

## ¿ES NECESARIO EL DOLOR?

*por Francisco Manuel Nácher*

- Desde que, hace unos días, dialogamos sobre nuestra creación personal del mundo en que cada uno vivimos, no he dejado de pensar y pensar sobre el tema.

- ¿Y has descubierto algo más?

- No. ¿Es que hay algo más que descubrir? ¿No es suficiente llegar a la conclusión de que cada uno de nosotros creamos nuestro propio mundo, en el que vivimos toda la vida, convencidos de que los demás viven también en él cuando, en realidad, cada uno vive en el suyo, y exclusivamente en el suyo, y siempre incomunicados unos con otros?

- Pues sí. Precisamente después de eso y como consecuencia directa suya, uno puede seguir pensando y haciéndose preguntas.

- ¿Qué preguntas?

- Por ejemplo, la de si es necesario el dolor.

- ¿El dolor? ¡Vaya pregunta! ¡Pues claro que es necesario! Necesario e inevitable.

- ¿Por qué?

- Porque sin dolor es imposible vivir, porque, bien mirada, la vida es una sucesión de decisiones y cada decisión supone haberse enfrentado a un problema y haberlo resuelto, por lo menos temporalmente. Pero, antes de decidir, no se puede evitar sentir dudas, o miedo a equivocarse, o dolor porque la decisión que prevemos que hay que tomar no nos gusta o, después de la decisión, podemos arrepentimos de ella por la causa que sea... Y todo eso produce, necesariamente, incomodidad, miedo, vergüenza, sufrimiento... en una palabra, dolor, ¿no?

- No necesariamente.

- Pues yo creo que a todo el mundo le ocurre eso.

- Es que no estamos hablando de lo que todo el mundo hace o siente o piensa, sino, precisamente, de lo que no se debería hacer ni sentir ni pensar.

- No entiendo lo que quieres decir pero mi pregunta es, y está muy clara: ¿cómo se puede evitar el dolor, si es a eso a lo que te refieres?

- Muy fácilmente. Tras lo descubierto el otro día, muy fácilmente.

- ¡No me digas que, basados en lo del otro día, podemos pasar por la vida sin experimentar ningún dolor de ningún tipo?

- Sí.

- ¿Y cómo?

- Antes, tendremos que descubrir qué entendemos por dolor, ¿no crees?

- Sí, es lo lógico. Yo pienso que el dolor, en un sentido estricto podría ser el dolor físico. Pero habría que incluir en esa idea también el malestar, la ansiedad, el miedo y, en términos generales, la incomodidad consigo mismo, la falta de armonía y de paz internas, ¿no?

- Estoy completamente de acuerdo. Porque puede haber dolor que afecte al cuerpo físico, que es el más conocido por tal nombre. Pero puede haber también dolor emocional, como por ejemplo el que se siente por la muerte de un ser querido o por un disgusto con alguien o por mil cosas parecidas. Y puede haber también dolor mental, cuando algo repugna a nuestra lógica como, por ejemplo, el ver que, sabiéndose que el tabaco es causa de miles de muertes, se siga permitiendo su cultivo y hasta se subvencione.

- Sí. Yo también lo veo así. Lo que no veo es cómo suprimir todos esos que hemos llamado “dolores.”

- Muy sencillamente: como descubrimos el otro día que se podían “retraducir” las vibraciones de los sentidos o de las emociones o de los pensamientos.

- ¿Así de sencillo?

- Así de sencillo. Porque, ¿qué nos impide, como ya vimos, recrear nuestro código de interpretaciones sustituyendo todos los términos negativos por otros positivos?

- Impedir, impedir, nadie. Pero es que me parece algo tan trascendental que...

- Es que es trascendental. Pero eso no debe asustarnos. La filosofía se ocupa de lo trascendental, de lo que hay en el fondo, en la raíz, en el origen de las cosas, y de los acontecimientos y de las emociones y de los pensamientos y de todo lo existente.

- Sí, ya lo sé, pero la vida es una sucesión de problemas...

- Cierto. Pero recuerda lo que hace días descubrimos: que podemos dominar las interpretaciones que hacemos de las percepciones de los sentidos; que podemos dominar las interpretaciones que hacemos de las emociones y que podemos dominar las interpretaciones que hacemos de nuestros pensamientos. Por tanto, podemos “retraducir”, es decir, dominar, hacer desaparecer, el dolor (físico), el sufrimiento (emocional) y el miedo (mental), por lo que los tres, si se pueden retraducir y, por tanto, eliminar, se convierten en innecesarios.

- Sí. Todo eso que dices puede ser así porque son procesos internos pero, ¿qué me dices de las desgracias, los accidentes, las epidemias, las guerras, el hambre, la pobreza, la miseria, la injusticia, la explotación... en una palabra, los problemas de la vida, todos externos a nosotros, que nos acometen, nos atacan y nos sorprenden?

- Te diré lo mismo de antes. Que podremos tener que enfrentar los problemas de la vida y luchar con ellos y hasta ser sus víctimas pero, para ello, no es necesario sufrir. Tengo entendido que ése fue el problema que se planteó Buda antes de recibir la Iluminación: *¿Cómo hacer desaparecer el dolor del mundo?*. Y aconsejó el sendero de en medio. Pero, desde entonces, han pasado dos mil quinientos años y la mente humana ha crecido exponencialmente.

- Y el dolor sigue campando por sus respetos en todas las vidas de todos los hombres, luego...

- Claro, pero porque no hacemos uso de las posibilidades, de los poderes que nuestra mente ha desarrollado desde los tiempos de Buda. Entonces, lo aconsejable era “el camino de enmedio,” pero ahora puede ser “el camino directo”.

- ¿Tanto piensas tú que nuestra mente ha evolucionado?

- Por supuesto. Sobre todo, en los últimos dos siglos y, especialmente en el último. ¿Tú te has planteado la diferencia de estímulos, de información, de posibilidades de estudio y de aprendizaje que se ha producido, en todos los campos?

- ¿Y eso qué tiene que ver?

- Lo tiene que ver todo. Porque, ¿de dónde piensas tú que salieron, por ejemplo, las vacunas, los antibióticos, la radio, el teléfono, el fonógrafo, los rayos X, la televisión, los móviles, internet, la escolarización obligatoria, los electrodomésticos, los aviones, los submarinos, los coches, los trasplantes de órganos, la cirugía avanzada, la física cuántica, los viajes espaciales, la energía atómica, la clonación, etc., etc., etc., sino de la mente, y en un solo siglo?

- He de reconocer que es verdad.

- Y eso no se debe a la casualidad, sino al esfuerzo del hombre por pensar, por avanzar, por progresar, por solucionar los problemas y los desafíos de la naturaleza. Y todo eso nos ha hecho

evolucionar mentalmente más que en todos los siglos conocidos del pasado. Y no sólo a unos pocos, como había ocurrido siempre, a lo largo de la historia, sino a todos. Nuestra mente, por tanto, no se puede comparar con la de cualquier ciudadano de la Edad Media, ni la de cualquier sabio actual con la de cualquiera de los sabios de entonces.

- Tienes razón. Pero, ¿qué hemos de hacer con esa mente tan desarrollada para eliminar el dolor de nuestras vidas?

- Sencillamente, usarla. Lo mismo que la hemos usado para los demás descubrimientos, inventos, creaciones y hallazgos.

- Pero, ¿cómo?

- ¿Cómo dedujimos el otro día que podíamos, mediante la reeducación y el control mental, crear conscientemente nuestro mundo, en vez de hacerlo inconscientemente, como lo hacen todos, obedeciendo lo que otros nos han dicho que debemos hacer, en vez de utilizar nuestros poderes creadores? Y, ¿cómo crees que, por ejemplo, consiguen algunos lamas tibetanos pasar la noche, sentados en la nieve, en medio de la ventisca, a varios grados bajo cero, sin sentir siquiera frío? Pues del mismo modo.

- ¿Cómo?

- Todo en la creación tiene su aspecto positivo y su aspecto negativo. Y nosotros, abocados permanentemente a tener que escoger, gracias a nuestra libertad congénita y a nuestra mente en evolución, podemos inclinarnos por uno o por otro. En el primer caso, seremos felices y la vida será algo atractivo, incitante y hermoso; y, en el segundo, sólo será una sucesión de problemas, de sufrimientos y de dolor.

- Es de que todo tiene un aspecto positivo y otro negativo no me acaba de convencer.

- Pero que no te acabe de convencer no cambia las cosas, porque todo sigue teniendo esos dos aspectos.

- ¿Y que aspecto positivo, por ejemplo, le ves al asesinato?

- El de que la ley de retribución – que es una ley natural, la encargada de restablecer el equilibrio en el Cosmos – proporcionará al asesino la oportuna lección para que cambie su escala de valores y, en esta vida o en una próxima, deje de actuar como actuaba.

- ¿Y qué me dices del robo y del suicidio y de la violación y de la defraudación y de los cientos de conductas dañinas y destructivas?

- Lo mismo. Siempre lo mismo. Porque todo está sometido a las leyes naturales y ellas no fallan nunca, ni se dejan sobornar, sino que actúan imparcialmente hasta producir el efecto deseado: el restablecimiento del equilibrio, o sea, el resarcimiento al perjudicado y el aprendizaje, por parte del agresor, de la correspondiente lección.

- ¿Y cómo aprenderá el agresor esa lección?

- Teniendo que prestar servicio al perjudicado por su anterior conducta o experimentando la situación que le creo, de desgracia o desamparo o soledad que le produjo.

- Bueno, entonces ya me has admitido la necesidad del dolor, que es un mal, para obtener un bien, ¿o no?

- No.

- ¿Es que no está suficientemente claro? El mismo nombre de la ley lo dice: “Retribución”, es decir, devolución, dar bien al que se dejó injustamente sin él y dar mal al que injustamente lo produjo. Luego el mal, el dolor, es necesario para que esta ley natural cumpla su cometido. ¡No me vas a decir que no!

- No lo hago. Lo que tú dices es verdad, pero lo es sólo mientras el hombre crea que vive en un mundo agresivo, que le amenaza permanentemente, e ignore que ese mundo es creación suya. Porque, en cuanto lo sepa, y lo compruebe, dejará de actuar como lo hacía, sin que por eso la ley de retribución deje de seguir estando vigente para quienes sean incapaces de comprenderlo, que seguirán traduciendo como dolor lo que la ley natural les envíe, hasta que comprendan cuál es su papel en el mundo.

- Bueno, visto así, es cierto lo que tú dices. Pero, ¿cómo vas a lograr que la humanidad cambie su visión del mundo y de sus propias posibilidades de actuar sobre sí mismo?

- Enseñándolo en las escuelas, como todo. Enseñando a los niños, desde que nacen, a traducir los estímulos que reciben del mundo exterior o de su propio interno, en algo positivo y agradable. En una palabra, liberando al hombre del dolor, el sufrimiento y el miedo.

- Pero eso es una labor ingente, casi imposible. Porque no hay un sistema, ni nadie, salvo nosotros, que piense que eso sea posible. Y, por tanto...

- El que una labor sea ingente y parezca imposible no es obstáculo sino, a veces, un estímulo. ¿Crees que fueron fáciles la escolarización obligatoria, o la vacunación de la población anualmente, o cualquiera de los descubrimientos y realizaciones que te he citado? Algunos de ellos han necesitado casi un siglo para generalizarse; otros sólo unos años; pero todos han costado un esfuerzo. Eso sí, un esfuerzo con ilusión, y nunca interpretado como dolor ni como sufrimiento. De otro modo, no se hubiesen realizado. Porque, donde hay ilusión, verdadera ilusión, no hay dolor.

- Pero, ¿qué piensas que se debe hacer?

- Primero, publicar la idea, intentar que caiga en manos de mucha gente pero, especialmente, de gente a la que le guste pensar y, a ser posible, tenga alguna inquietud filosófica o docente o social.

- ¿Y luego?

- Luego, como siempre, habrá algunos a quienes convencerá la idea y la diseminarán con relación a los medios de que dispongan y de la ilusión que les despierte. Pero ahora, con los medios de difusión que existen, no veo la cosa tan difícil como podía serlo hace, por ejemplo cien años. Ahora, en sólo unas horas, puede llegar al conocimiento de medio mundo.

- En eso tienes razón. Pero yo pienso que va a ser una labor ingente.

- Fíjate en que, hasta ahora, las religiones, las filosofías han exigido siempre, sin demasiada explicación comprensible, esfuerzos, sacrificios, renunciadas a cosas apetecibles, a cambio de prometer algo valioso en un futuro incierto. Pero ahora es distinto. Ahora se propone algo que todos pueden comprender y comprobar por sí mismos ahora, y se les promete, si lo hacen, hacer desaparecer el dolor de sus vidas y vivir felices y sin problemas.

- Realmente, es verdad. Pero me parece tan maravilloso que...no sé...

- Todos los cambios importantes a lo largo de la historia han empezado con una idea esperanzadora y maravillosa, aunque supusiese esfuerzos y sacrificios. Y siempre ha habido que compartirla, extenderla, generalizarla, quizás mejorarla...Pero la idea estaba ahí, al alcance de todos, atrayéndolos, convenciéndolos.

Y ahora ocurre lo mismo, con la diferencia de que ahora la idea es demasiado tentadora para que muchos pioneros no intenten ponerla rápidamente en práctica. Porque promete lo que todo el mundo anda buscando desde siempre: eliminar el dolor, el sufrimiento y el miedo. Y a esa tentación nadie podrá resistirse.