

XIV. HACER EL BIEN CON EL SUFRIMIENTO, HACER BIEN AL QUE SUFRE.

Cristo al mismo tiempo ha enseñado al hombre a hacer el bien con el sufrimiento y a hacer bien a quien sufre.¹



1. Meditación inicial. Por expresa recomendación de la Comisión Episcopal de Pastoral, incluyo este tema junto a los anteriores destinados a la Campaña del Enfermo 2013. Juan Pablo II de nuevo, desde su carta apostólica *Salvifici doloris*, nos invita a ahondar en nuestra vocación de buenos samaritanos en proceso de formación:

Siguiendo la parábola evangélica, se podría decir que el sufrimiento, que bajo tantas formas diversas está presente en el mundo humano, está también presente para irradiar el amor al hombre, precisamente ese desinteresado don del propio yo en favor de los demás hombres, de los hombres que sufren. Podría decirse que el mundo del sufrimiento humano invoca sin pausa otro mundo: el del amor humano; y aquel amor desinteresado, que brota en su corazón y en sus obras, el hombre lo debe de algún modo al sufrimiento. No puede el hombre prójimo pasar con desinterés ante el

¹ *Salvifici doloris* 30.

*sufrimiento ajeno, en nombre de la fundamental solidaridad humana; y mucho menos en nombre del amor al prójimo. Debe pararse, conmoverse, actuando como el Samaritano de la parábola evangélica. La parábola en sí expresa una verdad profundamente cristiana, pero a la vez tan universalmente humana. No sin razón, aun en el lenguaje habitual se llama obra de buen samaritano toda actividad en favor de los hombres que sufren y de todos los necesitados de ayuda.*²

2. Introducción. Muy pocos aspectos de la realidad humana han sido, son y serán tan vividos, contemplados, descritos, estudiados, meditados y expresados en sus diversas manifestaciones como el dolor y el sufrimiento. Las ciencias, la literatura, las artes plásticas y escénicas, la filosofía, la teología, la expresión religiosa, litúrgica o popular y, desde su implantación masiva, los medios de comunicación clásicos, y los nuevos del ciberespacio,³ constituyen escenarios en los que aparecen una y otra vez el dolor y el sufrimiento como ingredientes de la condición humana, tan obvios e inseparables de ella como resistentes a una comprensión racional satisfactoria.

Sin embargo, a pesar de esa abundantísima fuente de información, estoy convencido de que no es posible llegar a conocer *de verdad* lo que son dolor y sufrimiento más que asomándose a su hondura, que puede llegar a ser abismal, y entrando en ella por la vía de la experiencia *en carne viva*, bien experimentándolos en uno mismo, bien mediante la presencia asidua junto a los dolientes y sufrientes.

3. Padecimiento, dolor, sufrimiento. Partiendo de la consideración integradora del ser humano según la cual *todo en él* repercute *en todo él*, voy a llamar *padecimiento* a la percepción genérica -*en bruto* si cabe la expresión- de un *daño* por el que se siente afectada una persona en todos los rincones de su ser. A partir de ahí hay quienes denominan *sufrimiento* al padecimiento humano de

² L. c. 29.

³ Yo mismo participo en un *Grupo de apoyo a personas que pasan por procesos de duelo*, ubicado en Facebook.

origen o repercusión predominantemente *espiritual*, y reservan el término *dolor* para aludir al padecimiento de orden predominantemente somático.

Sin embargo, esta distinción no me parece del todo suficiente ni satisfactoria. Tal como yo los he contemplado y percibido desde mi experiencia pastoral y sanitaria a lo largo de los años, dolor y sufrimiento **no son lo mismo**, aunque vayan siempre unidos, de modo que el sufrimiento aparece siempre *de la mano* y como consecuencia del dolor.

3.1. El dolor. Éste es sobre todo el padecimiento producido por el *impacto e invasión* de una realidad que sobreviene, hiere y daña a quien afecta; una realidad nociva que en principio no viene generada por quien la padece -salvo en casos de psicopatologías declaradas- aunque provenga a veces de su propio interior. Es un daño que, contra la voluntad de quien se siente atrapado por él, lo convierte en doliente y paciente.

Al expresar el dolor, yo he visto a los dolientes percibirse a sí mismos mucho más como *objetos de afectación* pasiva que como *sujetos activos*, dotados de espontaneidad e iniciativa. Sus exclamaciones suelen ser, por ejemplo: *me duele la cabeza, la herida, la indiferencia de los que me rodean, la desatención de mi familia, el abandono de Dios ...* Así es como he oído y oigo expresarse a los enfermos afectados de intensos dolores orgánicos o anímicos: poniendo como sujeto gramatical y efectivo del dolor a su propio organismo o a personas, cosas o circunstancias distintas de ellos mismos; sintiéndolo como una realidad extraña hasta su aparición, imprevista y rechazable. Y, mirando a los dolientes desde esta perspectiva, he llegado a la convicción de que una persona sólo es responsable del dolor que se infiere conscientemente a sí misma, o del que provoca en otras personas, cuando actúa deliberadamente sobre sí misma o sobre ellas como agente nocivo. En resumen, y trasladando a este campo la terminología aplicada a la enfermedad por el maestro Pedro Laín Entralgo, yo veo en el dolor un *desorden padecido y sentido como daño y aflicción*.

3.2. El sufrimiento. Con el sufrimiento ocurre, a mi modo de ver, lo contrario.

Mi experiencia me lleva a verlo como la *reacción dolorida* que la mayoría de los afectados por el dolor generan en y desde sí mismos para combatirlo hasta anularlo, o bien para intentar disminuirlo a límites tolerables si ven que no pueden erradicarlo por completo, y aceptar luego la convivencia con esa dosis de dolor que va a ser su inevitable -aunque no deseable- compañera en adelante.

Las expresiones que a lo largo de los años he escuchado a las personas sufrientes tienen en su abrumadora mayoría una estructura gramatical significativamente distinta a las mencionadas antes respecto del dolor. En ellas la persona sufriente es el **sujeto** gramatical, vital y activo, mientras que el dolor y su causa quedan relegados a la condición de **complemento** indirecto o circunstancial: *Sufro por mi dolor de cabeza, a causa de la herida que tengo, por la indiferencia de los que me rodean, por el abandono de Dios ...*

El cambio en ambos aspectos no puede ser, a mi modo de ver, más significativo. Parafraseando a Thomas Sydenham,⁴ que describía la enfermedad en términos de *conamen naturae* (*esfuerzo de la naturaleza*) para erradicar el daño producido por el agente morbosus que la provoca, cabe decir que el sufrimiento es el *conamen personale* (*esfuerzo de toda la persona*) para hacer frente a la agresión e invasión del dolor.

3.3. Comparación entre el dolor y el sufrimiento. De lo dicho yo deduzco que en el ámbito del dolor lo sustantivo es la agresión nociva y el padecimiento consiguiente; en el ámbito del sufrimiento el protagonista es la persona que, padeciendo el dolor, no se resigna a quedarse en mero *paciente* sino que reacciona para combatirlo como sujeto activo. El dolor es, en principio, azaroso e imprevisto; el sufrimiento es, por el contrario y en principio también, reactivo, original, autodeterminado. El dolor suele tener siempre la iniciativa; en el sufrimiento la tiene, de entrada, nuestro organismo y tantas veces detrás de él nuestros resortes psíquicos, sociales y espirituales, es decir, nuestra persona entera. El dolor, desde su origen, se nos impone; sobre el sufrimiento podemos llegar a

⁴ Médico inglés del siglo XVII, uno de los más destacados clínicos de todos los tiempos y llamado, por ello, el *Hipócrates inglés*. Ver P. Laín Entralgo: *Historia de la Medicina*, p. 315ss.

mandar. El dolor se me aparece, al menos, como *prehumano*, azaroso, involuntario e irresponsable, mientras que veo al sufrimiento surgir *de la entraña humana*, susceptible de ser querido o rechazado, modulado y orientado mediante el ejercicio de la inteligencia, la voluntad y una libertad limitada pero con suficiente margen de maniobra y, por tanto, de responsabilidad.

Un soneto de José Luis Martín Descalzo expresa mejor que yo cuanto acabo de decir, pues lo hace con la precisión y hondura propias del lenguaje poético, mucho más revelador que el científico o el filosófico cuando se trata de abordar la descripción de las interioridades humanas. He aquí la expresión sufriente de un enfermo dolorido:

*Nunca podrás, dolor, acorralarme.
Podrás alzar mis ojos hacia el llanto,
secar mi lengua, amordazar mi canto,
sajar mi corazón y desguazarme.
Podrás entre tus rejas encerrarme,
destruir los castillos que levanto,
ungir todas mis horas con tu espanto.
Pero nunca podrás acobardarme.
Puedo amar en el potro de tortura.
Puedo reír cosido por tus lanzas.
Puedo ver en la oscura noche oscura.
Llego, dolor, a donde tú no alcanzas.
Yo decido mi sangre y su espesura.
Yo soy el dueño de mis esperanzas.*

Dejo al lector la tarea, pienso que sencilla y gratificante, de hallar la correspondencia entre lo manifestado por mí sobre la diversa índole del dolor y el sufrimiento, y el contenido del poema. Si acaso, me permito citar unas palabras de San Gregorio Nacianceno, que siempre me han parecido ilustrativas de la distinción entre el dolor y el sufrimiento: *Sufro dolor en mi enfermedad y me*

alegro, no por el dolor, sino porque enseño a otros a sobrellevar paciente y resignadamente el suyo (Epist. 36).

4. Breves apuntes de teología pastoral. 4.1. El dolor y el sufrimiento, su reacción inseparable, son **ineludibles**, inevitables antes o después. Constituyen dos experiencias humanas universales con cuyo encuentro toda persona tiene forzosamente que contar a la hora de transitar por su vida y de tener que ir haciéndola, desde el llamado *sufrimiento fetal* y el llanto al nacer hasta el *dolor espiritual* en los aledaños de la muerte. Vivir sanamente implica de raíz aceptar esta forzosidad y saber convivir con ella; no hacerlo es sintomático de un vivir enfermizo. Desde esta perspectiva inicial tanto el dolor como el sufrimiento son ya *ocasiones* potenciales de maduración humana.

4.2. El dolor y el sufrimiento afectan a los seres humanos **por entero**. Sean cuales sean sus causas en cada caso, repercuten con mayor o menor intensidad en todos los rincones de su ser. El dolor producido por un osteosarcoma⁵ induce en el ánimo del enfermo un malestar comparable al estremecimiento que suscita en su cuerpo la notificación del diagnóstico de cáncer que le da el facultativo.

No hay remedio terapéutico capaz de anular por entero ese dolor plurifacético. Ni el control paliativo del dolor crónico maligno logra aquietar por completo el ánimo del enfermo, ni el consuelo espiritual disuelve del todo su desasosiego corporal. La utopía de la aniquilación del dolor por medios antiálgicos, técnicas de control psíquico o tácticas esotéricas falsamente espirituales, es sólo una quimera engañosa y, por ello, deshumanizadora.

4.3. El dolor es siempre, en principio, un **mal** que ha de ser evitado, o combatido hasta su eliminación o control, porque agrede y daña a quien afecta. En sus afectaciones más intensas llega a hacer insoportable la vida. La lucha contra el dolor evitable constituye, pues, una forma de humanización liberadora, y una tarea redentora.

⁵ O cáncer óseo.

4.4. El dolor no evitable o combatible por completo, puede ser **aliviado** con la ayuda y combinación de recursos médicos, psicológicos, sociales y espirituales. El alivio del dolor permite al doliente reaccionar ante él de modo humano, es decir, generando un sufrimiento **constructivo**, y no descontrolado. Tal sufrimiento es para quien lo genera y construye en sí uno de los más altos factores de maduración personal, de salud espiritual.

4.5. La capacidad humana de sufrimiento constructivo es **limitada**. La intensidad y duración en el tiempo de ciertos dolores como, por ejemplo, el crónico maligno o el producido por un proceso de duelo patológico y enquistado, agotan a veces la capacidad de sufrir que las personas albergan en sí mismas, y hacen totalmente necesaria la *compasión activa* de otras personas. La compasión es la fuente de la que brotan el alivio y el consuelo.

4.6. El enfermo doliente es un **pedagogo**, a menudo involuntario e inconsciente, para quien no *pasa de largo* ante él, sino que se coloca junto a él y se interesa por su situación. Con su cuerpo, compostura, ademanes y lenguaje, aquél le dice a éste, de modo casi siempre tácito: *Aprende de mí, de mi estado, de mis dolores, de mi modo de abordarlos, de mi sufrimiento ...* Cualquier doliente nos da, para bien o para mal, lecciones de humanización, si las sabemos percibir y las queremos aprender. *Saber* sufrir es una de las asignaturas que tenemos pendientes, de entrada, la mayoría de los humanos aún ilesos de dolores patológicos graves.

4.7. La compasión activa convierte siempre a los aliviadores y consoladores en **terapeutas heridos**, es decir, en dolientes y sufrientes a su modo propio. Aliviar y consolar, cuando se hacen a conciencia, implican en mayor o menor grado *echar sobre sí* parte del dolor de los dolientes y *dar de sí* el aliento y las pistas para un sufrimiento creativo, frente al padecido por ellos. Es la lección del Siervo de Yahveh que Jesús de Nazaret⁶ convirtió en su modo humano-divino de redimir el dolor mediante el propio sufrimiento. Y es el precio humano que

⁶ Ver guiones anteriores.

han de pagar los terapeutas por *curar y cuidar* asistiendo, aliviando y consolando.

4.8. Dolor y sufrimiento son experiencias que tienen siempre algo de insondable, indescriptible, **inefable**. Karl Jaspers⁷ las llamaba, junto a otras, *situaciones límite (grenzsituationen)* porque impulsan hacia la trascendencia. Por eso hay que tratar de comprender tales situaciones en todo su espesor y tratarlas mediante la sabia combinación del alivio corporal y psíquico, y el consuelo espiritual.

4.9. El encuentro con el dolor y la vivencia del sufrimiento afectan a la **imagen de Dios**, o de los sustitutos de Dios en quienes no son creyentes. El dolor desmesurado y sentido como innecesario o altamente desproporcionado, ha sido y es un factor detonante de fervientes conversiones religiosas o, por el contrario, de flagrantes apostasías. No hay argumentos racionales que expliquen exhaustivamente ni la causa ni la crueldad inherente a determinados dolores. Hasta el saber filosófico encauzado hacia la llamada *teología natural* tiene aquí un obstáculo insalvable para quienes no se deciden a reconocer la existencia del misterio. La gran pregunta que plantea el dolor desde Job: *¿Es Dios el gran Inhumano o es, por el contrario, el sumo Bien, Alivio y Consuelo?*, no ha tenido ni tiene respuesta racional enteramente satisfactoria. La razón pura enfrentada con el dolor anda *siempre buscando a Dios entre la niebla*, al decir de Antonio Machado.

4.10. *Tenemos un Pontífice capaz de compadecerse de nuestras debilidades ... por estar él también envuelto en flaqueza* (Heb 4, 15; 5, 10). La respuesta que el cristianismo da al **problema-misterio** del dolor y el sufrimiento no es un puro discurso epistemológico o hermenéutico, sino un modelo vivo humano-divino: Jesucristo. Él ofrece en su persona la imagen integrada de la pasión de los hombres, que prolonga su propia Pasión en el tiempo, y muestra en su acción cuál es el sufrimiento constructor que en Él y por Él impulsa Dios, convertido

⁷ Médico psiquiatra y filósofo alemán del siglo XX, caracterizado por su *filosofía de la existencia*.

por Cristo en *sufriente, corporal y amigo*. Mediante la vida entera y, finalmente, la Pasión de Jesús, Dios nos muestra cómo ha de ser el sufrimiento que humaniza el dolor.

4.11. La Iglesia, *Cuerpo doliente y sufriente, enfermo y asistencial*, de Cristo. Así concebimos a la Iglesia de Jesucristo quienes, en su nombre, nos dedicamos a la pastoral de la Salud: como un paradigma de la humanidad doliente a causa de los males físicos, psíquicos, sociales y espirituales de los que somos a veces víctimas, y a veces agentes nocivos; pero también el paradigma de la *fuerza desde la debilidad*⁸ que se manifiesta en todos cuantos *no pasan de largo* junto a los dolientes sino que, movidos por la compasión-misericordia, *les cuidan* samaritanamente proporcionándoles asistencia, alivio y consuelo.

5. Para la reflexión individual o en grupo. 5.1. ¿Qué opinas de la distinción entre el dolor y el sufrimiento? ¿Te ayuda a comprender y actuar mejor frente a ellos en tu vida y en la de otras personas?

5.2. Repasa punto por punto el apartado **4.** y saca tus propias conclusiones.

6. Oración final. El *dolor espiritual*, que Cicely Saunders convirtió en motor y acicate de los *Cuidados Paliativos* de rango espiritual, tiene un claro y expresivo exponente en este himno de los laudes del viernes II, del Oficio divino. Es el *dolor de corazón*, que lleva al sacramento de la Reconciliación:

*Por el dolor creyente que brota del pecado;
por haberte querido de todo corazón;
por haberte, Dios mío, tantas veces negado,
tantas veces pedido, de rodillas, perdón.*

*Por haberte perdido, por haberte encontrado.
Porque es como un desierto nevado mi oración;
porque es como la hiedra sobre un árbol cortado
el recuerdo que brota cargado de ilusión.*

⁸ Ver 2 Cor 12, 7-9.

*Porque es como la hiedra, déjame que te abrace,
primero amargamente, lleno de flor después,
y que a mi viejo tronco poco a poco te enlace,
y que mi vieja sombra se derrame a tus pies.
¡Porque es como la rama donde la savia nace,
mi corazón, Dios mío, sueña que tú lo ves. Amén.*

