ATRÉVETE A DISFRUTAR DE TU DOLOR; ES TU TRIDENTE, LA HERRAMIENTA NECESARIA. EL CONTROL DE LA ENERGÍA: SABIDURÍA

–Que no te falten las fuerzas, querido amigo. No importa lo imponente que haya sido el suceso que te cambió para siempre, ese golpe de la vida tan sin explicación. Estás aquí, vivo, con el cuerpo ardiendo, o congelado, con la espalda fuertemente dolorida cada día, cada hora, cada minuto, cada segundo de cada uno de estos diez años que han pasado. Lo sé, el dolor ataca sin piedad. Lo sé: te duele todo, un dolor incomprensible e indescriptible, traspasa, condiciona, preside tu existencia.

–Así es, me ataca sin piedad.

–¿Y no notas que es como una bomba, como una metralleta, como una mina antipersona y que puedes usarla a tu favor? Convertir el dolor en una herramienta. ¡Que explosione tu inteligencia!

–Pero ¿cómo? El dolor parece querer aniquilarme.

–Tú lo has dicho: «parece», pero no te aniquila del todo. Algo nos aniquilará al final. Pero eso será al final. Ahora estás aquí y no es tu fin.

–Pero es que además del dolor soy un cuerpo casi inerte. No me sirvo por mí mismo para casi nada. Me tienen que asear por las mañanas sobre la cama, y no meo, sino que me extraen la orina por un tubo; me levantan en una grúa y después paso en la silla sentado todo el día. Con algunos instrumentos entre los que se encuentra, en primer lugar, la computadora, me apaño para poder trabajar algo, para poder leer, para poder escribir, estudiar. Para poder DECIR.

–Y también te comunicas en vivo, en persona, con tus amigos. Van a tu casa y se organizan tertulias espontáneas. También sales a la calle, tomas algo cuando hace buen tiempo y charlas y el dolor queda como en una mochila, siempre atrás, sobre tus espaldas; pero detrás también, como metáfora, no delante, no impidiendo la conversación, la sonrisa, el latido de la amistad, la mirada de quienes te rodean y, como un milagro, sienten contigo tu dolor…

–No. El dolor me lo trago yo todo.

–Y no, no es así. Tus amigos sienten una empatía auténtica y se ponen en tu piel; lo intentan al menos. Y eso es mucho. Intentar sentir tu dolor.

–Es verdad. Lo he percibido. Mis amigos son el gran tesoro. Como lo es también Marbelý, esa amiga que me cuida. Pero dime, ¿cómo crees que puedo utilizar este terrible dolor que me golpea para que se convierta en una herramienta?

–Nietzsche decía que sólo en las peores crisis de sus jaquecas lograba la mayor profundidad en el pensamiento, en el estudio, en la escritura.

–Es diabólico.

–Exacto. Diabólico. Eso es tu aliado. Ya sabemos que no existe Dios ni el diablo. O sí existen, pero hacen como si no existieran. Lo que existe es algo que tiene los atributos de Dios y algo que tiene los atributos del diablo. Y el diablo a veces tiene más que decirnos cuando estamos muy mal, porque cuando estamos muy mal es algo semejante al infierno y ese es su reino. No el celestial. Eso, los que creen, lo posponen para después de la muerte. Pero ahora estás vivo y en el infierno. Así que te debes a las artes demoníacas. Las brujas, los adivinos, la fuerza de plantas con alcaloides; el uso de la naturaleza, al fin y al cabo, la tuya, tu propia naturaleza y también la naturaleza de fuera. Fármaco viene del griego 'veneno' y ese veneno diabólico también es tu aliado y debes contar con él. ¡¿Qué narices dicen los malos médicos, aquel enfermero impertinente del hospital de Toledo, los ignorantes, los que no son médicos también, qué dicen cuando te advierten sobre la precaución de no caer en una adicción?! Cacasenos. La adicción, cuando algo funciona, no es otra cosa que la fuerza de la costumbre. Aquello que nos resta dolor, nos aporta placer, y por eso lo repetiremos. ¡Qué demonios! Que sufran ellos tu escarnio, que es el daño en las propias carnes. ¿No somos adictos a la comida? ¿No somos adictos al aire que respiramos? Lo somos.

–¿Lo somos? ¿En qué medida? Esas cosas no nos hacen daño.

–¿Quién dijo eso? El aire y el agua nos oxidan. Todo conduce hacia la muerte. Todo nos mata. Nos mantiene vivos para matarnos después. Y si necesitas ahora un lenitivo, úsalo.

–Ya.

–Úsalo. Y no te olvides de tu propia naturaleza, de transformar el mal en herramienta, desde tus tuétanos, convertir la sombra del dolor en la luz que la produce. Entre esa luz y la sombra sólo estás tú.

–¿Cómo lo hago?

–Retírate. Y céntrate. Dirige tu concentración, sabes hacerlo. Quien se concentra tiene el poder omnímodo y es libre, no conoce la esclavitud. La concentración es madre del conocimiento y hermana de la felicidad.. Conquístalo con el amor como caballo de Troya. Y revienta en sus entrañas. Pospón el placer y de pronto insértalo entre las intermitencias del sufrimiento.

–Pero es que el dolor es tan constante…

–Nunca es más constante que tú. Cuando tú ya no estés él tampoco estará. Piensa en tu muerte, que también es una herramienta. Algo inexplicable, desde luego inefable, que no se puede decir ni expresar, pero que sabes que es posible. Puedes llorar o puedes dejar de hacerlo. También puede sonreír ante el dolor, burlarte de él como se burla el diablo de los ángeles idiotas.

–Ja.

–Eso: ¡ja! ¿Lo has visto?

–Sí. El dolor es un mierda. Una hipérbole errónea de la naturaleza, probablemente su mayor insensatez. Estúpido sinsentido. Que lo sodomicen.

–Escucha *Born to be Wild* y *Highway to Hell* como cuando eras adolescente, a todo volumen. Segregan encefalinas.

–¿Qué cosa?

–Opioides endógenos.

–Sí.

–Tienes la fuerza, la pujanza, la inteligencia, la capacidad. Puedes. Tu inteligencia puede brillar más que nunca. Lo hace. Brilla más que nunca. Hoy me cuentas que tienes el cuerpo como si te hubieran sumergido en ácido sulfúrico.

–Así es. Siento una especie de quemazón por todo el cuerpo. Una vibración dolorosa desde la punta de los pies hasta el cuello.

–Y ahí estás, haciéndole frente. Hablando conmigo. Vamos a maldecirlo:

Los dos, al mismo tiempo: ¡hijo de puta, estúpido, inútil y blablablá blablablá…!

–¡Sí! Y ahora, abre un documento y escribe todo esto que hemos hablado. Verás cómo lo puedes hacer. Ya tienes la herramienta. No puedes hacer otra cosa que utilizarla. Te ha sido dada. Y también tómate otra dosis.

–La sabiduría está a nuestro alcance, entonces.

–Claro que lo está. Cada minuto es precioso; y del mismo modo, nada importa; eso que los hacendosos o los capataces han dado en llamar «perder el tiempo» puede ser una bendición, el mayor lujo; ignaros, hay quienes están esclavizados al trabajo y la voluntad, se toman la vida demasiado en serio. Eres el tipo más valiente que conozco. Eres la mujer dando a luz dieciséis horas al día, el demonio cayendo al vacío. Eres la roca, el aire, el fuego y el agua. Todo el universo está en nosotros. Y después, muertos, seguirá estándolo, aunque nosotros ya no estemos. Pero eso no nos incumbe, excepto porque dicta la oportunidad de aprovechar la energía ahora, ¡ya!, cuando las leyes de la termodinámica todavía nos conciernen. El dolor es mucha energía. El dolor es una energía cósmica y larvada presta a ser liberada por nuestra inteligencia. Busca el cauce.

–Lo es.

Después, resonaron en mi lugar de trabajo, dormitorio y biblioteca, como ecos en el vacío que lo llenaban todo de un sentido absoluto y relativo, las risas, los insultos, las bendiciones. Hablaba conmigo mismo.

INTRODUCCIÓN:
MOSAICO BAJO EL VOLCÁN

Bueno, querido lector, apenas he esbozado la información sobre mi accidente de tráfico. Mi motocicleta fue arrollada por una camioneta Ford, sufrí una lesión medular y que quedé tetrapléjico a la altura de la tercera cervical, aunque la lesión descendió, tanto a nivel motor como a nivel sensible, hasta quedar en el rango de una lesión de quinta y sexta cervicales. Todo sucedió un 11 de abril del año 2013 en la ciudad de Querétaro, México. Escribí otro libro, *Helarte de estar vivo*, en cuyas primeras páginas narro las circunstancias de mi accidente y detallo en ulteriores capítulos todo lo referente al mismo y a sus pormenores médicos. Ambos títulos, el anterior y el de este *Cuerpocampo*, son desgloses de un abultado volumen originario llamado *El hombre medular*; así que son complementarios, pero también suficientemente diferenciados. Por consejo de algunas de las personas que aparecen en mis agradecimientos, y en particular por instigación de Juan José Gutiérrez Álvarez, se decidió extraer de aquellas 800 páginas dos ensayos independientes y depurados.

Me propongo aquí ofrecer al lector un mosaico formado por pequeñas teselas. El epígrafe alegórico que principia este texto, «mosaico bajo el volcán», es fácilmente interpretable. Casi como han hecho los arqueólogos en Pompeya y Herculano, ciudades sumidas bajo las lavas del Vesubio en el siglo I, trataré de dar luz a las ruinas y mosaicos que puedan descubrirse bajo la lava de mi volcán particular; nuestro volcán. Seguiremos con las pertinentes excavaciones, sin tapujos, sin miedos, sin pudor, hasta desnudar la última reliquia. Pero serán ahora *flashes*, capítulos breves y condensados. Como teselas de un mosaico. La representación de lo que ha quedado de «nosotros». Tal vez, alguna belleza preservada.

No se trata ni de una narración ni de una descripción más o menos desordenada de lo vivido y sus entornos, ni la confrontación entre el antes y el después. El mosaico estará ahora formado por esas pequeñas piezas que constituyen la nueva forma de estar presente en el mundo. Con toda certidumbre, la mayoría de lesionados y lesionadas medulares (el dimorfismo sexual en la lesión medular, en parapléjicos y parapléjicas, tetrapléjicas y tetrapléjicos, es notable en señalados aspectos) podrán sentirse identificados con un buen número de estas teselas; parcialmente, con muchos de los dibujos representados en este mosaico. Estoy convencido de que cualquier lector, se encuentre en el estado de salud en el que se encuentre, cualquier persona, podrá asomarse al conocimiento del alma humana hasta lograr sentir la identificación.

Algunos supervivientes a campos de concentración nazis, gulags soviéticos y otros recintos del horror refieren haber vivido momentos de felicidad y, de nuevo, haber sentido de forma más o menos intermitente el estímulo de la esperanza como un tipo de energía inalterable, inagotable,

imperecedera.[1] Así, en mi caso, enfangado de dolor, sufrimiento e incomprensión, experimento momentos de gracia y plenitud, y la felicidad me abraza con una fuerza como nunca había sentido, relativamente sobrehumana. A través de las lentes de esa valentía humana, lo menos que podemos hacer cuando la tragedia ha tocado a las puertas de nuestro destino es tratar de extraer todas las enseñanzas posibles. La introspección insondable y nuevos filtros sensibles para analizar cuanto nos rodea hace que los *tragediados* podamos, si nos lo proponemos, alcanzar una hondura de análisis del factor humano muy superior a la de quienes viven en la medianía, más o menos embargados en una lucha por la vida de carácter blando, de cierto y siempre relativo confort. Yo, sin embargo, me he convertido en una especie de viajero en el tiempo y el espacio, y he adquirido una sorprendente capacidad para explorar el alma humana, como un místico agraciado con el don de la revelación, una clarividencia proverbial. Os habéis hecho transparentes frente a mi mirada, la cual ha perdido el constreñimiento de la racionalidad; porque mi experiencia humana sobrepuja a la razón.

DOLOR
(LA BESTIA NEGRA CONTRA LA VIDA)

El dolor que mejor se soporta es el dolor ajeno.
Sentido Común

Creo haber leído en más de un sitio que Federico García Lorca sufría de fobia al sufrimiento físico, al dolor. Me ha venido a la mente en alguna ocasión.[2]

Existe un buen número de personas que no cree que el dolor pueda ser algo constante e inerradicable. Quizá yo antes me encontrara entre éstas. Gente «normal», con dolores «normales» a lo largo de su vida, que pueden sufrir una jaqueca y reducir la molestia e incluso eliminarla con un gramo de paracetamol. Muchas de las personas con las que hablo se preguntan con una total extrañeza e incredulidad por qué no tomo algo contra el dolor. Y la respuesta es muy simple: porque realmente no existe nada contra ciertos dolores, como por ejemplo los neuropáticos –aquellos producidos por daños de los sistemas somatosensoriales, que no obedecen a la lógica del estímulo-respuesta y que el cerebro «inventa» en áreas insensibilizadas o incluso inexistentes, como es el caso de aquellos a quienes amputan un miembro–. De los conocidos como «nociceptivos», aquellos dolores «reales» –perceptibles por la activación de los receptores externos del dolor–, provenientes de la escueta región de mi cuerpo donde aún se preserva la sensibilidad, tales como, por ejemplo, las contracturas, tampoco se ven aplacados por ningún analgésico; son dolores osteomusculares tremendamente persistentes, constantes, en la parte superior de la espalda, en músculos de los brazos, en el cuello.

Mi compañero de habitación en el hospital de Toledo durante varios meses, Adolfo, me contó que en la Unidad del Dolor del hospital establecían un baremo que iba de cero a diez. El cero sería la ausencia de dolor. Para hacer plástica la idea a los pacientes, el médico explicaba que el 10 correspondería a un nivel de dolor insoportable. «Con un nivel de dolor 10, en la última planta de un gran edificio, el sufrimiento físico haría que te tiraras por la ventana sin dudarlo». Ese era el nivel 10. Suelo explicar a quienes me rodean (y me preguntan o les interesa) que el cero ha desaparecido de mi vocabulario álgico. Me muevo siempre en una franja de entre 5,5 y 8, un 9 en demasiadas ocasiones. En días raros como la bondad, mi nivel de dolor se encuentra en un aceptabilísimo 5,5. Si viene Lucifer a comprarme el alma, «a ver, desgraciado, te ofrezco un nivel de dolor en el centro de la tabla, un cinco para toda tu vida, inamovible, a cambio de tu alma», entonces, le firmaría el contrato con los ojos cerrados. Mi alma es suya. Está claro que lo habría engañado, porque ¿dónde iría el diablo con mi alma? Sin embargo, para mí, un nivel de dolores en el centro de la tabla resultaría una bicoca; vendería el alma incluso a cambio de un siete.

Tal y como se define el dolor, en tanto que percepción subjetiva, mi capacidad para soportarlo a lo largo de mi vida y hasta la fecha del accidente creo que se encontraba en un rango aceptable; era sensible a él, pero podía soportarlo en buena medida. Como mi intención siempre había sido vivir plenamente, las pequeñas enfermedades y los pequeños dolores tales como constipados, un grano en la lengua, una pequeña molestia en el cuello o cualquier tipo de mediocre tribulación me llenaba de enojo. Las veces que he sufrido alguna enfermedad o accidente de consecuencias graves, más allá de las pequeñas cosas, se me disparaba un resorte de valentía y solía afrontarlas muy por encima de mis expectativas a priori. Esto incluye accidentes importantes como el de bicicleta a los diez años, con fractura del tabique nasal, fisuras craneales, etcétera; el de moto a los veinte, con siete costillas rotas, hemoneumotórax; una nada desdeñable cantidad de golpes fuertes, como una ocasión en la que, yendo en bicicleta, me golpeé en la cara contra la caja metálica de un camión arenero; más pequeño aún, a bote pronto, recuerdo haberme abierto el entrecejo contra la esquina de un mueble, golpearme en la coronilla contra una calefacción, haberme hecho daño en la cara y cortarme las manos después de quebrar un vidrio que quise atravesar como si no existiera; recuerdo una neuralgia en la adolescencia, con un dolor de cabeza sobrehumano, durante el cual me pegaba golpes en la cabeza contra la pared y el suelo, desesperado. Cuando he sufrido algo grave he soportado mejor el trance que cuando tenía pequeños achaques. Antes de sufrir mi accidente de moto en Querétaro, recuerdo que se había incorporado a mi mentalidad una especie de rechazo hipersensible ante la posibilidad de sufrir posibles caídas, una herida, cualquier tipo de golpe o dolor. No sé si al lector o lectora les sucede lo mismo ahora que son mayores, si comprenden esta sensación de haber adquirido un miedo que no se tenía cuando éramos pequeños, el miedo a la herida, a la pequeña caída, a los dolores procedentes de pequeñas aventuras infantiles. Durante nuestra niñez, éramos pequeños superhéroes. Ya adulto, me producía un género de pereza, más que miedo. Al ejercer como padre e ir con mis hijos de excursión, montar en bicicleta con ellos, verlos jugar en el jardín, etcétera, si Guzmán o Blanca sufrían algún pequeño accidente, yo lo valoraba como algo que no pertenecía ya a mi edad y mi coyuntura vital (corresponde a la infancia convertir las rodillas en auténtico mapa de cicatrices); imaginar que pudiera tener una herida, por pequeña que fuera, ya no entraba dentro de mis planes. Admitamos que me producía algo intermedio entre el tedio y el temor. Me había hecho más precavido. Se supone que andaba con más cuidado. Sin llegar de ningún modo a la hipocondría, es verdad que, como adulto, me había hecho más miedoso frente a los dolores, las heridas, el daño, una torcedura de tobillo, un golpe, cualquier tipo de sufrimiento físico.

Día a día, desde el momento en que abro los ojos hasta que los cierro para dormirme, la molestia física, tanto procedente del dolor nociceptivo como procedente del dolor neuropático (asociado a fenómenos neurológicos o al síndrome de los miembros fantasmas: dolor, pinchazos, comezón, ardor, constreñimiento, sobre todo en las fronteras del cuerpo donde acaba o empieza la sensibilidad, las manos, los antebrazos, un cinturón que abarca todo el tronco por debajo del pecho, la panza), el malestar corporal se impone sobre todas las cosas. Al dolor en sí se añaden las sensaciones displacenteras y un agarrotamiento constante, como si una coraza de escarabajo cubriera la parte alta de mi torso y me atravesaran barras de hierro desde las manos hasta los codos, en el cuello, transversalmente, desde un hombro al otro. Si utilizo mi cabeza y mis brazos como contrapeso, puedo despegarme del respaldo, pero ante el menor empujón me desparramo hacia el frente o hacia los lados como un muñeco roto. Hay días, sobre todo por la tarde, en los que parezco

entrar en modo vibración, todo el cuerpo hierve, como un túmulo de hormigas; a la quemazón de las zonas de los brazos donde los músculos están inactivos (tríceps, la mitad longitudinal del antebrazo, las manos) y un retortijón mantenido alrededor de la boca del estómago, se une por todo el cuerpo, hasta la punta de los pies, una especie de calambre, como una cuerda de guitarra cimbrando permanentemente. En sentido privativo, a esto se suman todos los pequeños o grandes placeres que han desaparecido en el espectro de mis posibilidades: desde el sexo, pasando por una caricia o un beso, caminar descalzo, pegarse un duchazo, dar un paseo, vestirse, sentir el tacto de los calzoncillos o el sol golpeando en el torso desnudo… No acabaría nunca de relatarte, mi amigo, mi amiga, el sinfín de sinsabores, la miríada de placeres extraviados.

El quebranto físico es un antídoto contra el placer. Se opone a la vida. Es lo que más inmediatamente y de forma palmaria se convierte en una tortura. El dolor físico es el mayor impedimento cotidiano para intentar normalizar las consecuencias de la lesión. Parece ir por delante e imponerse al conjunto abigarrado de despropósitos como la inmovilidad, la incapacidad de usar las manos, no controlar los esfínteres, haber perdido la sensibilidad genital y por ende el placer sexual –más allá de cualquier otra conjetura idealista en la que trata de fantasearse con la sexualidad como si ésta pudiera recuperarse con sucedáneos completamente ridículos, como que alguien te acaricie una oreja o una mujer llegara a cabalgar sobre uno como quien se monta sobre un muñeco hinchable–, la nostalgia hasta niveles enfermizos que me provoca mi pasado, cualquier fragmento de existencia anterior al accidente, la visión incierta de un futuro impensable, la refriega diaria de los sentimientos... El padecimiento físico es la carroza que preside la cabalgata del sufrimiento, que abre su cortejo.

El dolor es un dragón anidado en la gruta de nuestro cuerpo y cada día nos calcina silencioso con el fuego de su aliento-desaliento, subrepticio, invisible, subjetivo, intransferible, secreto, maldito. Por mucho que las opiniones bienintencionadas nos digan que algo debería poder hacerse, lo cierto es que no hay paliativos efectivos, excepto, imagino, convertirnos en seres aletargados por inducción de alguna combinación farmacológica demasiado potente, la cual nos dejaría fuera de juego, en estado casi vegetativo y sin poder hacer uso de nuestra inteligencia.

Somos ángeles caídos convertidos en estatuas de piedra. Pero esta conversión se produjo en el aire, en mitad de nuestra precipitación hacia el suelo. Al caer nos rompimos en pedazos. Somos un busto dolorido para colocar sobre algún mueble, los hombros y la cabeza de Beethoven sobre el piano de la vida.

Pero afuera el sol brilla, la primavera puja por una especie de resurrección en la vida de los árboles, las plantas, y debemos hacer todos los ejercicios mentales a nuestro alcance para convertir el dolor, no en el punto de llegada sino en un punto de partida: transformar la mierda en abono. Existe un epifenómeno tradicionalmente ignorado, al menos en Occidente, y que en nuestros días, por contra, sufre de cierta inflación en libros de autoayuda o espiritualidad de ganga, que es la capacidad que tiene la mente para afectar al resto del cuerpo. Lo contrario es un hecho, y todo el mundo puede entender que el dolor mismo afecte a nuestro estado de ánimo. ¿Afecta un estado de ánimo eudaimónico a nuestros órganos, al resto de sensores del cuerpo, para poder mitigar ciertos males, para hacer más llevadero nuestro dolor físico?[3] Creo que es un epifenómeno para tener en cuenta y puedo dar fe de que funciona hasta cierto punto, aunque hay que hacerse consciente de este influjo y ejercitarlo. Pero la batalla está servida y es muy complicada, como puede entreverse. Por

un lado, la injerencia del dolor sobre el estado de ánimo, por otro, la voluntad y ciertas capacidades intercesoras para intentar cambiar la dirección del epifenómeno, tratar de que nuestro sistema anímico genere un escudo de alacridad analgésica. La alegría reduce el dolor. El estado de ánimo y el estado físico, las emociones y el cuerpo, tienen una conexión clara, y su dirección natural predominante es que el segundo afecte sobre el primero, de una manera muy determinante sobre todo cuando hay dolor. Así que debemos cambiar este rumbo pertinaz, provocar la ruta inversa e intentar generar un estado de ánimo que afecte de manera benigna a nuestro cuerpo, hasta el punto de mejorar incluso el dolor físico. El intento, más que merecer la pena, para nosotros resulta absolutamente vital. De nuevo: debemos transformar la mierda en abono. El dolor físico se ha convertido en nuestro marco, la única materia prima desde la cual hemos de explorar la felicidad. Nuestro cuerpo es ahora carne dolorida, piel, músculo, nervios y osamenta escarnecidos; mitad Jesucristo en la cruz, mitad el Cristo descendido. Nuestra resurrección sólo puede venir de la mano de la imaginación. Seguir pensando en la erradicación definitiva del dolor implica un regodeo estéril. Pensar que la medicina vendrá a curarnos provocará una frustración permanente. Aunque la química farmacológica sí que nos sirva de muleta y nos ayude a sobrellevar el daño. La distracción es nuestra estrategia primordial. Y la mejor estrategia para distraer al cuerpo es mantener el estado de ánimo lo más arriba que nos sea posible. Lo veremos más adelante: la concentración es el arma más poderosa para intentar olvidar el cuerpo cuando éste se ha convertido mayormente en un depósito de sufrimiento.

Sin embargo, debo remitir al lector a que vuelva a leer el apartado del principio *Atrévete a disfrutar de tu dolor; es tu tridente, la herramienta necesaria. El control de la energía: sabiduría*. Además, el lector tiene ahora mi confesión, la que le hará comprender mejor esas dos páginas, si es que no ha estado avispado y lo ha sabido ver por sí mismo: la conversación era un soliloquio.

EL CUERPO COMO CAMPO DE CONCENTRACIÓN[4]

En nuestra corporeidad y su reconocimiento se encuentra la base del hedonismo. Pero el hedonismo, desde sus orígenes, y más ahora que nunca, debe ser abarcador e integrador en lo que respecta al concepto de corporeidad; dentro de la cual no debe entenderse al cuerpo como una parte fragmentada del ser humano, fragmentada de una entidad ideal, la mente, que sobrevuela indemne y libre sobre las coordenadas de nuestro espacio-tiempo. Cuerpo y cerebro son ambas constitutivas de un mismo sistema físico abierto. Y aquí reside lo misterioso. El milagro laico de la conciencia. Esa conciencia que se despliega en el mundo es el último reducto de la eudaimonía, que nadie ni nada puede extirparnos. Cuando toque, hablaremos de esa parte del cuerpo que constituye nuestra mente y del inmenso panorama que nos ofrece para nuestra supervivencia, nuestro gozo.

Pero hagamos una pequeña trampa y aceptemos la dicotomía establecida en nuestra cultura occidental desde tiempos inmemoriales; la interpretación dioica del ser. Convengamos, aunque sea de forma artificial y postiza, con Platón, el cristianismo y cualquier filosofía o pensamiento de corte idealista, en que estamos constituidos dicotómicamente, lo que en verdad es inexacto, pues más bien lo que nos viene diciendo esa corriente de pensamiento es que somos tripartitos –con un pie presto a cruzar al más allá–. Consideremos como un hecho cierto la improbable escisión de cuerpo y mente (o cuerpo y alma) para referirnos en este fragmento del mosaico, esta tesela, únicamente a la parte más física de nuestro ser. Si se quiere, lo carnal.

Afirmaremos con Nietzsche que «el desprecio del cuerpo es la consecuencia de la insatisfacción que se experimenta respecto de él». Esto que se dice para referirse a una sociedad moralmente enferma, poco proclive al hedonismo, y contra lo que uno siempre se ha postulado, tiene sentido ahora, siempre y cuando sepamos flexibilizar el aforismo a nuestra conveniencia. Lejos de resultar la expresión de un vicio moral, debemos convertirlo en un ejercicio voluntario. La insatisfacción del cuerpo no proviene bajo nuestras nuevas circunstancias de ningún código moral impuesto, sino de la sombra sintomática de una lesión. Ya no nos obedece nuestro cuerpo. Se ha convertido en un lastre, un ancla física. Vale como metáfora hablar de un fragmento de cadáver, pero no haríamos honor a la verdad, porque no está muerto y todavía nos pertenece, aunque se encuentre fuera del nuestro control. Mal que bien, cumple sus funciones orgánicas más automáticas, la sangre sigue circulando. Quien nos limpia por la mañana sobre nuestra cama agarra nuestra pierna y la levanta para restregarla con la esponja enjabonada, y para esa persona, todo cuanto limpia constituye nuestro cuerpo; pero uno ve su propia pierna en el aire, sin sentirla, más delgada de lo normal y el pie abotagado, que ya no nos pertenece ni reconocemos, como un pequeño odre con dedos, y se pregunta si ese miembro está dotado en absoluto de ninguna utilidad. Desde el momento en que nos sientan sobre nuestra silla de ruedas eléctrica, percibimos que la mayor utilidad que tiene nuestro cuerpo es seguir dándonos la apariencia de seres humanos. Excepto en el caso de un yogui,

un gimnosofista, un faquir o espíritus por el estilo, el común de los mortales no tiene una conciencia muy lúcida sobre su cuerpo. Pero al menos éste les proporciona el placer de la sensibilidad bajo muchos puntos de vista y dentro de múltiples funciones, y obedece sus órdenes para poder manipular objetos, acariciar a otros seres o desplazarse de un lado a otro.

Ahora, nuestro cuerpo se ha convertido en nuestra cárcel. La roca a la que estamos aherrojados. Nuestro campo de concentración. En todo campo de concentración se realizan las pertinentes torturas. Por ejemplo, cuando realizamos la función excretora gracias a una estimulación medicamentosa y al tacto rectal, sufrimos los efectos de la disreflexia autonómica en las zonas donde preservamos la sensibilidad, de los pezones a la cabeza, tales como la carne de gallina, la sensación de sudoración, el dolor por encima de la nuca propiciado por una subida de la tensión arterial.[5] También hay un aprendizaje en soportar –más torturas– la rigidez del cuerpo, la extraña forma de sentir, y el asqueroso binomio de dolores y molestias. Y hay una tortura no tangible o percibida únicamente por el sistema anímico y que proviene de nuestra transformación física, la deturpación morfológica. Nuestra fisonomía se ha visto alterada. La distensión abdominal produce como resultado una panza de aspecto mórbido. Mientras que por otro lado nuestros miembros inferiores y superiores, piernas y brazos, han visto drásticamente disminuida su masa muscular. Estamos por lo tanto ante una tortura psíquica, relacionada con la nada irrelevante estética de nuestra imagen. La propiocepción se ha vuelto preocupante. Gracias a la espasticidad y sus consiguientes espasmos –mantenedores de una leve tonicidad–, a lo que debe sumarse el punto de partida de mis piernas, bastante musculosas antes del accidente, no se han convertido éstas en lo que yo observaba durante los primeros meses tras mi lesión: piernas como las de un internado en un campo de concentración, famélicas, entecas y cerúleas, el vello desordenado. Piernas extrañas que no parecen pertenecernos, que apenas reconocemos como propias cuando miramos hacia ellas y que tampoco sentimos ni podemos mover. Nuestros pies están hinchados como garrapatas gigantes después de haberse metido un atracón de sangre. De las solapas de mi camisa emerge un cuello curvado hacia delante como el de un buitre leonado. La estructura de mi espalda se ha hecho agachadiza, como si tuviera giba. Esto sucede en parte por esa misma distensión abdominal, pues la panza tersa como el pergamino de un odre tira de mí hacia adelante y me obliga a la curvatura, y también en parte por la intervención quirúrgica sobre la columna –aunque esto en menor medida– . Muchas mujeres lesionadas refieren sentir frustración y pesar, esta tortura no tangible de la que hablo, al ver deteriorado su cuerpo, pero, sobre todo, por la pérdida de feminidad, que sienten inalcanzable a causa de una gestualidad enrarecida, limitada o en muchos casos nula. Lo entiendo. No creo que se trate de una diferencia tan notable entre hombres y mujeres la importancia de los gestos. Nuestras maneras, el movimiento de las manos al hablar, la expresión corporal en su conjunto, confiere al individuo buena parte de los signos externos que hablan de una determinada personalidad. Nuestra personal manera de virilidad o de feminidad. Por el lenguaje gestual creo que podríamos determinar en una persona normal su pertenencia a determinado grupo social, aparte de reconocer en cada individuo un conjunto de rasgos cinéticos que lo definen. Cuando he tenido oportunidad de verme reflejado en algún vidrio y por sorpresa, como quien sorprende a un conejo agazapado, me he descubierto a mí mismo moviéndome deformemente (así lo percibo) sobre la silla, y he sentido algo semejante al ridículo; una tentativa de ver mi autoestima golpeada hasta el disgusto de lo inaceptable. Mis gestos y mis movimientos están atrofiados. Todo yo resulto estrafalario. Las maneras se amoldan a mis capacidades y las identifico como ajenas. Seguramente

hemos conocido personas con distintos niveles de discapacidad y hemos observado su forma de moverse, una gesticulación con cierto grado de monstruosidad, en el sentido de un ser vivo alejado de lo que consideramos las formas humanas normales; la anormalidad, la deformidad. En nuestro imaginario fisonómico, hemos grabado el movimiento de manos y brazos propio de un «deficiente mental», morfología gestual con la que identifico ahora mis manos caídas, los dedos irregularmente contraídos. Los mismos estudios en los que lesionados y lesionadas medulares refieren sus complejos físicos, en sentido contrario resultan reveladores a la hora de mostrar una naturaleza humana de inconmensurable vitalidad, una capacidad de adaptación sin mesura, dispuesta a perdonarse a sí misma su extrañeza para seguir sobreviviendo, para seguir conservando la autoestima. El tiempo, suele decirse, lo cura todo. Esto no es verdad. No es verdad en nuestro caso, salvo que consideremos que con la muerte todo queda «rematadamente» solucionado. Pero sí es verdad que el tiempo afecta con benevolencia, por lo general, en lo que respecta a la autopercepción que un lesionado medular tiene después de haber sufrido la mutación. La tendencia es la de terminar aceptándose. Después de todo, ¿quién de nosotros está cabalmente satisfecho de su naturaleza? ¿Quién, en mayor o menor medida, no ha experimentado en su vida algún tipo de complejo, por pequeño que éste haya sido? Y ¿quién o cuántos no han sido capaces de asimilarlos? Cada uno responderá lo suyo. En mi caso, recuerdo haber padecido de pequeño el complejo de cabezón, con el que algunas personas conocidas de nuestra misma edad supongo que trataban de zaherirme esporádicamente; sin embargo, siempre supe mantener en secreto que la cuestión llegara a afectarme en absoluto. Por otro lado, a partir de cierta edad uno se da cuenta de la mendacidad de los otros, de su impertinencia; se convierte en un halago cuando se advierte que detrás del insulto puede encontrarse la envidia e incluso la admiración. Durante una larga temporada, años, el complejo perduró y claro que tuvo sus consecuencias, aunque sólo fuera hacerme sentir incómodo durante unos minutos. En torno al comienzo de la adolescencia había resuelto el problema. Y más adelante, claro, con el desarrollo físico, el ensanchamiento de los hombros, dejaría de ser objetivamente nada parecido a un cabezón, si es que alguna vez realmente llegué a parecerlo (veo fotos de mi niñez y no reconozco tal supuesto defecto); si aquella cabeza era grande, no parecía estar vacía del todo.

Si bien podemos considerar ahora al propio cuerpo como nuestro campo de concentración, sin embargo ya advertí en el capítulo o tesela anterior que no querría cometer la osadía de compararme con un tragediado en campos de concentración nazis o en gulags soviéticos, en ningún tipo de recinto del horror donde es el hombre el que inflige daño al hombre y donde se nos puede arruinar la fe en nuestra propia raza y concebir de nosotros mismos, del mundo, de la naturaleza y de Dios –según la cosmovisión de cada uno– una decepción colosal, la peor de todas, la que conduce a la desesperanza y la desesperación. Del mismo modo que encontramos fogonazos de felicidad, como sordas chispas de esperanza, entre quienes sufrieron los horrores de los campos, debemos observar que muchos de los supervivientes –entre los pocos que pudieron sobrevivir– terminaron por suicidarse (v.gr. Jean Améry, Sándor Márai o Primo Levi), aun cuando estuvieran vital, intelectualmente activos, y sus vidas parecieran completamente restauradas; su encuentro con la protervia humana y el peso de este desengaño sobre sus espaldas debió de conducirlos a la desesperanza y a la desesperación, la falta absoluta de sentido, el abismo de una «nada» mucho más allá de la enunciada por un nihilismo teórico; no «la nada» de otro mundo, sino la de éste.[6]