

INTRODUCCIÓN

**«Dadme un buen qué –un principio y un fin,
una razón, un para qué– y soportaré cualquier cómo».**

Friedrich Nietzsche (1844-1900)

¿Por qué sufrimos, si a nadie le gusta y ninguno lo quiere? La sociedad actual busca el placer y huye del sufrimiento. Sin embargo, y a pesar de sus inconmensurables esfuerzos, esto no le ha dado mucho resultado y el sufrimiento sigue siendo una experiencia común a todos los seres humanos.

Eugeni D'Ors (1882-1954), ensayista, crítico y filósofo español, escribió: «Todo lo que no se comprende, envenena». Para evitar envenenarnos, necesitamos buscar respuestas a las muchas preguntas que genera este problema cotidiano. Ya que no podemos evitarlo, tenemos que tratar de comprenderlo y de encontrar un sentido a su sin sentido.

¿Quién no ha sufrido?

El sufrimiento es la pena, el padecimiento, la infelicidad que tiene una persona en forma consciente o inconsciente. Usualmente, lo llamamos también dolor, aunque en realidad es algo distinto al dolor físico. El dolor físico generalmente tiene una función biológica, se origina en determinados hechos y tiene un sentido conocido. El sufrimiento, dolor psicológico o moral, es algo más complejo y generalmente no tiene una función fácilmente observable, no se origina necesariamente en los hechos, sino en nuestra reacción ante ellos, y carece de un sentido conocido. El sufrimiento es tristeza, desagrado, angustia, pesadumbre, consternación, ansiedad, desconsuelo, aflicción, agobio, suplicio. Es una forma de perturbación que nos disgusta y no queremos.

En este sentido, el dolor pareciera inevitable y el sufrimiento pareciera ser opcional. Sin embargo, es muy común mezclar ambas alternativas. Esto ocurre porque el padecimiento no es algo abstracto, que exista en forma independiente del hombre. No hay sufrimiento sin sufriente. ¿Qué ser humano está libre de sufrir? Nacemos con dolor, vivimos con dolor y morimos con dolor. Es un mal enraizado en todos y, lamentablemente, nadie está libre de él.

En el siglo V, uno de los llamados padres fundadores de la Iglesia Cristiana, Juan Crisóstomo (347-407), dijo: «No hay nadie, entre los hombres, que conduzca esta vida mortal sin experimentar la amargura; si no es hoy, será mañana; y si no es mañana, será más tarde, pero el dolor llegará... Verdaderamente, no encontrarás a nadie exento del dolor, y hasta el que sufre por un motivo insignificante piensa que su pena es única en el mundo y que él padece por sus dolores más que todos los demás por los suyos». Es una realidad que todos los seres humanos sufrimos, poco o mucho, intensa o extensamente, por momentos o por largos períodos.

En el pensamiento cristiano, el sufrimiento está entre nosotros y todos somos sus víctimas, desde que Adán y Eva recibieron el pronunciamiento de la sentencia bíblica «con dolor comerás de ella (la tierra) todos los días de tu vida»¹.

Otro texto bíblico dice: «Como las chispas se levantan para volar por el aire, así el hombre nace para la aflicción»². El sufrimiento es consecuente y evidente con nuestra propia vida.

Todas las personas pueden hablar del sufrimiento, pero son pocas las que conocen sus porqués. Averiguar por qué sufrimos es empezar a buscar una salida para solucionar los graves problemas que este tema nos crea en la vida cotidiana, ya sea por cuestiones directamente personales o por el pesar indirecto que nos causa el sufrimiento de otros.

1. Génesis 3: 17.

2. Job 5: 7.

Algunas personas han aprendido a mirar al dolor sin miedo, no se desesperan ni se inmovilizan ante el sufrimiento, lo utilizan como un desafío personal y una batalla que ganar. Encuentran otras posibilidades y, lo que es más importante, lo transforman en un camino diferente para sus vidas que los potencia a ser mejores.

¿Tiene sentido buscar una salida?

En cada caso, el sufrimiento humano, ineludible como es, toma una fisonomía diferente, es decir, es universal y único a la vez, porque tiene el peso apropiado de cada persona. Se presenta como un dolor físico que nos aqueja, como una prueba que golpea nuestro espíritu, como un fracaso que desalienta nuestro ser, como la soledad que oprime el corazón, como un daño psicológico que se impone a nuestra mente, como la enfermedad que nos consume físicamente, como el infortunio que aniquila nuestros proyectos o como la angustia que mata poco a poco toda esperanza. Puede tomar la forma de circunstancias adversas, de desgracia familiar, de malestar permanente, de hambre y sed de justicia, de insuficiencia congénita o de un mal incurable. A veces son terribles contratiempos o frustraciones en la carrera profesional, pensamientos de auto aniquilación o baja autoestima, sensación de soledad o de desazón y tristeza inexplicables que erosionan nuestra espiritualidad o alteran nuestra mente. Pareciera que el dolor físico tendiera a aminorarse o controlarse mejor con el avance de la ciencia y de la técnica; pero el otro dolor, el del sufrimiento mental, sólo aminora si uno le encuentra un sentido a la vida.

Además de estas variables, el sufrimiento tiene otra particularidad que le es propia a la existencia humana: se puede pensar en él, además de sentirlo. Es decir, el sufriente, no sólo sufre, sino que además se pregunta por el sentido de su padecimiento, lo cual evidentemente contribuye a aumentarlo y a darle mayor envergadura. El tema tiene una consistencia tal que es imposible

evitar pensar en él. Es pensar en lo que no queremos pensar y sin embargo es necesario hacerlo. La ausencia de significado hace intolerable cualquier sufrimiento.

Víctor Frankl (1905-1997), psiquiatra vienés judío, sobreviviente de los campos de concentración nazis de Auschwitz y Türkheim, dijo: «El interés principal del hombre es el de encontrar un sentido a la vida, razón por la cual el hombre está dispuesto incluso a sufrir a condición de que este sufrimiento tenga un sentido»³.

Nuestra experiencia con el pesar será distinta si podemos advertir su sentido. Tal vez no cambie el dolor en sí mismo, pero cambiará nuestra actitud hacia él y disminuirá nuestro sufrimiento. Buscar una salida tiene un sentido y una importancia clave para vivir mejor.

¿«De eso no se habla»?

Actualmente no se quiere hablar del dolor. No se enseña al respecto. Hay una tendencia creciente hacia el hedonismo que nos aleja de temas como este.

Jorge Luis Borges (1899-1986), el famoso escritor argentino, decía: «La felicidad es un fin en sí mismo y no exige nada, mientras que el infortunio debe ser transformado en otra cosa». Parece que intentar no verlo lo hiciera desaparecer, como si fuera una cuestión mágica, sin embargo no es así y necesitamos hablar del sufrimiento. Muchos sostienen, aunque no lo digan expresamente, que «de eso no hablan», como se decía antes, cuando se quería huir de determinada temática comprometida (por ejemplo, cuando en algunas crónicas ni siquiera se atrevían a mencionar las enfermedades que provocaban la muerte; todavía hoy se lee frecuentemente que alguien «murió de una larga y penosa enfermedad» para evitar mencionar la palabra cáncer o sida).

3. FRANKL, Víctor. *El Hombre en busca de Sentido: Conceptos básicos de Logoterapia*. Barcelona: Ed. Herder, p. 158.

No obstante, la cuestión moviliza tanto que, cuando aparece, suele cambiarnos la motivación, el carácter, la vida misma. Incluso nos lleva a actitudes extremas que antes no hubiéramos soñado siquiera, desde el descreimiento total al fanatismo religioso, pasando por la consulta a curanderos y a supuestos santos, aún a costa de despreciar la medicina y los consejos de los médicos expertos, o a tomar decisiones inesperadas e impensadas para nosotros en otro momento. Muchos pasan de un cuestionamiento a la vida misma a una aceptación plena de la muerte, o al suicidio, como alternativas para huir del sufrimiento. Entonces, ¿cómo no hablar de este tema si es capaz de alterar no sólo nuestra conducta sino nuestras ideas más profundas?

Una de esas ideas que suele ser alterada en este proceso es nuestra idea de Dios. La idea de Dios es clave en el ser humano. Es demasiado importante y referencial como para olvidarla si queremos analizar esta cuestión.

Siempre que estamos en presencia de alguien importante, se produce en nosotros una reacción para estar en contra o a favor de él. Nos ocurre si nos encontramos con alguien famoso que admiramos o con uno del que no gustamos; asumimos una postura, de alabanza o de crítica. No hará falta verbalizar nuestra admiración o despreocupación por él; íntimamente, tomaremos una postura. Algo parecido ocurre cuando nos agobia el sufrimiento frente a nuestra idea de Dios.

Gregorio Marañón (1887-1960), psiquiatra y escritor, indicaba que el olvido de la procedencia divina de nuestras existencias es lo que hace fecundo al sufrimiento: «El hombre actual, en su mayoría, ha prescindido de Dios... y por ello ha perdido una aptitud maravillosa de convertir el sufrimiento en fuente de paz y progreso interior»⁴.

4. MARAÑÓN, Gregorio. *Raíz y Decoro de España*. Madrid: Espasa Calpe, 1933. p 49.