

RECETAS PARA EL SUFRIMIENTO PERSONAL

1. La empatía como carta de entrada

El mostrador de una farmacia puede suponer una buena situación para desplegar las habilidades empáticas características de la relación que se establece entre una persona que solicita ayuda y otra que podría prestarla.

Frases como “vengo por la medicación de mi padre, que está en fase terminal”, “¿me puede dar algo para el dolor de muelas?”, “necesito un remedio para la ansiedad de mi hijo, que está opositando” o “vengo a recoger el tratamiento para mi hermano, que tiene un cáncer y está con fuertes dolores”, son *oportunidades* donde el farmacéutico –o quienes atienden una oficina de farmacia, tomando como base el sentido humano, puede contribuir a prestar apoyo desde ese otro lado del mostrador.

2. La naturaleza del sufrimiento humano

El sufrimiento es connatural a la naturaleza humana. Todo vivir conlleva un mayor o menor grado de sufrimiento.

Puede decirse que el sufrimiento, compartido o comprendido, es más llevadero, haciendo sentir a la persona que lo vive que ese cúmulo de sensaciones negativas que le invaden son detectadas por “otro”, que las ha percibido y aceptado al conocer el motivo, justificando el sentimiento de la persona que sufre.

Es una experiencia universal que la alegría compartida se multiplica y que el dolor/sufrimiento cuando se comparte se reduce. Y, ambas cosas pueden suceder en el ámbito profesional de la atención de la salud, en las relaciones socio-profesionales y especialmente en el seno de la vida familiar. La iniciativa para el encuentro surge de una u otra parte pero en general procede de quien sufre.

Tanto en una consulta médica o psicológica como cuando se acude a una farmacia, es infrecuente que tras la *demanda expresada* exista una segunda razón para acudir, que pareciendo secundaria –se la suele denominar *demanda oculta*- es la principal motivadora.

3. La persona como entidad única

La persona es radical innovación de realidad. **Mi persona es y será irrepetible, nunca clonable, mi “copyright” desaparecerá con mi muerte para siempre.**

El cigoto –el óvulo una vez fecundado-, cualquier cigoto humano, tiene un titular que es la persona propia de ese cigoto; cuya comparecencia estará ligada al desarrollo histórico de lo que en el cigoto es pura potencialidad.

La diferenciación entre naturaleza humana y persona humana permite distinguir entre vida adquirida y vida añadida. La vida adquirida la recibimos de los padres y la vida añadida es la que desde mi persona yo añado, a lo largo de mi vida, a mi vida recibida; porque es propio de la persona su carácter adverbial de “además”. La persona siempre añade.

4. Los rasgos diferenciales del sufrimiento humano

Ahora podemos volver al tema del sufrimiento humano y sus rasgos diferenciales. **Todo sufrimiento humano tiene un titular que es la persona que lo padece;** pero los padecimientos de la naturaleza humana, por ejemplo en el ámbito de la corporalidad pueden ser compartidos con los animales superiores: el dolor que produce una fractura lo experimenta el caballo y el hombre.

No toda enfermedad conlleva sufrimiento, incluso existen enfermedades en el hombre de las que el paciente no tiene conciencia. Ejemplo de la primera situación es la experiencia de una persona en estado eufórico, que siendo de naturaleza patológica, lo que proporciona es una experiencia gozosa. Ejemplo de la segunda posibilidad sería un delirio paranoico, del que no se tiene conciencia de enfermedad, pero que sí produce sufrimiento al que lo padece.

Todo sufrimiento propio de la naturaleza humana, por tener un titular que es la persona que lo padece, su afrontamiento tendrá que ver directamente con la persona.

Llegado a este punto podemos recordar las experiencias vividas por Viktor Frankl en los diferentes campos de concentración en los que estuvo y que dieron lugar a su conocido libro “El hombre en busca de sentido”. Al respecto nos escribe:

“Cuando uno se encuentra con un sentido ineludible, inapelable e irrevocable (una enfermedad incurable, un cáncer terminal...), entonces la vida ofrece la oportunidad de realizar el valor supremo, de cumplir el sentido más profundo: aceptar el sufrimiento. El valor no reside en el sufrimiento en sí, sino en la actitud frente al sufrimiento, en nuestra actitud para soportar ese sufrimiento.

5. La persona es lo que son sus amores

La persona tiene necesidad de encontrar una respuesta acabada sobre sí misma, es decir, encontrar su propia réplica. La respuesta a eso es **metahistórica, lo que implica aceptar un ámbito desconocido, que es el ámbito del misterio.** Desde ese ámbito la persona lo vive como vocación, porque interiormente toda persona se

siente llamada a un culminar en la felicidad, que según Julián Marías, en la situación intrahistórica, es “siempre un imposible necesario”.

Finalmente hay que decir que a la persona le corresponde su **condición amorosa** y porque la persona es condición amorosa (Julián Marías decía que el hombre más que un ser racional, que lo es, es un ser amoroso), **la persona no se pertenece. Sus dueños son sus amores; sus *quereres*; sus valores, y vive en ellos, por ellos y para ellos.**

6. La libertad también cuenta

Pero como la persona es libertad, existe la posibilidad de no responder a su propia vocación. **Existe la posibilidad del desamor y existe la posibilidad de que no solamente no se dé, sino que se constituya como centro de sí mismo, condicionando un vivir egocéntrico, inmanente, desde el que todo lo que no sea él queda reducido a la condición de cosa, incluso las propias personas con que se relaciona.**

La relación que establece con lo que le rodea es una relación de posesión, en la que siempre se le hará más distintivo lo que le falta que lo que posee, **condicionando una progresiva pérdida de libertad**. Esta posibilidad egocéntrica **supondría el fracaso de la persona en su propio proyecto.**

Ahora podemos entender, si se acepta este planteamiento, que la persona siga sin encontrar una explicación antropológica al misterio del sufrimiento, pero sí que pueda encontrarle un sentido que le abrirá *al misterio, quizá al misterio de la cruz*, misterio de amor (*nadie tiene más amor que el que da la vida por sus amigos*) y la cruz no es término, sino que es condición para una vida metahistórica *en plenitud y para siempre*.

¿Cómo aparecen, desde esta perspectiva, las cosas de esta vida? Aparecen unidas de una inesperada gravedad: nos pasamos la vida acongojados por la fugacidad de las cosas, que se nos escurren y deslizan entre las manos, por las nieves de antaño. Pero ahora su fugacidad está amenazada por un «para siempre». Podría pensarse que la realidad en la otra vida estuviese determinada por la autenticidad y plenitud con que hubiese sido deseada o querida en ésta. Si esto es así, no podemos saber si la felicidad es o no un engaño. Tenemos que vivir en la inseguridad, y todo intento de eliminarla, en un sentido o en otro, o es una deslealtad intelectual o es un acto de fe. Y entonces hay que preguntarse: ¿qué cosas interesan de verdad en esta vida? Para mí, la norma es clara: aquellas frente a las cuales la muerte no es una objeción, aquellas a las cuales digo radicalmente «sí»; con las cuales me proyecto, porque las deseo y las quiero para siempre, ya que sin ellas no puedo ser verdaderamente Yo. (Julián Marías)

7. La intimidad personal no se aprende en las aulas

A los profesionales de la salud nos corresponde la tarea, si aceptamos estas reflexiones, de ser alumbradores de esperanza. Ello implica que podemos utilizar el tiempo futuro como tiempo terapéutico, para lo cual es imprescindible poder entrar en la intimidad personal de cada ser doliente.

En la formación académica recibimos unos conocimientos realmente precisos y concretos en relación con la exploración del cuerpo, incluso en relación con la exploración de la naturaleza humana. **Pero nunca se nos suele hablar de la intimidad personal y aun menos del modo en el que podemos explorarla, acogerla y comprenderla.**

Y por muchos años que trascurran no hemos de acostumbrarnos a ello, porque siempre hemos de tener la impresión de que entramos en un recinto sagrado.

Finalizamos con la afirmación de que en ese recinto el que lo pretende, **sólo puede ayudar a que el sufrimiento pueda tener, para el que lo padece, un sentido, sentido que no anulará el sufrimiento en sí pero sí que le abrirá paso a un vivir personal, en el que pueda seguir creciendo en libertad y en el amor como tarea.**

Manuel Álvarez Romero

Sevilla 10-6-2011