



COLUMNA FILOSÓFICA

Contra la sociedad asintomática: una reflexión sobre el dolor

3.7



L. FRITZ

Columnista RHI

PUBLICADO

24 marzo 2021

VOL. II COLECCIÓN. C:1 - C27

La incertidumbre y el rechazo frente al dolor no tienen nada de sorprendente. Aunque sin saber muy bien de qué va el asunto del dolor, basta con una pizca de experiencia de dicho enigma para desdeñar su existencia. Esto ha permitido fundar socialmente un estilo de vida que le declara la guerra a este fenómeno. El dolor está provisto de incapacidad, es el fantasma de la muerte, aflige, deprime, angustia y como si fuera poco, no es atractivo y resulta vergonzoso.

El estado físico del dolor como el visible en heridas, lesiones y demás síntomas asociados es aceptado, comprendido y tratado con normalidad y sin mayor perjuicio social para el individuo que lo sufre, salvo en muchas excepciones como la menstruación, la desnutrición y hambruna, la violencia doméstica y demás ejercicios del dolor que no obtienen dichas consecuencias sino que

padecen otras muy distintas y agraviantes. La medicina ha intentado dialogar un poco con ello, pero incluso en este sentido tan intuitivo del dolor como el que se trata en la medicina convencional, existe una desdicha con el perfil de la persona adolorida. Pues esta pierde valor meramente por su condición de paciente: es débil, algo está mal con ella y, lo peor de todo, puede ser

contagiosa. Sin embargo, tal escenario no resulta tan terrible frente al que un dolor más profundo, muchas veces oculto detrás de este que recién repasamos, suele encontrar.

Esto que empiezo a llamar la profundidad del dolor puede prender una luz sobre qué es el dolor. Con ello pretendo hablar sobre las diversas experiencias de dolor sin perder de foco dicho concepto. Porque es fácil dejar de pensarlo cuando juzgamos a la persona cabizbaja, lenta, asocial, descuidada, desfavorecida, grosera, iracunda, entre otras. La humanidad enmascarada en un estilo de vida que le rehúye al dolor y a la comprensión del mismo, fácilmente ignora el sinfín de formas en las que se despliega este fenómeno y las terribles consecuencias que puede generar reprimirlo, menospreciarlo o exteriorizarlo abruptamente y sin ningún tipo de cuidado.

Afortunadamente existen disciplinas que no descuidan aquello que denominamos “salud mental”. La gente que se adentra en esa misteriosa jungla de la condición humana, más temprano que tarde tiene que lidiar con un dolor profundo, que no es difícil de ver pero sí de notar y diagnosticar. En torno a esto último, discusiones sobre si el dolor es un estado, un sentimiento o una emoción, o si el dolor es corporal o mental, ven atravesados sus muros de distinciones excluyentes por una cuestión ambigua, transversal y que interrelaciona estas nociones, a saber, la experiencia de dolor.

Cuando una lesión irrumpe el camino del deportista de alto rendimiento, hay un estado físico de dolor en el que sucede un diagnóstico material e incluso una intervención del mismo orden si es el caso que requiera un tratamiento quirúrgico, por

ejemplo. Del mismo modo existe un sentimiento de frustración e impotencia por el irremediable obstáculo que ahora enfrenta el atleta y, como lo dije anteriormente, no hay que perder el foco, esto hace parte de la experiencia del dolor y muchas veces es más intenso y perjudicial para el afectado que la misma lesión. Para ir todavía más lejos, puede existir un dolor más profundo exteriorizado, verbigracia, en el carácter depresivo, desesperado o colérico del deportista.

La experiencia del dolor se expresa y despierta empatía siempre que es bien comprendida. Un hombre cuando ve a otro recibir un certero golpe en su intimidad inmediatamente reacciona como si fuese un espejo delante del que recibió el guarapazo. Igualmente hay quienes lloran o al menos se les hace un nudo la garganta cuando se dramatiza muy bien el dolor (en alguna o varias de sus profundidades) en el teatro, el cine o cuando logra expresarse en alguna otra forma artística. Hasta aquí pareciera un asunto sencillo, pero la empatía empieza a salir demasiado cara y harta cuando se malinterpreta o no se comprende muy bien el dolor que se expresa. Por ejemplo, no resulta tan fácil ser empático frente a la tristeza del/de la fanático/a de fútbol si no se comprende muy bien su experiencia, el deporte, etc. También se entorpece la empatía cuando el/la mejor del curso hace berrinche porque su nota no fue sobresaliente. Pero esto se torna más oscuro y delicado cuando la empatía no despierta frente al/a la despedido/a, ofendido/a, o menospreciado/a y es algo muy peligroso cuando el dolor incomprendido, desvirtuado o malentendido es el de la persona maltratada, oprimida, refugiada, desplazada, pobre y/o señalada.

El dolor es extraño y usualmente adverso (más allá de ser un mecanismo muy eficiente para alarmar al dolido y sus espectadores). En consecuencia, ha resultado fácil denigrar a quien lo padece y se juzga con una naturalidad muy perjudicial. Pocos están dispuestos a hacer de tripas corazón y refrendar el dolor que vive la sociedad con su acción. La mayoría opta por la indiferencia, y cómo no hacerlo si no solo es normal sino altamente productiva. No ayudar no está mal visto, porque seguro alguien más ayudará, alguien más es el responsable, alguien más será tan idiota de desperdiciar valiosos segundos de ocio o productividad en lidiar con el dolor expresado en la bulla de los “desadaptados y desocupados” que protestan, en el silencio de los que sobran, en los hematomas con los que algunos salen de sus casas, en el paso apurado y nervioso de las que van solas, en el saco de huesos que no parece ni vivo ni humano, en la escasez de especímenes, en el fuego premeditado que consume bosques y selvas, en el tropiezo de un desconocido, en la extraña ausencia o actitud de alguna amistad o de algún familiar.

No obstante, las acciones a tomar frente a la experiencia del dolor no recaen exclusivamente en el espectador. Si bien la pasividad y la indiferencia son cómplices del sufrimiento del dolido, a este último le conviene ser consciente de su situación y agotar toda posibilidad de superar, transformar o aprender a cargar si es el caso (ej. el duelo), el perjuicio de su experiencia. Porque el dolor que no acaba totalmente con la vida, si es tratado de forma correcta, es un ejercicio transicional que no solo desarrolla nuevas aptitudes y nuevos pensamientos sino que evidencian un cambio cualitativo en la persona. La persona que expresa y trata el

dolor de un desamor, adquiere un aprendizaje valioso para futuras relaciones. El enfrentamiento adecuado frente al dolor del fracaso convierte aquello en un paso más hacia el éxito. La víctima de violencia u otras injusticias, tiene una tarea durísima de recuperación, pero a medida que logre ir lidiando con el dolor y reciba apoyo (indispensable para todo ser humano), dejará de ser quien era y devendrá en su singularidad sedimentada en una parte muy importante por su experiencia de dolor vivida.

Hermann Hesse dice en su obra Demian: “[...] nada en el mundo repugna tanto al hombre como seguir el camino que ha de conducirlo hacia sí mismo”. Y algo así nos corresponde hacer en tanto individuos en sociedad, hacer el viaje hacia nuestro ser, repugnarnos y lidiar con ese despliegue de dolor. Estamos repletos de errores, sesgos, prejuicios, actitudes y quizás echarnos un ojo y una mano y darnos una oportunidad de cambio no estaría mal ni sería mucha molestia. Se puede empezar por enfrentar esa conciencia y normalización del dolor en la que lo aborrecemos y huimos de él, anteponiendo esos juicios a nuestra experiencia y oscureciendo algo tan natural y cotidiano como la experiencia de dolor y la consciencia del dolor de nuestra sociedad.

Bibliografía sugerida:

- Hesse, H. 2016. Demian. Madrid: Alianza Editorial
- Nietzsche, F. 1882. Die Fröhliche Wissenschaft. Chemnitz: Ernst Schmeitzner
- Scheler, M. 1973. Wesen und Formen der Sympathie. Bern: Francke Verlag
- Scheler, M. 1992. “The meaning of Suffering” en On Feeling, Knowing and Valuing: Selected Writings. Chicago: The University of Chicago Press