

El valor educativo del sufrimiento

Mtro. Omar Olvera Cervantes

¡A veces pienso en cuánto más viva estaría la gente si sufriera!

(M. L. von Franz, *El puer aeternus*)

En artículos anteriores se ha reflexionado sobre la negación del hecho de **la muerte, la enfermedad y otros fenómenos** propios de la condición humana que se catalogan como negativos e indeseables; aunque no por ello dejan de ser parte de las experiencias de la vida humana.

Ante esta negación también existe como **base cultural** una concepción que muchas veces nos condiciona, haciéndonos creer que el sufrimiento es un sentimiento innato en el ser humano o incluso algo querido por Dios y que, por tanto, no podemos hacer nada para evitarlo salvo adaptarnos al mismo, resignándonos. Sin embargo, la realidad es distinta, pues, pese a que estas creencias nos limitan en cierto modo, siempre existe **una forma de modificar nuestros instintos** y de formar una personalidad propia con la cual enfrentarnos a las dificultades que la vida nos vaya poniendo por delante.

En este caso continuamos teniendo como punto de partida las experiencias de la enfermedad y la muerte; son fenómenos que tienen como resultado la experiencia del “sufrimiento” que es una realidad que ha generado las diversas corrientes psicológicas que tratan de originar en la persona que sufre **una nueva conciencia sobre sí misma y su realidad**, para resolverlo o por lo menos tratar de que la persona reconozca en sí misma los recursos necesarios para afrontarlo.

En la práctica del acompañamiento podemos ver hasta cierto punto **un proceso reeducativo**: la persona aprende a administrar sus emociones, a reconocer sus recursos personales, a distinguir entre su subjetividad y objetividad, a reconocer patrones de conducta nocivos y asumir con responsabilidad sus actos y consecuencias.

El sufrimiento es lo que cada uno de nosotros define como tal. Es igual en el **proceso del duelo**: cada duelo está definido por las particularidades de la relación que se tiene con la persona que ha muerto o la interpretación subjetiva que se hace de la situación que ha generado la experiencia de duelo; es lo que cada persona señala, argumenta o expone a partir de múltiples mediaciones antropológicas, éticas, conocimientos, experiencias y significados culturales, imaginación y experiencia frente al dolor, edad, condición de género, momento histórico, valores y creencias morales, religiosas y estéticas, ideas sobre la vida y la muerte, la salud o la enfermedad; en fin, todo aquello que se relaciona con el saber, la técnica, el arte o la filosofía y que ordenan el entramado de la cultura humana y se concreta en una individualidad subjetiva que interpreta desde su plataforma personal el conjunto de experiencias como el dolor y duelo.

Pero todo esto es sólo una parte; la experiencia se completa cuando junto con lo anterior la persona puede **integrar su propia vulnerabilidad y finitud a su autoconciencia**; este hecho termina por

centrarlo en este mundo. *El dolor es una de esas llaves con que abrimos las puertas no sólo de lo más íntimo, sino a la vez del mundo* (Ernst Jünger).

El hecho de aceptar la realidad de la propia mortalidad y poner la existencia en esa perspectiva posibilita un **apropiarse de la vida de una nueva forma**, se genera una nueva ética, en donde hay lugar para lo diferente, para asumir la existencia como parte de un proyecto más amplio que continua y no se agota, aunque se dejara la existencia. El sufrimiento es una buena tinta de contraste, permite reconocer lo bueno, las oportunidades... la trascendencia.

En la **práctica del acompañamiento** podemos observar que muchas personas tienen la intención de encontrar un camino que aporte una solución a un determinado problema. Pero, al iniciar el trabajo del acompañamiento, nos damos cuenta de que son situaciones complejas construidas de diversas maneras en la que cada suceso actualiza en su forma el conjunto de **experiencias de conflicto del pasado** y que la costumbre les ha hecho parte de su propia subjetividad y son de cierta forma un filtro desde donde se interpreta la realidad actual de la persona; quizás incluso, no se es ya capaz de identificarlos y darse cuenta de que son el origen y resultado de su malestar emocional.

En este sentido, cada persona necesita poseer herramientas para lograr **integrar el conjunto de experiencias positivas y las valoradas como negativas** y no sólo para resolver su situación presente, sino para entender el propio sentido de la vida como un solo acontecimiento.

Cuando hablamos de *tanatología educativa* hablamos quizás de una herramienta que nos permite **asumir de forma natural la vida con todo lo que implica**, nos permitiría pensarnos y asumirnos como seres frágiles, vulnerables, mortales. Nuestra perspectiva ética, moral, la toma de decisiones, tendrían una referencia de expectativa más sólida al ponderarles desde esa realidad que es la más cierta.

El sufrimiento y la muerte son conceptos que hay que saber valorar y no huir de ellos cuando se presentan; es hasta cierto punto normal que al enfrentarse a situaciones difíciles exista el **deseo de la huida** y de la crisis ante la perplejidad emocional que nos ocasionan éstas. El sufrimiento y el duelo no son queridos o deseados, pero cuando aparecen y se es consciente de ellos podemos descubrir que **tienen un valor humano a la vez que espiritual** y que el poder comprenderlos es una oportunidad de autocomprensión y de crecimiento.

El aspecto educativo de la tanatología quiere ser una ayuda que **enriquezca la vida misma**, profundizando en numerosas cuestiones que de otro modo no llegaríamos a plantearnos; podríamos descubrir que el dolor, el sufrimiento nos ayuda no sólo a encontrar nuestras propias limitaciones y que en muchos casos podemos entender que es necesario contar con el apoyo de otras personas para superar determinadas situaciones; que también **podemos generar empatía y la solidaridad**. Darnos cuenta de que también podemos aportar a otros y que el sentido de la vida se encuentra y completa cuando somos capaces de levantar la mirada para encontrarnos, abrazar y acompañar a otros.

Nuestra manera de ver la vida cambia cuando atravesamos por una etapa de sufrimiento, ya que se despierta en nosotros **una vía que nos permite entender mejor lo que otras personas sienten**, empatizando con ellas, comprendiéndolas y aceptándolas de la misma forma en la que nos gustaría que hicieran con nosotros mismos; podemos liberarnos del egoísmo, ser más amables, amar mejor y dejarnos amar por otros y, en definitiva, **transformar nuestro propio corazón**.