

*Quien sabe de dolor, todo lo sabe.
Dante Alighieri (1265-1321)*



El aislamiento social en ocasión de la pandemia mundial nos propuso una nueva presencia del dolor, una ocasión para pensar y sentir la necesidad del otro. Apareció tangible el dolor de la soledad que convoca a comprender que somos náufragos en un océano de lejanías porque somos desde la mirada de otros, crecemos y prosperamos desde la calidez del abrazo. Tempranamente aprendemos esto y lo usamos como castigo hacia el desvío social, desde el ostracismo a la prisión, y en ellas la máxima condena: el aislamiento. Privados de ver y ser vistos

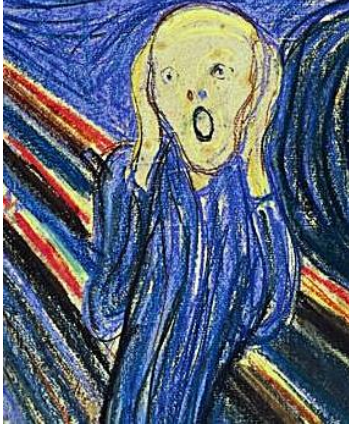
vamos desapareciendo. Porque nos construimos desde la contemplación de los demás, especialmente de aquellos que nos importan y así nacemos como “yo en el mundo” y “el mundo y yo”. Esta forzada interrupción de los cruces de miradas, por tanto, nos inclinan a la evanescencia.

La Asociación Internacional para el Estudio del **Dolor** definió al **dolor** como "una experiencia sensitiva y emocional desagradable, asociada a una lesión tisular real o potencial". Cuando hablamos de nivel **tisular**, nos referimos a los distintos **tejidos** que componen el cuerpo de los seres vivos, es decir, a los diversos grados de organización celular que operan para cumplir una función determinada. Por ejemplo: la piel, el corazón, el cerebro.

Y a 3 tipos de dolores:

- ✓ Dolor nociceptivo: causado por un estímulo que actúa sobre los nociceptores y es proporcional a la intensidad del estímulo.
- ✓ Dolor neuropático: producido por una lesión o una disfunción en el sistema nervioso donde un estímulo pequeño puede provocar un **dolor** de gran intensidad.
- ✓ Dolor psicogénico: su origen está en los procesos mentales de la persona que lo padece, no por causas fisiológicas. Es el dolor emocional generado a nivel psíquico sin que medie para su aparición motivo físico.

¿Cuál es el dolor físico más fuerte que puede sentir un ser humano? Acuerdan que la neuralgia de trigémino. Denominado como ‘enfermedad del suicidio’ circunstancia que acredita el tormento que sufren quienes la padecen. Por mi parte recuerdo una “cefalea en racimo” que me ocasionara un dolor de cabeza tan intenso que se convertía en luz.



El dolor emocional ha sido objeto de estudios y se ha intentado efectuar un escalado que represente su intensidad. Pero aquí surge una dificultad que suelo observar ante el intento clasificatorio de los comportamientos humanos. El dolor emocional está unido a una multiplicidad de variables que lo hacen difícil de jerarquizar. Y definitivamente existe una cuota de subjetividad que imposibilita escalarlo. ¿Duele más la pérdida de un cónyuge, un padre o un hijo? ¿Y la desesperación del pibe que halló sin vida a su mascota, o el juguete preferido roto, o sentirse perdido y tal vez abandonado por un descuido del

progenitor? ¿Qué podemos decir sobre el dolor del primer fracaso amoroso o la traición del amigo? Indudablemente son experiencias crudamente dolorosas cuya intensidad la otorga el sentido de la acción, el valor perdido, los juicios sobre tal valor y tantas cosas que construyen ese mundo cultural y social que mediatiza a la naturaleza.

La opinión social puede construir suicidas que valoren más el juicio de otros que la propia vida. O héroes que decidan consagrar su existencia en bien de los demás. Parece ser que el dolor emocional, a diferencia del físico que se enraíza en una realidad material, tiene la dimensión del infinito del pensamiento. Me inclino a pensar que el sufrimiento que ocasiona el dolor que se asienta en los afectos es más profundo, terminante e irremediable.

Correspondería dedicar unas palabras al dolor moral, pero lo creo en progresivo desuso, como las pesetas, francos o liras, una moneda en desuso. Para circular requiere el respaldo de la empatía, ese poder colocarse en el lugar del otro e intentar comprender y acompañarlo. Pero el triunfo del materialismo como medida me lleva a pensar que tratar este tema requiere del auxilio de la arqueología, y nunca tampoco antaño gozó de la práctica de las mayorías. Tampoco imagino esfuerzos de laboratorios medicinales procurando curar un síntoma que por su escasez y rareza está condenado a la extinción.

El dolor y el sufrimiento son siempre inevitables para una gran inteligencia y un corazón profundo. Las personas realmente grandes, creo, tienen una gran tristeza en la tierra.

Fiodor Dostoievski (1821-1881)

También existe el dolor existencial. Nace de la consciencia de ser y el descubrimiento que el ser es transitorio. Que somos sin entender por qué o para qué somos. Suele emerger de la estancia en soledad como única compañera y de la reflexión de nuestra individualidad en el espejo del universo. Una estrella frente al cosmos. Un grano de arena en la playa. Una huella hasta la próxima ola.

Representativa muestra de este dolor lo encontramos magistralmente expuesto por Rubén Darío (1867-1916) en su poema "Lo fatal":

Lo fatal



*Dichoso el árbol, que es apenas sensitivo,
y más la piedra dura porque esa ya no siente,
pues no hay dolor más grande que el dolor de ser
vivo,
ni mayor pesadumbre que la vida consciente.
Ser, y no saber nada, y ser sin rumbo cierto,
y el temor de haber sido y un futuro terror...
Y el espanto seguro de estar mañana muerto,
y sufrir por la vida y por la sombra y por
lo que no conocemos y apenas sospechamos,
y la carne que tienta con sus frescos racimos,
y la tumba que aguarda con sus fúnebres ramos,
¡y no saber a dónde vamos, ni de dónde venimos!...*

Para intentar remediar las múltiples fuentes y ocasiones del dolor existe sólo un remedio: el gozo. No es menester buscarlo en los grandes paisajes panorámicos, los destinos turísticos top, las etiquetas de marcas que nos señalan como personas de éxito social (dudoso triunfo).

Puede hallarse en la contemplación de un amanecer u ocaso, en la felicidad del juego infantil que no procura beneficio más allá del juego. En la construcción de un nido, en la germinación del fruto.

Es demasiado serio el panorama que nos propone la consciencia existencial para desperdiciar ocasiones de disfrute posponiéndolas. Nuestro día es hoy.



Eduardo Arbage Baleani
eduardobaleani@gmail.com