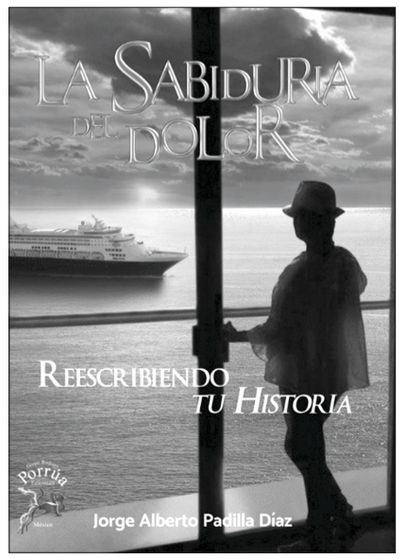
Jorge Alberto Padilla Díaz
La sabiduría del dolor

Guillermo Vega Zaragoza



Se dice que el mexicano es un pueblo que convive y hasta se burla de la muerte, que le habla de tú y hasta hace fiestas y coplas para recordar a sus fieles difuntos. Quizá sea cierto, pero es aun más cierto que a los mexicanos no se les enseña a lidiar con la cruda realidad de la muerte y la enfermedad. Ambas se asumen, erróneamente, como una vergüenza, como algo que debe esconderse y callarse. Como si no fuera suficiente el dolor, se les exige que el sufrimiento se padezca en silencio y en soledad, sin quejas ni lamentos, estoicamente.

Este silencio puede llegar a tener efectos devastadores en la salud física y mental, y provocar enfermedades psicosomáticas de difícil diagnóstico y curación. Aquí radica la importancia de un libro como *La sabiduría del dolor. Reescribiendo tu historia* del doctor Jorge Alberto Padilla Díaz, quien plasma en esta obra buena parte de la experiencia acumulada en 30 años de trabajo comprometido con pacientes individuales y en terapia de grupo. Con rigor y seriedad, pero con claridad y sencillez, el doctor Padilla toma en consideración historias, casos, anécdotas y frases dichas por decenas de pacientes que han acudido a él en busca de ayuda para manejar el dolor y el sufrimiento padecido por la pérdida de cualquier tipo: muerte, enfermedad, separación, crisis de vida, etcétera.

El que tiene en sus manos, estimado lector, es un libro necesario para la sociedad de nuestro país (y también para el mundo entero), en estos momentos de zozobra y desasosiego colectivos, provocados por la docena sangrienta de los gobiernos panistas (Fox y Calderón) y el regreso de la cleptocracia priista, que han convertido al país en un camposanto debido a su incapacidad para cuidar, proteger y defender a los ciudadanos a los cuales se deben y quienes les pagan sus altísimos sueldos.

Los efectos de la violencia provocada por la delincuencia (organizada o desorganizada), en colusión con la corrupción de las autoridades encargadas de impartir justicia, tienen repercusión no solamente en lo social, lo económico y lo político, sino sobre todo en la salud pública y en la vida de millones de personas, directa e indirectamente agredidas, agraviadas y afectadas por la muerte de sus seres queridos (independientemente de si son culpables o víctimas inocentes de algún crimen) y por las secuelas de padecimientos, de manera fundamental, en su bienestar físico y mental.

El libro consigue el equilibrio entre la dimensión clínica y la teoría, pero sobre todo tiene como objetivo servir como herramienta de trabajo y comprensión para los mismos pacientes y para los terapeutas interesados en iniciarse en el tema, pero también para todos aquellos profesionistas y personal de instituciones públicas que tienen relación con la atención a personas que han sufrido pérdidas y se encuentran en situación de duelo, sufrimiento y dolor emocional, tales como médicos, abogados, trabajadores sociales, ministerios públicos, jueces, profesores, e incluso militares y agentes de la policía. Como lo apunta el autor: "Este libro no es de psicoanálisis, aunque lo implica, este libro no es de psicología, aunque la implica, ni de psicoterapia de grupo, aunque la implica, tampoco es de Tanatología aunque la implica, no se incluyen terminologías médicas, ni diagnósticos, ni clasificaciones aunque las implica y no las incluye por el simple hecho de que todos los seres humanos somos diferentes, a pesar de ser, o tal vez por eso 'seres humanos'. Hasta el que escribe esto pretende ser 'ser humano'. Aunque no sepamos qué significa eso".

El método plasmado en este libro por el doctor Padilla —quien además de terapeuta, es comunicólogo, conferencista, pintor, poeta y especialista en organización de recursos humanos— tiene como base la palabra: decirla y escucharla. El lenguaje es la herramienta fundamental para apaciguar a los *fantasmas* que nos agobian como individuos y como sociedad. El propio autor reconoce que es increíble la cantidad de energía que se gasta y se desperdicia en el sufrimiento, en lugar de buscar una salida para recobrar la paz interior y emprender una vida feliz, para luego, así, una vez que curemos el alma, integrarnos y organizarnos colectivamente para enfrentar la injusticia, la corrupción y la desigualdad, y cambiar nuestra situación como país y como miembros de una humanidad que a veces pareciera que se nos va de las manos.

Aquí está la salida. Encamínese hacia ella. **u**

Prólogo del libro de Jorge Alberto Padilla Díaz, *La sabiduría del dolor. Reescribiendo tu historia,* publicado por Grupo Rodrigo Porrúa Ediciones en 2016.