

El dolor es una realidad de la vida humana

Sin duda, no hay nadie que no haya experimentado alguna vez la soledad, el fracaso o la desilusión. Todos nos sentimos, a veces, aniquilados e incluso sabemos que somos objeto de burla, de desprecio o de dura crítica por parte de otras personas. ¿Cuántos conflictos se originan solamente debido a dificultades de comunicación, a problemas de entendimiento?—^[31]—No es necesario ser un extranjero en un país lejano, para darse cuenta lo difícil que es encontrar a personas que nos entiendan y que nosotros entendamos. Incluso, quienes viven en la felicidad más extrema, poseen riquezas y gozan de salud, también sufren. Sin embargo, del dolor ajeno se percatan sólo aquellos que poseen una cierta sensibilidad, que han desarrollado una cierta interioridad y son, por lo tanto, capaces de percibir las necesidades de sus semejantes.

Podemos suponer que, en el transcurso de su vida, cada uno de nosotros se ha visto, muchas veces y de maneras muy diversas, confrontado con el dolor. Si sabemos sobrellevarlo, él nos puede servir de impulso y estímulo. Pero, si ello no ocurre, el dolor nos carcome lenta e irremediamente. Algunos realizan un viaje alrededor del mundo, otros se mudan de ciudad. ¡Pero no pueden huir del sufrimiento! Todo dolor negado retorna por la puerta trasera, permanece largo tiempo como una experiencia traumática y puede ser la causa de heridas perdurables. Un dolor oculto puede conducir, en ciertos casos, a que una persona se vuelva agria, obsesiva, medrosa, nerviosa o insensible, a que rechace la amistad, a que tenga pesadillas. Sin que uno lo quiera, tarde o temprano, reaparecen los recuerdos. Al final, muchos se dan cuenta de que tal vez, habría sido mejor, hacer frente directa y conscientemente a la experiencia del dolor. Para ello, con frecuencia es necesaria la ayuda de un psicoterapeuta.

No se puede esquivar el dolor, no se le puede ignorar, pues forma parte de la vida. Si se intenta ignorarlo, se deja de lado la vida misma, porque el dolor es esencial al vivir humano. Pienso que, incluso falta una de las condiciones de la verdadera amistad, porque entonces no se presenta un yo verdadero a la relación amistosa con otras personas. Entonces, somos protagonistas de una función de teatro, ofrecida tanto para nosotros mismos, como para los demás.

En aquel día ya lejano en que leí los ensayos de la mujer paralítica, comprendí repentinamente que quien no ha sufrido, tampoco ha vivido. Quien reprime el dolor o huye de él, pierde la oportunidad de conocer la vida verdadera – la riqueza de la vida interior – con su profundidad insondable y con sus alturas luminosas. Algunas veces, cae en la superficialidad, en la cobardía o incluso en el vacío. Quien reprime el dolor, no es realista ni tampoco una persona de la cual se pueda decir que sabe vivir. Comprendí las palabras de un disidente famoso: “¡Bendita prisión que me hace reflexionar, que me hace hombre!” (Solschenizyn)

Una vida bien vivida es algo que se decide no tanto en los momentos felices, sino más bien en las horas difíciles; no sólo en los días de fiesta, sino también en lo cotidiano, en lo ordinario, en lo corriente. Quien no es capaz, ni está dispuesto a aceptar el dolor, tampoco es capaz de aprender. Entonces, no

puede ser formado en la "escuela del dolor", no puede ganar en profundidad interior, no puede encontrar la paz, como lo ha logrado la autora del libro - de personalidad fascinante - que he citado al comienzo.