

OPINIONS

Nº 163 - any 2024

El dolor - El sofriment o patiment

Tot i que, en la parla habitual, sovint fem servir les paraules “dolor” i “sofriment o patiment” com a sinònims, des del meu punt de vista crec que, entre aquests mots, hi ha una diferència que intentaré explicar a continuació.

El dolor és una sensació molesta i aflictiva d'una part del cos que pot ser tangible o no, com per exemple, un cop, una ferida, la trencada d'un os, una neuràlgia, un dolor d'estómac o de panxa, un mal de coll o un còlic nefrític, entre molts altres.

Ara bé, segons el meu parer, el sofriment, malgrat que pot estar produït per una malaltia que afecta una part del cos exterior o interior, s'experimenta més en l'àmbit emocional com a resposta a certs esdeveniments, reals o imaginaris que el provoquen: la mort d'una persona estimada, la ruptura d'una relació o l'allunyament de persones amb qui s'ha tingut una amistat, quan ens sentim poc valorats malgrat el nostre esforç, quan som traïts per qui consideràvem un amic, quan se sent insatisfacció al costat de la parella tant sexualment com per falta de comunicació o, quan la inseguretat fa que el nostre esperit s'ompli de foscors que poden immobilitzar-nos i que no es tingui cap il·lusió ni projecte de futur.

El sofriment humà pot ser tant exacerbant i aclaparador que, en els casos més extrems, fins i tot, pot arribar a empènyer a qui el pateix, prendre la dràstica decisió d'acabar amb el do tan preuat com és la vida.

Diuen els entesos que el sofriment forma part de la naturalesa humana i que la manera d'afrontar-lo i refer-se'n, depèn de la personalitat de cadascú. Una personalitat en què té molt a veure part del cervell, les neurones, els gens, diverses patologies, l'educació, la religió, l'entorn familiar i les amistats.

Negar les realitats que ocasiona el sofriment és un mecanisme de defensa habitual que pot ser una estratègia durant un cert temps, però, a la llarga, no dóna resultats. Tard o d'hora es té la necessitat d'exterioritzar el que ens succeeix per posar-hi remei, sigui amb l'ajut puntual de fàrmacs o dialogant amb algú que sabem ens entendreà, que no escamparà les nostres confidències i que, amb les seves paraules, ens ajudarà a fer desaparèixer o, si més no, minvar el nostre sofriment.

Ara bé. Mirant la part positiva del sofriment, si no s'experimentés, potser seria impossible valorar com cal moments que proporcionen bocins de felicitat, i, d'altra banda, no hauriem pogut gaudir d'un compendi d'obres de grans genis que el varen patir: Van Gogh, Beethoven, Newton, Dickens, Dalí o Miguel de Cervantes, entre altres personatges, que, cadascun en la seva disciplina varen deixar un llegat que perdurarà per sempre.

Personalitzant

M'agradarà contar-vos unes experiències en què intervé el sofriment propi i aliè.

Una d'elles va tenir lloc quan estudiava l'últim curs d'infermeria a l'hospital Clínic de Barcelona. A diferència d'ara, els malalts eren en grans sales on els llits eren situats a banda i banda d'un passadís. Un dels malalts, internat d'urgència per motius cardiològics (indigent, sense família i que havia sofert molt durant la seva vida segons em va explicar), va ser rebutjat des del primer moment, pels altres malalts, a causa de les lamentables condicions en què havia arribat, ple de ronya i amb els cabells, que eren molt abundants, enredats i plens d'intrusos.

Un matí de diumenge que preparava la medicació per cadascun dels malalts, vaig sentir una gran picada de mans que, en aquell temps, era un senyal que alertava d'alguna cosa excepcional. Quan vaig entrar a la sala d'on sortia el soroll, vaig veure que el malalt esmentat s'havia posat dret. Vaig córrer per ajudar-lo a tornar al llit rodejant-lo amb els meus braços i emprant paraules afectuoses. De sobte, em va mirar amb ulls d'agraïment i em va dir: "Gràcies per aquesta abraçada feia anys que ningú me'n feia cap". Varen ser les seves últimes paraules perquè, de sobte, va morir als meus braços.

Aquesta colpidora experiència i altres, ocasionaren que em desanimés per exercir la carrera que tants sacrificis m'havia costat finalitzar. Els sofriments dels altres em causaven un gran desassossec i vaig decidir ampliar dos anys més els estudis que s'exigien per l'especialització de llevadora. Una professió que vaig exercir i gaudir durant uns anys, en els quals, ajudar a portar un nou ésser al món sempre era motiu d'alegria.

Una altra experiència va ser amb la Sra. Maria, petitona, polida, silenciosa i plena de dolcesa. No patia cap dolor físic, però els seus ulls demostraven tristesa i sofriment. Era en una residència a prop del poble on vaig viure uns anys fins no fa gaire i, cada setmana, anava a veure-la i parlàvem de tot una mica.

Faltaven dos dies per el dia de Nadal i li vaig dir: "deu estar contenta perquè vindrà la família a veure-la". Em va mirar i respongué pausadament: "la meva família és aquesta (assenyalant els quins residien amb ella), i afegí: quan ve el meu fill, que només ho fa de tant en tant, sempre ve amb presses perquè té diverses qüestions per resoldre, i, quan porta els nets, seu al meu costat i, al cap d'uns minuts amb l'excusa que corren i molesten als residents, em fan un petó i marxen. Ja han complert. No pensa en la soledat amb que queda la seva mare".

Hi ha una altra persona que vaig estimar molt i que el seu sofriment va deixar una gran empremta en el meu cor. Es deia Israel i podeu saber més d'ell en les Opinió del 2016 titulades "Un record per als absents".

Quan les circumstàncies de la vida ens duen pels camins de la malaltia, el dolor físic i el sofriment d'esperit. ¡Com s'agraeix una paraula, una abraçada, compartir amargures, sofriments, fracassos, alegries i, fins i tot participar en una pregària!

Qualsevol d'aquestes accions, pot ajudar a qui li fa molta falta ser escoltat, comprés i rebre demostracions d'estima.

Si podeu, no deixeu de practicar-ne alguna, omplen moltes estones de buidor anímica, proporcionen una gran satisfacció interior i, alhora aporta als altres, el goig de què algú els té en compte.

Maria Mercè Usón