

## Dolor y crecimiento interior

Cuando sufrimos, absolutizamos un aspecto de la vida: el dolor, esta realidad distorsionante que indica un mal, unos límites... Siempre que podemos lo quitamos, si no seríamos masoquistas. Pero ante el dolor inevitable, es interesante descubrir un sentido positivo, tomar distancia del momento en el que lo único que se puede es padecer o com-padecer, y entrar en la visión de conjunto que compone el cuadro de la creación y de la historia: vemos que los que han superado las dificultades han sobrevivido y progresado. Así, quienes lucharon en el Nilo ante el agua y se esforzaron en desecar pantanos pudieron crecerse y crear una civilización floreciente; por el contrario, los que ante un proceso de desertización fueron a buscar agua a otros lugares más habitables se quedaron en su rudimentario modo de vivir, esos otros pueblos no han vivido casi ningún progreso. La adaptación excesiva al ambiente impide el desarrollo y conlleva el peligro de sucumbir ante un cambio brusco de éste. De la misma forma, eliminar toda dificultad conlleva estancarse en una inmadurez, no estar preparado para la lucha por la vida. Unamuno ve en esa lucha que causa dolor “la sustancia de la vida y la raíz de la personalidad, sólo sufriendo se es persona... el dolor es el camino de la conciencia y es por él como los seres vivos llegan a tener conciencia de sí. Tener conciencia de sí mismo, tener personalidad, es saber y sentirse distinto de los demás seres: a sentir esta distinción se llega por el choque; por el dolor más o menos grande, por la sensación del propio límite. La conciencia de sí mismo no es sino la conciencia de la propia limitación”.

Uno de los casos más paradigmáticos lo vemos en el personaje de Leo Tolstoi en “Guerra y paz”: Pierre Besochov. Sus cambios internos son sorprendentes: “antes era tenido por un hombre bueno, pero no feliz. Uno se mantenía, inconscientemente, a una cierta distancia de él. Sin embargo, ahora emanaba de su boca una sonrisa llena de la alegría de vivir. En sus ojos había compenetración con el prójimo y se insinuaba la pregunta: ¿estáis también tan contentos como yo? Era agradable comunicarse con él. Antes era muy hablador y podía entusiasmarse a lo largo de una conversación. Entonces no atendía apenas a las razones de los demás. Ahora, en cambio, se deja arrastrar raras veces por la discusión y podía de tal modo escuchar a los demás que uno le abría los secretos más recónditos... antes, la princesa (Catarina Semjonovna) creía que su mirada contenía indiferencia y burla, y, como solía hacer con tantos otros, le había declarado prontamente su hostilidad, que era una de sus múltiples cualidades. Ahora, por el contrario, sentía que él había penetrado en lo profundo de su alma, y le descubría, al principio con desconfianza, después con agradecimiento, el lado bueno y oculto de su carácter”. Y no fueron los años ni aprendizajes, sino los pesares de la guerra, y las inclemencias de la cautividad, los que ejercieron tan notable influencia. En este sentido el dicho popular “no hay mal que por bien no venga” nos sugiere que todo crecimiento, también toda creatividad artística o de cualquier otro tipo, pasa por el silencio y el dolor. Le preguntaron: “¿años perdidos?”, a Alexander Solzhenitsin y su cautiverio, y respondió: “no, en realidad no perdidos... quizá aquellos años fueron necesarios... el dolor es esencial para nuestro progreso espiritual y para nuestro perfeccionamiento interior. El sufrimiento viene repartido a la humanidad y a cada hombre, en una cantidad suficiente, para que el hombre pueda sacar utilidad de él, si lo sabe usar en su crecimiento interior”. Pero “la capacidad de sufrir no es inmediatamente asequible, sino que tiene que *ser conquistada* con esfuerzo de autocreación. Aquí se impone la tarea de forjar la propia personalidad y es la actitud el resorte que rige a la persona” (J. Vilar).

Llucià Pou Sabaté