

La enfermedad y el sentido del sufrimiento

Disease and the meaning of suffering

René Zamora Marín

Especialista de II Grado en Medicina Intensiva y Medicina Interna. Diplomado en Bioética. Centro de Bioética Juan Pablo II. La Habana, Cuba.

*El hombre está dispuesto a sufrir a condición
de que el sufrimiento tenga sentido*

V. Frankl

RESUMEN

Este artículo aborda el problema del sufrimiento del hombre enfermo y lo define como una carencia de bienestar. Un estado moderado de dolor físico no siempre puede catalogarse como sufrimiento propiamente dicho. La única manera de erradicar el sufrimiento y de convertirlo en alegría y paz es encontrarle un sentido. El paciente sufriente deberá, con su propia ayuda y la de su facultativo, ser capaz de convertir en aliado el sentido de su dolor, este es sin lugar a dudas el mayor reto de la persona que padece una enfermedad. Sufrir sin sentido, es la explicación lógica de por qué se padece con verdadero sufrimiento pleno, que alcanza su mayor expresión ante el sufrimiento moral que aún cuando desaparece, deja siempre huellas indelebles que continúan siendo objeto de pesar. Es esta la razón por la cual una moral elevada deberá cultivarse en cada paciente, es un acto que forma parte consustancial con el propio arte de curar que es a lo que todos los facultativos están llamados a realizar. Los médicos, que habitualmente son los que más frecuentemente tratan a seres sufrientes, deben cultivar una cultura del sentido del sufrimiento en sus enfermos y en ellos mismos.

Palabras clave: Sufrimiento, bienestar, sentido del sufrimiento, moral, arte de curar.

ABSTRACT

This article addresses the problem of suffering in the sick person and defines it as the lack of wellbeing. Not always can moderate state of physical pain be considered suffering as such. The only way of eliminating suffering and turning it into joy and peace is to find the meaning. The patient who suffers should be capable of turning the meaning of his/her pain into an ally, aided by himself/herself and by his/her physician. Beyond any doubt, this is the biggest challenge that a sick person may meet. Futile suffering is the logical explanation of why one truly and fully suffers, the highest expression of which is the moral suffering that even when it disappears, it always leaves behind lasting impressions that continue to be the object of grief. This is the reason why the morale of each patient must be boosted; this is an action that is part of the art of curing as such, a task that all physicians are called upon to perform. Therefore, the physicians, who are the ones that treat suffering people on a regular basis, should cultivate a culture of the meaning of suffering for their patients and for them.

Key words: Suffering, wellbeing, meaning of suffering, morale, art of curing.

INTRODUCCIÓN

En su obra "Los Hermanos Karamazov", el célebre escritor ruso *Fiodor Dostoyevski* pone en labios del monje ortodoxo *Zossima*, en una celda oscura de un monasterio un sabio consejo dirigido a *Aliosha*, el menor de sus hermanos y en el cual se resume gran parte de su testamento espiritual:

"Busca tu felicidad en las lágrimas."¹ Cuenta la novela, que aún después de muerto, se le aparece de nuevo para sentenciarle: "Encontrarás la felicidad en los mismos sufrimientos." ¹ Años más tarde *Victor Frankl* (1905-1997), el psiquiatra humanista austriaco, sacando su experiencia de los campos de concentración nazi, haría alusión al mismo tema expresándolo de esta manera: "En realidad ni el sufrimiento, ni la culpa, ni la muerte, pueden privar a la vida de su verdadero sentido."² Es de esta forma que al introducir estas consideraciones, el autor desea separarlas en tres aspectos que a su juicio son importantes, cuando se refieren al sufrimiento del hombre enfermo, que es el que interesa ahora:

- El dolor físico.
- El sufrimiento como carencia de bienestar y de sentido.
- El sufrimiento pleno y el sentido pleno.

EL DOLOR FÍSICO

No se puede negar que en el dolor físico existe de forma indudable algún tipo de sufrimiento, si embargo, este aunque es parte del mismo, no lo agota.

Sufrir es un fenómeno mucho más complejo. Se podría definir el sufrimiento como una carencia de bienestar, mientras que un estado moderado de dolor físico no siempre se puede catalogar como sufrimiento propiamente dicho. Como ejemplo de lo expresado pudieran citarse el dolor del parto en la mujer, y la sensación de hambre como carencia, que podría hacer padecer a muchas personas.

En el primer caso una vez que termina el proceso del parto queda totalmente olvidada la experiencia negativa y se transforma en una fuente inagotable de alegría, al igual que cuando se sacia el hambre queda una sensación de alivio que posee sentido y de esta forma el individuo experimenta un sentimiento de felicidad completado por el mismo acto realizado, propio de su instinto.

Sin embargo ¿en qué sentido puede considerarse este dolor físico mencionado como fuente de sufrimiento?

Thomas Hobbe ha dicho: "el hambre futura ya convierte al hombre en un hambriento" y de esta forma, en una primera aproximación, se podría decir que el temor ante lo que pudiera ocurrir ya de por sí, constituye este sentimiento en un verdadero sufrimiento. El miedo a la muerte por ejemplo, como forma de dejar siempre inconcluso el proyecto de la vida, ya transforma al ser humano en un *homo patients*.

De forma indudable en la vida hay cosas mucho peores que el dolor meramente físico, estas son el temor ante la posibilidad de sufrir y la carencia de sentido del dolor. El dolor físico se transforma en verdadero sufrimiento, cuando desborda parcial o totalmente la experiencia humana. Pasa de la coherencia al sin sentido. Por esta razón el temor a sufrir ya es en cierta forma un sufrimiento y la carencia de obtener una respuesta lógica a la pregunta de por qué sufro, constituye el punto culminante del sufrimiento humano. Todo individuo tiende a buscar constantemente una realización personal que el propio sufrimiento de la enfermedad le niega. Es por esta razón que lo dramático de la enfermedad es justamente "la imposibilidad que tiene el hombre de llegar a ser el mismo."²

Lo verdaderamente trágico es la ruptura interior que produce la enfermedad en el paciente, impidiéndole realizar su propio destino, y padecer es el corolario obligado de lo expresado con anterioridad.

EL SUFRIMIENTO COMO CARENCIA DE BIENESTAR Y DE SENTIDO

Si se define el bienestar como un hecho feliz o afortunado, como un estado de satisfacción personal del espíritu, como comodidad o una forma de vivir a gusto enmarcada como un sentimiento natural del ser humano, se puede comprender como en las sociedades occidentales, el bienestar con frecuencia constituye el punto cimero de la aspiración personal, por esta razón su carencia se considera frecuentemente como sinónimo de dolor o de sufrimiento.

No tener ninguna necesidad llevaría al ser humano al consuelo sumo, al igual que su contrario, la ausencia de sentido de la enfermedad, que equivaldría decir a la carencia de sentido del dolor físico, llevaría inexorablemente a los pacientes a agarrarse fuertemente ante el extremo vacío de algo que hiciera como si él propiamente no tuviera ninguna necesidad.

En esencia, el sufrimiento deja de serlo en cierta forma cuando alcanza un sentido, se minimiza, se atempera. Lo contrario, lleva a la desesperación que se podría enmarcar en el verdadero "sin sentido" y por ende también en la antítesis de lo natural.

La única manera de superar el sufrimiento y de convertirlo aún en alegría es por tanto encontrarle un sentido. El paciente sufriente deberá, con la ayuda de su riqueza interior y con la de su facultativo, ser capaz de convertir en aliado el sentido de su dolor; este será sin lugar a dudas el mayor reto de la persona que padece una enfermedad.³ Pero ¿cómo convertir en aliado algo que es antinatural?

EL SUFRIMIENTO PLENO Y EL SENTIDO PLENO

En frase de *Robert Spaemann* el sufrimiento pleno incluye "este temor que es sufrimiento y que supera incluso el propio dolor."⁴ El temor a sufrir, la incertidumbre y más aún la ausencia de esperanza, el temor a sufrir más dolor sin sentido.

Es por esta razón que muchas veces existen pacientes agobiados por el dolor, pero que han sido capaces de superarlo porque han sabido encontrar un sentido y una esperanza. Otros en cambio, con estados probablemente menos "dolorosos" han tenido mayores dificultades para soportarlo con mayor paz.

Sufrir sin consuelo que equivaldría a decir sin sentido, es la explicación lógica de por qué se padece con verdadero sufrimiento pleno. Sólo dándole sentido pleno, se podrá superar este sufrimiento, el cual forma parte de la vida propia aún desde la experiencia de lo antinatural.

Pero el sufrimiento pleno alcanza su mayor expresión cuando se está ante el sufrimiento moral, por la sencilla razón de que en el padecimiento físico cuando desaparece y ha terminado el dolor, queda una sensación de alivio que se puede incluso transformar en alegría y paz. También gratitud hacia los que han ayudado a que este milagro humano y científico se haya podido realizar. Sin embargo, en el sufrimiento moral, aún cuando desaparezca, deja siempre huellas indelebles que continúan siendo todavía objeto de pesar. Es por esta razón por la cual una moral elevada deberá cultivarse en cada paciente, en cada corazón. Lo mencionado es un acto que forma parte consustancial con el propio arte de curar que es a lo que todos los facultativos están llamados a realizar.

El mérito de aceptar de forma libre el sufrimiento, no se deberá nunca interpretar como la acción de asumirlo voluntariamente. Siempre quedará como algo que se deba evitar, de lo que se habla es del sin sentido del dolor y de sus características, es en esencia saber como se sobrelleva de forma natural un sufrimiento, para luego asumirlo y nunca más observarlo como un acontecimiento destructivo y generador de desesperación y de tristeza.

Rebelarse ante la enfermedad y sus consecuencias, nunca saca ningún provecho existencial, más aún podría ser incluso totalmente destructivo. Cuando la enfermedad atrapa y hunde en la desesperanza al individuo, ahí está el fracaso del alivio y la mordedura estéril de su propio sufrimiento.

En este marco es en el que los médicos, que habitualmente son los que más frecuentemente tratan a seres sufrientes, deberán cultivar una cultura del sentido del sufrimiento en los enfermos y en ellos mismos, junto a una dinámica fortalecida con la esperanza. Se trata de descubrir su metasentido, que es el lugar en el que el propio sentido se hace razonable.

Más aún, el sufrimiento pleno no sólo se podrá transformar de esta forma en un sentimiento con sentido pleno, será también posible y aún necesario poder alcanzar en el la verdadera alegría.

En su experiencia médica, el autor ha constatado que "es en el plano espiritual donde único es imaginable alcanzar un sentido del sufrimiento."⁵

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Dostoyevski F. Los Hermanos Karamazov. Barcelona: Editorial Ferma; 1969.
2. Frankl V. El hombre en busca de sentido: conceptos básicos de logoterapia. Barcelona: Herder; 1979.
3. Zamora R. Ética en el cuidado del paciente grave y terminal. Rev Cubana Salud Pública. 2006;32(4).
4. Spaemann R. El sentido del sufrimiento. Rev Atlántida. 2008(15). [Citado por Bioética en la Red, búsqueda Agosto 1, 2008].
5. Frankl V. Logoterapia y análisis existencial. Barcelona: Herder; 1984.

Recibido: 11 de agosto de 2008.

Aprobado: 25 de septiembre de 2006.

René Zamora Marín. Centro de Bioética Juan Pablo II. Mayía Rodríguez No. 804, esq. a Espadero. La Vibora 10500. La Habana, Cuba.
E-mail: rzamora@infomed.sld.cu