo que al hombre, aparentemente, le abaja y frustra impidiéndole su realización, Dios lo permite precisamente para que el hombre se realice; lo que a aquél escandaliza y puede llevar al desaliento, Dios lo consiente para que el hombre aumente su fe, acrezca su esperanza e intensifique su amor.

«En realidad, el misterio del hombre sólo se esclarece en el misterio del Verbo encarnado» (*Gaudium et spes*, n. 22). El misterio antropológico se ilumina con luces nuevas en el misterio teológico. Un misterio reconduce al otro; el primero se entiende —aunque no se explique— en el segundo. La pasión de Cristo transforma el marco referencial en el que el hombre doliente puede mirarse e inspirarse, en búsqueda de sentido para su sufrimiento.

Del hombre doliente puede emerger la figura del Crucificado. Así se manifiesta Cristo en nuestra carne mortal; de este modo, también Cristo se perpetúa y hace presente en el mundo. Así se cumple y plenifica aquel haber sido «hecho a imagen y semejanza de Dios» del inicio. Hasta este punto ha querido Dios que nos igualáramos a su Hijo, queriendo asociar nuestro dolor —también en lo que pueda tener de merecimiento— a los méritos del dolor y la pasión de Cristo. El signo negativo, horizontal, de todo dolor humano ha sido plenificado y optimizado con la cruz vertical, positiva, en que murió por nosotros el Hombre doliente. El dolor, ese modo en que se experimenta y concreta el mal en el mundo, puede y debe encaminarse hacia la conse-

cución del bien en el mundo. A partir de aquí, el cristiano no sólo no rehusará el dolor, sino que lo aceptará y hasta lo querrá, a pesar de los naturales temores que el dolor en él puede suscitar. Con el sufrimiento de Cristo se esculpió de una vez por todas en su divino cuerpo el sentido, la referencia obligada de todo sufrimiento humano. En adelante, el hombre puede no odiar ni evitar ni retorcerse ante el dolor —por escandaloso e intenso que sea—, sino que lo amará y agradecerá, porque de él —si está unido al árbol de la Cruz— ha brotado la salvación.

Ahora sabe que también el Espíritu Santo brotará de su cruz de cada día y le iluminará y consolará. De esta manera, el cuerpo —despreciado por los maniqueos de todos los tiempos— deviene en elemento ineluctable de salvación. El cuerpo, por la acción del dolor vivido con un sentido cristiano, se espiritualiza, más aún, se sacraliza y diviniza. Éste es el grano de trigo que muere —impregnado y medio confundido con la sangre redentora de Cristo, y corredentor con ella— y por eso da mucho fruto. La redención pasa por la cruz; la corredención por el dolor, para así entretenerse envueltos en el misterio de la Cruz divina y el dolor humano.

El escándalo del dolor de los inocentes —una cuestión tópica, pero no por ello menos inquietante— no conduce al absurdo, como algunos piensan, sino a la glorificación del Calvario, donde padeció y murió el más inocente de los inocentes. Este sentido del dolor cambia al mismo dolor. El dolor —«¿por qué a mí?»— no es consecuencia del *fatum*, azar o destino, sino voluntad de Dios, que quiere identificar al hombre doliente con su Hijo, una señal cierta de predilección divina. La pregunta certera no debe consistir tanto en «¿por qué a mí?», como en «¿por qué a Él?». La estructura de la pregunta condiciona la estructura de la respuesta. Por eso debe atinarse al formularla, para que la respuesta sea plenamente satisfactoria. Cuando se cuestiona el dolor de esta forma, el hombre descubre su sentido. Esa pregunta definitiva, cuando está bien formulada, da definitivamente respuesta al dolor del hombre y radicalmente satisface su hambre de sentido.

La pregunta acerca del sentido del dolor y el sufrimiento va más allá del dolor y el sufrimiento. Es ésta una pregunta que alcanza al hombre más allá del sentido de su sufrimiento, pues, a través de ella, el hombre, de una u otra forma, se pregunta siempre por el sentido de su fe. La pregunta acer-

ca del dolor encamina y se resuelve en la respuesta que el hombre dé a la cuestión acerca de su fe.

El misterio del dolor humano encamina al misterio del amor divino. Sin el sufrimiento de Cristo es locura tratar de entender el sufrimiento del hombre. Es como si el misterio de Dios quisiera acunarse en el misterio del hombre para hacerse así más cercano y asequible.

La redención se prolonga aquí en corredención, a través de la cual el hombre doliente se diviniza. El amor de Dios al hombre probado en el sufrimiento ilumina el sentido de su dolor, que se muda ahora amor de Dios y amor a Dios. El misterio del sufrimiento de Cristo se comprende por su amor a los hombres; el amor del hombre a Dios se entiende en el sufrimiento humano, a la vez que es donde éste adquiere su mayor grandeza y perfección: lo que hace crecer en dignidad al hombre.

El amor limpia y trasciende el dolor. El dolor del mal es borrado por la pujanza del bien del amor. La liberación del mal se hace a expensas de amor. Por eso el sufrimiento abre la vida a un sentido más pleno y la hace más digna —tantas veces como está a punto de extraviarse en el aturdimiento de naderías y futilidades, consecuencias del hedonismo—, obrando que el hombre haga pie en su existencia y toque fondo en su conciencia. El hombre se encuentra consigo mismo en la medida que hace suyo el sufrimiento de cada hombre —¡el suyo también!— y asume y se deja absorber por el más perfecto y pleno sufrimiento: el de Cristo.

Cristo curó a los enfermos y alivió al hombre en su dolor. Con eso demostró que es bueno combatir el dolor. Pero con su vida y su sufrimiento nos enseñó a divinizar el dolor, dándonos ejemplo para que todo hombre pueda encontrar un sentido pleno a sus sufrimientos y angustias. Tanto se acercó Cristo al sufrimiento humano que Él mismo se hizo sufrimiento, asumiendo, por todos los hombres, todo cuanto de dolor pueda haber en el mundo.

A partir de aquí, el sufrimiento del hombre será redimensionado de una forma completamente nueva: el dolor será vinculado al amor. Sufrir no será, en adelante, sino amar. La cruz se transforma en la cuna del amor, el lugar santo donde se acuna y del que procede toda salvación, misterio por cuya virtud el hombre alcanza su felicidad y plena glorificación.

El hombre se realiza a sí mismo, en tanto que sufre y su sufrimiento se asocia a la cruz de

Cristo. Cuando el hombre responde cristianamente al sufrimiento, la debilidad generada por el dolor se transforma en fortaleza salvífica y su miseria en potencia redentora. Esta fortaleza y potencia transforman no sólo el dolor, sino principalmente a quien así lo recibe. El dolor sirve a la autorrealización del hombre, porque a su través se realiza la redención del género humano. Y más allá de la autorrealización de cada hombre en su dolor personal, el sufrimiento alcanza y contribuye también a la plena realización de todos los hombres en la redención. Por eso, más allá del misterio, se vislumbra que el honor de Dios no se mancilla, sino que se expresa y manifiesta en el honor de la Cruz. De este modo, la miseria del dolor del hombre puede ser ocasión del acrecentamiento de su honor y dignidad.

El dolor del hombre —miembro del cuerpo místico que es la Iglesia—, en la medida en que se une al sufrimiento de Cristo, se colma de valor y se transforma en corredención. El cristiano santifica con su dolor a la Iglesia desde dentro —*ad intra*—, como un miembro que a ella pertenece. Esta santificación de la Iglesia por el cristiano desvela el carácter plenificador del dolor del hombre. La Iglesia, cuerpo de Cristo, se enriquece y santifica con el dolor de uno de sus hijos. La comunicabilidad de la gracia ganada por Cristo no ha querido encerrarse en el hermetismo y la indiferencia de salvarnos sin nosotros, sino que se ha abierto a nuestro dolor para manifestarnos que tiene necesidad de nosotros. Nuestro Señor no es un Dios solitario: quiere también que le acompañemos con nuestro dolor en sus sufrimientos y en su tarea redentora. Dios nos salva misteriosamente, haciéndonos dignos de ella y haciendo posible que cada criatura contribuya a su salvación personal y a la de los demás. De esta suerte, el cuerpo de Cristo —que es la Iglesia— y el cristiano —que es un miembro de ese cuerpo— se funden en una unidad en la que Dios salva al hombre en la Iglesia.

Al mismo tiempo, esto hace posible que la Iglesia sea santificada por el dolor del hombre y que el hombre se salve santificando a la Iglesia en la que él mismo se salva. La Iglesia, como cuerpo de Cristo, acoge la santificación que le procura el cristiano y perpetúa la obra redentora de Cristo, que quiere que todos los cristianos se salven.

La Iglesia salva a los cristianos y los cristianos santifican a la Iglesia. El misterio del dolor huma-

no ilumina el misterio de la Iglesia. El misterio de la Cruz de Cristo esclarece el misterio de la Iglesia y del dolor del hombre. El sufrimiento del hombre enlaza con el sufrimiento de Cristo, en la medida en que se particulariza y encarna en un miembro de cuerpo de Cristo, de la Iglesia.

La Iglesia, que es divina, está abierta a la recepción del valor del dolor humano, y al aceptarlo, diviniza al hombre a la vez que ella misma se humaniza. El dolor del hombre se nos manifiesta como una realidad humano divina, que alcanza su sentido pleno en la medida que es incorporado por el cristiano a esa naturaleza divino-humana que es la Iglesia. En este contexto son especialmente iluminadoras las siguientes palabras del apóstol Pablo, con que comienza la *Salvifici doloris*: «Suplo en mi carne lo que falta a las tribulaciones de Cristo por su cuerpo, que es la Iglesia» (Col 1, 24).

Cuando el dolor del hombre alcanza este sentido, entonces, la debilidad del sufrimiento no aplana, sino que eleva. Pero es preciso dejarse penetrar y fecundar por la fortaleza prestada de Cristo, que es el único que salva. En este caso esta debilidad no abaja, sino que exalta. El dolor así vivido no encierra en el hermetismo de la sinrazón, sino que permeabiliza a quienes sufren y les abre más allá de sus contemporáneos y del tiempo: les abre a la eternidad sin fin. La debilidad del dolor, que así se vive, ni debilita ni expolia ni empobrece, sino que enriquece, porque trascendiendo su situación colabora a la salvación de sí mismo y de los otros. La aparente debilidad del dolor vigoriza y robustece al hombre, ayudándole a vivir en paz y alegría y haciéndole resistir a los embates de la frustración y de la neurosis.

El sufrimiento en estas coordenadas cristianas deviene en una nueva realidad transformante, por que la el hombre se agiganta y madura más allá de lo que siempre soñó, elevándole por encima de su pequeña y natural estatura. Y lo mismo acontece con la muerte, que a pesar de no confundirse con el sufrimiento es, en cierto sentido, la plenitud del sufrimiento —en tanto que ruptura y máxima disociación del hombre—, pero también la condición ineluctable que abre la puerta de la felicidad eterna al hombre. De aquí su miseria y su grandeza. La muerte es la bisagra que une el cielo con la tierra y por eso también la puerta que, personal y definitivamente, abre la andadura humana a un horizonte sobrehumano.

Bibliografía

- ABBÀ, G., 1989: *Felicità, vita buona e virtù*. Librería Ateneo Salesiano, Roma.
- ALONSO-FERNÁNDEZ, F.: *Fundamentos de la Psiquiatría Actual*, Paz Montalvo, Madrid, vol. II, 1969, p. 76.
- ARELLANO CATALÁ, J.: «El acontecimiento absoluto de "encontrarse existiendo"», en VV. AA. *El hombre: inmanencia y trascendencia*, XXV Reuniones Filosóficas. Universidad de Navarra, Pamplona, 1991, pp. 529-554.
- BEECHER, H. K.: *Measuring of Subjective Responses: Quantitative effects of Drugs*, Nueva York, Oxford University Press, 1959.
- BUYTENDIJK, F. J. J.: *Über aen Schmerz*, Huber, Berna, 1948.
- CAMPBELL, J. N.; RAJA, S. N.; COHEN, R. H.; MANNING, D. C.; KHAN, A. A.; y MAYER, R. A.: «Peripheral neural mechanisms of nociception», en P. D. Wall y R. Melzack (eds.), *Textbook of Pain*, 2.ª ed, Edimburgo, Churchill Livingstone, 1989, pp. 22-45.
- COHEN, C.: *The New England Journal of Medicine*, 315, 14, 1988, p. 865.
- CONCILIO VATICANO II, Const. Past. *Gadium et spes*, n. 22.
- CRAIG, K. D.: «Social Modelling influences on pain», en STERNBACH, R. A.: *Pain a psychological analysis*, Nueva York, Academic Press, 1968.
- DEJERINE, J.; ROUSSY, G.: «Le syndrome thalamique» en *Revue de Neurologie*, 14, 1906, pp. 521-532.
- FRANKL, V. E.: *La voluntad de sentido*. Herder, Barcelona, 1988.
- Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona, 1990.
- GRAY, J. A.: *La Psicología del miedo*, Guadarrama, S. A., Madrid, 1971, p. 19.
- JESSELL, T. M., y KELLY, D. D.: «Pain and Analgesia», en E. K. KANDEL, J. H. SCHWARTZ y T. M. JESSEL (dirs.): *Principles of Neuronal Science*, 3.ª ed., Elsevier, Nueva York, 1991, pp. 385-399.
- JIMÉNEZ VARGAS, J.; POLAINO-LORENTE, A.: *Neurofisiología Psicológica Fundamental*, 3.ª ed., Científico-Médica, Madrid, 1992, pp. 99-112.
- JUAN PABLO II: Carta apostólica *Salvifici doloris*, (11-II-1983).
- LERICHE, P.: *La chirurgie de la douleur*, 2.ª ed., Mason, París, 1940, pp. 39-40.
- LIPPS, TH.; VON FUHLEN, E.: *Vollen und Denken*, Leipzig, 1926.
- LÓPEZ-IBOR, J. J.: *La angustia vital*, Paz Montalvo, Madrid, 1969.
- MACINTYRE, A.: *Tres versiones rivales de la ética*, Rialp, Madrid, 1992.
- PINCKAERS, S.: *Las fuentes de la moral cristiana*, Universidad de Navarra, Pamplona, 1988.
- POLAINO-LORENTE, A.: «Psicopatología y antropología del dolor» en *Folia Humanistica*, XVII, 197, 1974, pp. 255-267.
- REGAN, T.: *The Case for Animal Rights*, University of California Press, 1983.
- ROBERTS, W. J.: «A hypothesis on the physiological basis for causalgia and related pains», en *Pain*, 24, 1986, pp. 297-311.
- ROLLIN, B. E.: *Animal Rights and Human Morality*, Nueva York, 1981.
- RUDA, M. A.; BENNETT, G. J.; DUBNER, R.: «Neurochemistry and neural circuit in the dorsal horn», *Prog. Brain Res.*, 66, 1986, pp. 219-268.
- SCHACHTER, S.; SINGER, J. E.: «Cognitive, Social and Physiological Determinants of emotional states», en *Psychological Review*, 69, 1962, pp. 379-399.
- SCHULZE-MAIZIER, F.: *M. Eckharts deutsche Predigten und Tractate*, 1938.
- SINGER, F.: *Declaraciones a Il Mondo Operaio*, Roma, 1990.
- SCHNEIDER, K.: *Klinische Psychopathologie*, Georg Thieme, Stuttgart, 1962.
- SOLZHENITSIN, A.: *Pabellón del cáncer*, Aguilar, Madrid, 1971.
- SOULARIAC, A. y cols.: «Effects of Pain and of Several Central Analgesics on Cortex, Hippocampus and Reticular Formation of Brain System», en *International Journal of Neuropharmacology*, 6, 1967, pp. 71-81.
- SPAEMANN, R.: *Felicidad y benevolencia*, Rialp, Madrid, 1991.
- WEISENBERG, M.: «Pain and Pain control», *Psychological Bulletin*, 84, 1977, pp.1008-1014.
- WILLET, R.: «The effects of Psychoquirurgical Procedures on Behaviour», en EYSENCK, H. (dir.): *Handbook of Abnormal Psychology*, Londres, 1960, pp. 560-610.
- ZBORPWSKI, M.: *People in pain*, Jorsey-Bass, San Francisco, 1969.