



Arnoldo Kraus

DOLOR

de uno, dolor de todos

Prólogo de
Francisco González Crussí

DEBATE

Antes de empezar

- Un dolor que me duele.
- Una larga y profunda desesperanza, un deseo de seguir aquí con los míos, en la casa, en las calles; luchar, ¿por qué claudicar?; unas pocas palabras, nunca las mismas, siempre deseosas, nunca quemadas, plagadas de angustia, desoladas, y a la vez, en busca de respuestas: “otra vez hoy, ¿cuándo mañana?”
- Una certeza incuestionable: “la muerte ha copado todo, crece dentro de mí. Me ningunea: sólo habla el dolor. Mientras vivo, ¿cómo saber cuándo se deja de existir?”
- Una realidad incontrovertible, “donde finaliza el yo sano empieza el yo enfermo”.
- Un cierre crudo, apoteósico, “no permitiré que la muerte me acabe antes de partir. Me quedaré con la vida, no con el dolor, no con el cuerpo roto, inservible, rasgado”.
- Una mirada ilimitada, unos guiños al ser amado, rodeados de tristeza, saturados de dolor, “unas palabras desde mi cuerpo: decir, antes de decir adiós, te amo”.
- Unas líneas, pocas, suficientes, descarnadas, “lo que digo no se escucha, lo que veo no me mira, lo que cojo entre mis manos escapa. ¿Mañana?, ¿la calle?, ¿café?, ¿crisparse ante la demolición del mundo? Lo mío ha dejado de ser

mío. Sólo un último deseo: huir del dolor. No tolero más humillación”.

Palabras vivas, impregnadas de dolor y sabiduría, palabras que recuerdan y piden, palabras de todos los días:

—Estoy tranquila —dijo una niña con leucemia, lastimada por los procedimientos médicos habituales.

—¿Por qué? —preguntó el doctor.

—Cuando muera ya no tendré leucemia.

Si hay quien escuche, “un dolor que me duele”, la vida, aunque se nuble, no termina. En la *Escuela del dolor* ese y otros discursos son fundamentales: con el tiempo, con suerte, el dolor desaparece o se mitiga; años después, nuevas mermas, otras heridas, emergen. Enfrentarlas y sacarlas a la luz es prudente. Hablar con el dolor y de él es necesario. Granjear algunos imposibles facilita ordenar y hablar. El dolor es escuela, la enfermedad humilla. Quien logra construir una nueva vida a partir de sus lecciones, humildad la primera, es sabio.

Un acercamiento

Las experiencias comunes, por frecuentes, por ser espacios conocidos, exponen, al unísono, certezas y dudas. Esa idea no es una paradoja, es parte de la realidad humana. Amor y desamor, vida y muerte, placer y dolor, son vivencias universales y comunes. La forma de entenderlas, vivirlas o padecerlas varía enormemente. Imposible encontrar guías o dictar reglas para comprender los incontables significados de esas experiencias. Para algunos, dolor significa vida, para otros, dolor y derrota son sinónimos; en ocasiones, dualidades como alegría y tristeza, éxito y fracaso se ensamblan y construyen; en otras, siembran desasosiego y devastan.

La arquitectura interna cambia. Con el tiempo no se deja de ser, se es otro. Nada sucede en balde. La serendipia existe, pero, antes, y con ella, es la persona la que escribe la mayor parte de su gesta. Un día bueno, otro malo. Entropía es un término físico y humano. Algunos días prima el orden, días después, llega el desorden, hoy dirige el yo, mañana el *alter ego*. El dolor corporal o anímico juega un papel fundamental en la arquitectura de las personas. Es entrópico mientras lacera, no lo es cuando se ausenta. Su contraparte, la salud, el silencio del cuerpo, mientras existe, protege; al romperse, llega el desorden.

A diferencia del conocimiento cuyos logros son predecibles y, en general, sujetos de control, los sucesos de esa maravilla tan

mentada, intrincada y poco conocida, llamada alma, pueden no serlo. Las diversas respuestas societarias e individuales de comprensión y duelo frente a la muerte, o la forma de vivir y padecer dolor ejemplifican las enormes diferencias entre personas.

La dificultad para entender la necesidad de la muerte (Steve Jobs decía: “La muerte es posiblemente el mejor invento de la vida”, mientras que el Nobel de Literatura Elias Canetti confesaba que la muerte es horrorosa) denota el frecuente divorcio entre conocimiento y alma, entre lo mensurable y lo no mensurable. Cuantificar la cifra de hemoglobina, el precio de un automóvil y el costo de un puro es sencillo; tasar la magnitud del desamor o del desasosiego tras la pérdida de un ser querido es imposible. Lo mismo sucede con el dolor y el duelo; esas experiencias tienen significados diferentes en cada ser humano. Universalizarlas no es posible. Tal imposibilidad, su falta de exactitud y su constante presencia convierten a los diversos tipos de dolor en tema imprescindible. Ni la biología molecular de las décadas venideras ni la más profunda biotecnología desentrañarán todos sus meandros; a ese escenario debe agregarse otro “peligro” contemporáneo, la falta de escucha.

Duelo, melancolía, dolor y otras aflicciones del alma se confrontan mejor si la persona es abrazada y escuchada, por otra(s). En *La moda negra. Duelo, melancolía y depresión* Darian Leader pregunta: “¿Es el duelo más difícil hoy por esta erosión de los ritos sociales del duelo?” La erosión social y el exceso de tecnología militan contra las necesidades afectivas.

Desde su soledad y sus necesidades, Paul Celan añade otras ideas. De acuerdo con Hans-Georg Gadamer, el malogrado poeta judío rumano —se suicidó por la culpa de haber sobrevivido, a diferencia de muchos de sus familiares, al nazismo—, comprendía su obra como una “botella arrojada al mar”; “siempre —escribe Gadamer— hay alguien, este o aquel, que en-

cuentra el envío y lo recoge, convencido de haber recibido un mensaje”. La metáfora de Celan la viven y reproducen infinidad de dolientes: sus mensajes y pedimentos, inscritos en el interior de sus botellas, buscan, solicitan. La mayoría de los dolores disminuyen o se curan cuando alguien recoge, lee y se hace cargo de esos mensajes.

Casi siempre es posible encuadrar los beneficios del conocimiento y asegurar, o al menos aventurar, hipótesis acerca de sus frutos. Predecir y medir las respuestas provenientes de los sentimientos “del alma” no es materia sencilla. Cuestiones cotidianas ejemplifican la incapacidad para explicar los claroscuros del alma, ¿por qué el enamoramiento?, ¿por qué enloquecerse por la de allá y no por la de acá?, ¿por qué sentirse atraído por la hermana gemela con el pelo rizado en lugar de la del pelo lacio?, ¿por qué es difícil explicar el dolor del abdomen?, ¿de dónde el deseo?, ¿por qué dos hermanos, crecidos bajo el mismo techo, con el cobijo de padres idénticos, se desviven por pasiones distintas?, ¿dónde reside el placer?, ¿tienen odio y amistad origen celular o más bien son producto de la experiencia, o de ambos?

Esa imposibilidad es bienvenida: ni siquiera en la ciencia ficción sería deseable que la genómica o la ingeniería genética descubriesen el gen del amor, el brazo de algún cromosoma donde resida el comportamiento nostálgico, o los aminoácidos encargados de codificar melancolía, pasión o apego. Los lenguajes de la empatía, de la fraternidad, del odio y del dolor son meandros fundamentales del alma, propios de cada individuo, de la arquitectura que se traza y se modifica conforme transcurre la vida. Con el tiempo no se deja de ser, se es otro, escribí renglones atrás; “de recuerdos se teje mi presente”, escuché de un otrora atleta carcomido por sida.

El lenguaje del dolor acerca, busca, disecciona al afectado. La enfermedad, el cuerpo deteriorado, ¿ya lo dije?, humillan: lo

que era ya no es. Lo normal desaparece y da pie a una nueva normalidad “anormal”. La misma persona en otro cuerpo, la misma historia en el cuerpo de siempre, la misma vida en otra realidad. El cuerpo fragmentado y la realidad modificada por la enfermedad, casi siempre cruda, humillan. Los *yoes* deteriorados tienen que aprender a observar desde otros ángulos.

¿Existen los “genes del alma”?

En *Identidades asesinas* (Alianza Editorial, Madrid, 1999), Amin Maalouf reflexiona acerca de las diferencias entre las personas que cohabitan en un mismo lugar en términos de idioma, cultura, educación y costumbres. Aunque en la mayoría de las ocasiones esa mezcla suele enriquecer a los individuos, si quien habla es el fanatismo, deviene muerte. En su libro postula que “todo sujeto está compuesto por un cúmulo de elementos (genes del alma) que, unidos entre sí, o mezclados, dan como resultado un sujeto único e irrepetible, un ser humano provisto de algunas cualidades y portador de muchas deficiencias”.

Siguiendo a Maalouf, agrego algunas conjeturas a los hipotéticos “genes del alma”. Los “genes del alma” nunca serán aislados, ni codificados, ni sus aminoácidos secuenciados. En esos genes residen las respuestas humanas no vinculadas con el conocimiento o con la experiencia. Sensaciones como tristeza, amor, dolor “no físico”, duelo, nostalgia y melancolía, así como las respuestas de las personas a esas vivencias se ubican, *hipotetizo*, en los “genes del alma”. Esos genes contribuyen a moldear el ser interno de la persona; se maman en casa, se moldean en las primeras calles de la vida, se alimentan bien y mal en la escuela, y se modifican con el transcurso de los años.

Los “genes del alma” coadyuvan a edificar la arquitectura interna de las personas. En ellos se expresan las cualidades

íntimas de los seres humanos y las respuestas ante las pérdidas o los fenómenos que modifican la vida —“la enfermedad infectó mis días”, decía un colega; “el dolor abrió puertas oxidadas, trabadas; ahí guardé veinte años las cartas de mi esposa donde anunciaba su suicidio”, leí en un carta póstuma de un viejo enfermo de ausencias—. Esas sensaciones y vivencias, no inscritas en el código genético, se mezclan, como sustenta Maalouf, con influencias ambientales; con el paso del tiempo determinan algunas respuestas del individuo frente al dolor, la muerte, el desamor. A partir de los hipotéticos “genes del alma” las diferentes formas de dolor no mensurable —depresión, dificultad para existir, tristeza, enamoramiento, soledad—, cuyas entrañas no pueden demostrarse por alteraciones bioquímicas o celulares, deben ser leídas con otras miradas.

La vieja frase: “no hay enfermedades, hay enfermos”, adquiere otro significado al otearse desde otros ángulos los “genes del alma”. De eso hablaron y hablan, a su modo, desde las letras, Sigmund Freud, Jacques Lacan, René Spitz, y desde la casa de su alma revestida y arropada por su ácido desoxirribonucleico todos los amantes cuya libido se inscribe no en los genes encargados de codificar altura, color de ojos, predisposición para adquirir diabetes mellitus o cáncer de colon, sino en los impulsos vitales y en las pasiones.

En 1976 Richard Dawkins introdujo el término *memes* (neologismo de memoria y mimesis) para referirse a la unidad teórica de información cultural transmisible de un individuo a otro, de una mente a otra, o de una generación a la siguiente. En otras palabras, los memes suman influencias ambientales —cultura, sociedad— e información genética. Pensar en las intersecciones entre memes y “genes del alma” es materia obligada. Shakespeare pervive, *To be or not to be*. “Ser o no ser”, pregunta ancestral: ser como se es, ser otro, no ser y/o modificar el ser con el correr de la vida. Esos vaivenes dependen de las interacciones

entre “genes del alma” y memes, y entre los juegos de la vida y las posibilidades de la persona. En los primeros versos de *Autopsicografía*, Fernando Pessoa lo explica magistralmente,

El poeta es un fingidor.
Finge tan completamente
que hasta finge que es dolor
el dolor que en verdad siente.

Aunque el dolor es una experiencia universal, necesaria, siempre presente y compartida, las respuestas individuales y culturales varían mucho. En el mismo tenor se inscriben la muerte y, paradójicamente, el sexo. Dolor —muerte— y sexo —amor— son fenómenos omnipresentes, y aunque opuestos, con frecuencia coexisten. Más de un bebé nació en los campos de concentración nazis. A pesar de cohabitar día a día con la muerte, algunas víctimas practicaban sexo, como placer, como necesidad, como último reducto para llevar una dosis de vida a su precaria existencia, como si el encuentro sexual fuese la última habitación de la casa que arde. Tanto el dolor como el sexo son vías que les permiten a las personas seguir atadas a la vida. Por eso su simultaneidad, por lo mismo su necesidad.

A pesar de su universalidad y su cotidianidad, tanto el dolor como la muerte ejemplifican la dificultad de liar en un mismo paquete experiencias comunes. Dolor y muerte modifican “la normalidad” de la vida y atentan contra “la normalidad” de lo consabido, del día a día. Ambas desajustan y provocan crisis. Recuerdo las palabras de un padre que había perdido a su hijo meses atrás:

—Se apagaron los murmullos, huyó la música —dijo.

—¿Qué significa? —pregunté.

—Tras la muerte de mi hijo, el viento, la música, el oleaje, las voces, han dejado de sonar. Todo se apagó.

Dolor como crisis

Dolor es crisis. El término chino para la palabra *crisis* contiene dos ideogramas: uno significa peligro o dificultad, el segundo, oportunidad. El dolor es una crisis con dos apartados: la molestia, cuyo sustrato es el cuerpo, su anatomía, sus células, sus sustancias, y la vivencia de quien lo padece y sufre, cuyo lecho es el alma del individuo, los “genes del alma”, sus capacidades para afrontarlo, sus sentires. Las dificultades inherentes al dolor devienen incomodidades físicas y alteraciones anímicas. Las vivencias secundarias pueden significar oportunidad, rectificación, modificación y la posibilidad de redimensionar la vida.

Crisis proviene del griego *krisis* y ésta del verbo *krinen*, cuyo significado es separar o decidir. Las crisis provocadas por el dolor invitan a separar primero y a decidir después. Separar lo bello de lo triste, recordar lo bueno y confrontarlo con lo malo, apreciar lo construido e intentar aceptar lo negativo. Decidir, frente a las evidencias, qué es lo mejor; tomar caminos nuevos y sortear los viejos, valorar los lazos amorosos y amistosos, comprender lo que ha dejado de ser y aceptar lo que es. Ni separar ni decidir son tareas sencillas. Menos lo es cuando la razón de la crisis es dolor y el motivo de éste una enfermedad sin solución. Las crisis son retos.

Hay quienes dicen, tras sortearlas, que sobreviven a sí mismos. Hay quienes derrotados, tras aceptar el final, al saber que

no hay más y que todo se ha agotado, buscan despedirse con dignidad. En *Winter in Wien*, una suerte de diario, el poeta Reinhold Schneider implora, investido de sabiduría, clemencia: “Mi fuerza vital está tan exhausta que ya no logra ver más allá del sepulcro, no logra ya temer o desear nada sino la muerte. No puedo concebir un Dios tan despiadado que despierte a uno que está durmiendo a sus pies muerto de cansancio”.

Leer las ocasionales notas de enfermos y escucharlos ilustra:

—¿Qué hay en el fondo del cuerpo? —se preguntó, durante la consulta, un enfermo.

Tras una breve pausa, el médico le respondió:

—Dime lo que hay en el tuyo. Cada enfermo padece y sufre diferente. Cada cuerpo se desbarranca de otra forma.

—Siento cómo el dolor camina por dentro, un día taladra la mano, otro paraliza la pierna. Me habla, se asoma entre las piernas. Nunca calla. Es obsesivo. Me obliga: si no lo escucho golpea con crudeza. Doctor, dígame: ¿qué hay en el fondo del cuerpo?

—Tus pulmones carcomidos, tu corazón roto.

—¿Cuánto tiempo más de vida? ¿Cuánto más esta derrota?

—Meses, algunas semanas...

—Bien. Escombraré por última vez. La maleta con mis notas está casi llena. Antes de partir las entregaré a mis hijos. Después será más fácil decir adiós.

Pequeña invitación

Heráclito, “El oscuro de Éfeso”, por su capacidad para sembrar el mundo de ideas cuya interpretación siempre requiere una o más lecturas, invita a reflexionar sobre la naturaleza de las dicotomías. Dolor es dicotomía. El dolor desdobra, abre. Temor y esperanza, incertidumbre y certidumbre, y agobio y lucha son algunos binomios. Dolor es dicotomía: la cara ora negra, mañana blanca, y al revés: hoy blanca, mañana negra... otro día incolora.

El saber popular no se equivoca. Los nietos repiten las lecciones de los abuelos y éstos las de sus abuelos: tras superar las heridas la persona se fortalece. Quien sufre y deja atrás el sufrimiento cambia, mejora. Aunque el dolor no es necesario para vivir, muchos logros, en diversos terrenos, provienen de las preguntas y las confrontaciones inherentes a él, a los desórdenes que produce, a la toma de conciencia acerca de los límites de la vida y del cuerpo; vulnerabilidad, humildad, finitud y humillación son vivencias y escuela propias del dolor.

Algunas conquistas, en arte, en ciencia o en deporte, emergen de la lucha contra él. “Es malo sufrir —escribe San Agustín—, pero es bueno haber sufrido.” Sufrir mueve, pavimenta, siembra. Quienes han compartido la vida con personas resilientes lo saben: “Vivir la muerte del tuyo como si fuese la tuya” es la receta postrera que una paciente senil legó a sus hijos tras el fallecimiento de su esposo, con quien vivió cuarenta años.

Retomo la invitación. Heráclito: “En los mismos ríos entramos y no entramos, pues somos y no somos los mismos”. La idea de Heráclito, citada con frecuencia en forma equivocada como “no se puede entrar dos veces en el mismo río”, puede considerarse como una doctrina del cambio. Las aguas cambian, el dolor transforma a la persona, los cauces mutan: llevan otras aguas, unas cercanas, otras lejanas, calientes, frías, con tierras contaminadas, cristalinas, con minerales provenientes de lechos lejanos, con peces, sin peces, siempre distinto, siempre igual. Las mismas personas se convierten en otras personas. El tiempo no perdona; escapar es imposible. Los vínculos entre cauce y agua, y entre cuerpo y alma, nunca son iguales.

«En la clínica la palabra más frecuente es dolor; transferir esa carga y asumir que llegó a buen puerto le permiten al enfermo depositarse, saber que sus dolores y miedos fueron entendidos y suelen mejorar sin medicamentos y sin necesidad de exámenes o radiografías»

Como si lanzara un recordatorio a quienes dan la impresión de haberlo olvidado, el doctor Arnoldo Kraus menciona en este libro que el primer deber del médico es aliviar el sufrimiento; que el dolor no es un beneficio sino un agobio que pesa sobre el enfermo, haciéndolo más enfermo de lo que sería sin él.


Que el dolor sea, desde un punto de vista filosófico, inexpresable o indecible, dice el autor, no significa que la palabra no tenga un papel decisivo para aliviarlo. La verdad profunda del dolor puede ser inefable, pero el médico íntegro que es Arnoldo Kraus tiene de su lado la experiencia que lo lleva a escribir con consciencia sobre el tema.

En *Dolor de uno, dolor de todos*, Arnoldo Kraus nos habla constantemente sobre la necesidad que tiene la persona que soporta de restaurar en su horizonte vital un rayo de esperanza, un sentimiento reconfortante: sentirse escuchado, tal vez tocado.

Francisco González Crussí



 /megustaleermexico

 @megustaleermex