

## La concepción del dolor en José Martí

### The Conception of Pain in José Martí

Thalía Fajardo López<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0002-2039-6378>

Henry Betancourt Alfaro<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-4088-785X>

Miguel Enrique Barroso Fontanals<sup>2\*</sup> <https://orcid.org/0000-0003-3291-7457>

Juan Leonardo Pacios Dorado<sup>3</sup> <https://orcid.org/0000-0003-1539-7904>

Caridad Hernández Álvarez<sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0001-9447-8002>

<sup>1</sup>Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, Facultad de Medicina No. 2 Santiago de Cuba. Cuba.

<sup>2</sup>Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, Facultad de Medicina No. 1. Santiago de Cuba. Cuba.

<sup>3</sup>Universidad de Ciencias Médicas de Santiago de Cuba, Filial "Julio Trigo López", Palma Soriano, Santiago de Cuba. Cuba.

\*Autor para la correspondencia: [thalifajardolopez@gmail.com](mailto:thalifajardolopez@gmail.com)

## RESUMEN

**Introducción:** El dolor es un fenómeno que siempre ha tenido vital importancia para la comprensión de la condición humana y el desarrollo de la medicina. Se define como una experiencia sensorial y emocional desagradable, asociada o similar a la asociada con un daño tisular real o potencial. Notables personalidades cubanas han reflexionado sobre el dolor a pesar de no pertenecer al gremio médico, entre las cuales se destacó José Martí.

**Objetivo:** Exponer las principales ideas de José Martí sobre el dolor humano como forma de crecimiento personal y resiliencia frente a las adversidades.

**Métodos:** Del nivel teórico fueron utilizados los métodos de revisión documental, la sistematización y el histórico lógico para el establecimiento de las regularidades entre las investigaciones que abordaron el objeto de estudio. Además, se realizó una revisión bibliográfica en las bases de datos de SciELO, PubMed y Google Académico, donde fueron seleccionadas 23 referencias de diversas fuentes, relacionadas con el tema de investigación.

**Desarrollo:** En varias obras, José Martí reflejó sus consideraciones sobre el dolor humano, donde lo describe como una experiencia que forja el carácter, como una parte intrínseca e inevitable de la vida, que constituye una fuente de inspiración para la creación artística, y destaca cómo el sufrimiento puede enriquecer y profundizar la expresión poética y literaria. En sus escritos criticó la exhibición del sufrimiento personal y ensalzó, en cambio, la dignidad y la fortaleza ante el dolor.

**Conclusiones:** En la cosmovisión martiana el dolor forma parte de una experiencia multifacética de la vida humana, que contribuye a fomentar el crecimiento y la resiliencia, y se subraya la importancia de la empatía y el apoyo emocional para aliviar el impacto de las situaciones angustiosas, donde se destaca que el reconocimiento y la validación del sufrimiento son fundamentales para mitigar sus efectos.

**Palabras clave:** José Martí; dolor; resiliencia.

## ABSTRACT

**Introduction:** Pain is a phenomenon that has always been vitally important for understanding the human condition and the development of medicine. It is defined as an unpleasant sensory and emotional experience, associated with or like that associated with actual or potential tissue damage. Notable Cuban figures have reflected on pain, despite not belonging to the medical profession, among whom José Martí stands out.

**Objective:** To present José Martí's main ideas on human pain as a form of personal growth and resilience in the face of adversity.

**Methods:** From a theoretical perspective, documentary review, systematization, and logical history were used to establish regularities among the research that addressed the object of study. In addition, a bibliographic review was conducted in SciELO, PubMed, and Google Scholar databases, where 23 references from various sources related to the research topic were selected.

**Development:** In several works, José Martí reflected on his considerations about human pain, describing it as an experience that forges character, as an intrinsic and inevitable part of life, constituting a source of inspiration for artistic creation, and highlighting how suffering can enrich and deepen poetic and literary expression. In his writings, he criticized the display of personal suffering and instead praised dignity and strength in the face of pain.

**Conclusions:** In Martí's worldview, pain is part of a multilayered experience of human life, which contributes to fostering growth and resilience. He emphasizes the importance of empathy and emotional support to alleviate the impact of distressing situations. He emphasizes that acknowledging and validating suffering are essential to mitigating its effects.

**Keywords:** José Martí; pain; resilience.

Recibido: 11/01/2025

Aceptado: 30/08/2025

## Introducción

El dolor es un fenómeno que siempre ha tenido vital importancia para la comprensión de la condición humana y el desarrollo de la medicina, pues permite identificar, diagnosticar y tratar diversas enfermedades y trastornos.

En la prehistoria, se pensaba que el dolor estaba en el cuerpo, causado por humores malignos, demonios o espíritus, que entraban en este, para lo cual se realizaban diversos rituales como parte del tratamiento.<sup>(1)</sup>

En la civilización egipcia, se creía que el dolor residía en el corazón y que, tras la muerte de una persona, se destruía ese órgano y, por tanto, se extinguía.<sup>(1)</sup>

En la cultura oriental, el dolor se explicaba como alteración de las energías internas o de los fluidos que circulaban por el cuerpo. En concreto, en la cultura china se pensaba que era desequilibrio entre el ying y el yang. En la India, se planteaba por primera vez la importancia del componente psicológico del dolor.<sup>(2)</sup>

La Asociación Internacional para el Estudio del Dolor, en 2020, se refirió al dolor como “una experiencia sensorial y emocional desagradable asociada o similar a la asociada con un daño tisular real o potencial”.<sup>(3)</sup> Por consiguiente, de esta definición se derivan seis aspectos esenciales:

- El modelo biopsicosocial del dolor es entendido como una experiencia personal influenciada en diversos grados por factores biológicos, psicológicos y sociales.
- Dolor y nocicepción no son el mismo concepto. El dolor no se puede inferir exclusivamente de la actividad de las neuronas sensitivas.
- A través de su experiencia de vida, los individuos aprenden el concepto de dolor.
- Respeto al relato personal sobre la experiencia de dolor.
- Aunque el dolor suele cumplir una función adaptativa, puede tener efectos adversos sobre la función, y el bienestar social y psicológico.
- La descripción verbal es solo una de varias conductas para expresar dolor; la incapacidad para comunicarse no niega la posibilidad de un ser humano o animal a experimentar dolor.<sup>(4,5)</sup>

La aplicación de estos principios en las ciencias médicas contribuye al cumplimiento del encargo social, lo que implica ir más allá de los conocimientos técnicos, a partir del fomento de la compasión y el respeto por la dignidad humana como valores.

La presente investigación tuvo como objetivo exponer las principales ideas de José Martí sobre el dolor humano como forma de crecimiento personal y resiliencia frente a las adversidades.

## Métodos

Se realizó una revisión bibliográfica en las bases de datos de SciELO, PubMed y Google Académico, donde fueron seleccionadas 23 referencias de diversas fuentes, relacionadas con el tema de investigación. Además, se emplearon los métodos del nivel teórico análisis-síntesis y el inductivo-deductivo para establecer regularidades o puntos de contacto entre varios estudios que, indistintamente, han abordado la concepción del dolor en José Martí. Se tuvieron en cuenta los aspectos éticos en el manejo de los materiales citados.

## Desarrollo

A lo largo de su vida, José Martí demostró ser un hombre de gran sensibilidad, y se evidenció con hechos concretos su profundo sentido de solidaridad hacia los seres humanos.<sup>(6)</sup> Desde su juventud, Martí convivió con el dolor, lo que le permitió desarrollar una empatía excepcional. Cuando era todavía un adolescente, fue capaz de relegar su propio sufrimiento personal ante las adversidades que enfrentaban otros hombres, al mostrar así una temprana y notable capacidad para priorizar el bienestar ajeno.

Un pasaje de la obra martiana decía así: "Dolor infinito debía ser el único nombre de estas páginas. Dolor infinito, porque el dolor del presidio es el más rudo, el más devastador de los dolores, el que mata la inteligencia, y seca el alma, y deja en ella huellas que no se borrarán jamás".<sup>(7)</sup>

Quien así escribía, contaba apenas con 18 años y ya experimentaba el dolor, el propio y el ajeno, que describía con palabras salidas del alma. Esta obra de especial

significación fue *El Presidio Político en Cuba*, que publicó en Madrid, España, en 1871. En esta llegó a manifestar: "Yo suelo olvidar mi mal cuando curo el mal de los demás. Yo suelo no acordarme de mi daño más que cuando los demás pueden sufrirlo por mí".<sup>(7)</sup> Y también aseguró en el citado trabajo: "A qué puedo hablar de mí mismo ahora que hablo de sufrimiento si otros han sufrido más que yo. Cuando otros lloran sangre, ¿qué derecho tengo yo para llorar lágrimas?"<sup>(7)</sup>

De esta forma, se refirió cuando evocaba las atrocidades que las autoridades españolas cometían contra varios de los que habían compartido con él la cárcel y el trabajo forzado.

Asimismo, Martí planteó que: "Si los dolores verdaderamente agudos pueden ser templados por algún goce, sólo puede templarlos el goce de acallar el grito de dolor de los demás. Y si algo los exacerba y los hace terribles es seguramente la convicción de nuestra impotencia para callar los dolores ajenos". Además, llegó a enfatizar: "Y cuando yo sufro y no mitiga mi dolor el placer de precisamente mitigar el sufrimiento ajeno, me parece que en mundos anteriores he cometido una gran falta que en mi peregrinación desconocida por el espacio me ha tocado venir a purgar aquí".<sup>(7)</sup>

En esta obra sobrecogedora se realizó una exhaustiva descripción del sistema penitenciario colonial, donde impresiona que siendo tan joven haya podido enfrentar la humillación y el maltrato, la crueldad de los golpes físicos y morales. Sin embargo, en el texto se destacan más los dolores ajenos que los propios, la frustración por no poder evitar los males del horrible lugar para proteger a los desvalidos que cercanos a él llegaron a convertirse en su preocupación fundamental.<sup>(8)</sup>

José Martí destacó la naturaleza subjetiva del dolor y subrayó la importancia de su reconocimiento, y enfatizó que cada individuo experimenta y expresa el sufrimiento de manera única. El 24 de marzo de 1871 fue publicado un artículo en el periódico de Cádiz, que aunque omite el nombre del autor, se reconoce la autoría martiana, quien en enero de ese año había sido desterrado para España.<sup>(9)</sup> Es en este artículo se considera que: "Los dolores ignorados, suelen ser siempre los más terribles

dolores,"<sup>(10)</sup> lo que puede interpretarse como una llamada a la atención y el cuidado de aquellos que sufren en silencio, donde se resalta la importancia de la empatía y la comprensión en estos casos.

El drama *Adúltera*, escrito entre 1872 y 1874, Martí exploró la complejidad del sufrimiento humano al expresar: "el dolor, el dolor es la vida", "de los dolores verdaderamente grandes no puede nadie consolarlos" y "no hay dolor más terrible que el que a todos callamos; no hay más hirvientes lágrimas que las que al brotar de nuestros ojos van gimiendo hasta el suelo sin que una mano amiga las recoja para sí".<sup>(11)</sup>

En estas ideas se sugiere que el dolor es una parte intrínseca e inevitable de la vida, y que se convierte en el más profundo y significativo, aquel que se experimenta en silencio, sin consuelo. Ya que, desde una perspectiva psicológica, se resalta la importancia de reconocer y validar el dolor interno, así como la necesidad de apoyo emocional para mitigar el impacto del sufrimiento que se lleva en silencio.

En 1875, Martí se refirió al dolor desde una perspectiva muy personal en la *Revista Universal* de México, al enfatizar que cada individuo siente y expresa el dolor de manera única, en tal sentido refirió que: "no se discuten las vaguedades y las palideces del dolor".<sup>(12)</sup>

En la obra martiana, se critica la exhibición del sufrimiento personal, y se promueve, en cambio, la dignidad y la fortaleza ante el dolor, lo cual se evidencia en las siguientes frases: "Quien su dolor en público difunde, de su dolor o alivio indigno es".<sup>(13)</sup> "El dolor se ofende de que miren a él y lo publiquen"<sup>(14)</sup> o "¡Es tarea de hormigas andar contando en rimas desmayadas dolorcillos propios!".<sup>(15)</sup> El dolor debe ser tratado con pudor y respeto, no como un tema para rimas superficiales.

En una columna titulada "La vuelta de los héroes de la Jeannette", publicada en el periódico *La Nación*, de Buenos Aires, en 1883, Martí planteó que "una hora de dolor puro, privado, acrisola: público, en cambio, disminuye las probabilidades de próximos crímenes".<sup>(16)</sup>

En su obra, Martí hizo distinción entre el dolor filosófico de los pensadores y poetas, y el dolor común de los hombres. En tal sentido, refirió que ambos tipos de dolor

surgen de la inconformidad, ya sea entre el alma y la realidad o entre el deseo y el logro, y manifiesta que: "Lo que es perenne es la causa del dolor. El dolor es el resultado de la inconformidad de la naturaleza sentidora con la existencia real. La inconformidad es constante; pero no incesante. El conocimiento de sí mismo no puede llegar hasta desposeernos del conocimiento de los demás."<sup>(17)</sup> Martí ubica el surgimiento del dolor en la discordancia entre el alma sensible y la realidad. Esta inconformidad genera sufrimiento, e indica que el dolor es una respuesta natural a la falta de armonía entre nuestras aspiraciones y la realidad. En el contexto de la psicología y la filosofía, esta distinción resalta la importancia de comprender las diferentes fuentes del dolor. El dolor filosófico puede ser abordado a través de la reflexión y el autoconocimiento, mientras que el dolor común puede requerir intervenciones prácticas y terapéuticas.<sup>(18)</sup>

Desde una perspectiva psicológica, el dolor puede ser visto como un catalizador para el desarrollo personal y la resiliencia. Las experiencias dolorosas pueden llevar a una mayor autocomprensión y a la capacidad de enfrentar adversidades futuras con mayor fortaleza. En sus cuadernos de apuntes, Martí refirió: "El dolor es la única escuela que produce hombres. ¡Dichoso aquel que es desgraciado!",<sup>(18)</sup> donde se sugiere que el dolor es una experiencia formativa que forja el carácter y la humanidad. Tiene fe en el carácter transformador del dolor, pues consideró que "El dolor, salva".<sup>(18)</sup>

José Martí vio en el dolor una poderosa fuente de inspiración para la creación artística, ya que: "El dolor, da ideas poéticas. No el dolor mismo, que las domina y sofoca, sino el crepúsculo del dolor, tan suave como el de la mañana".<sup>(19)</sup> En tal sentido, el sufrimiento puede actuar como un estímulo para la expresión artística, al posibilitar el procesamiento y la comunicación de las experiencias emocionales de manera creativa, y donde la intensidad del sufrimiento puede dar lugar a una expresión más profunda y auténtica en el arte: "Cuando el dolor es la musa, se canta mejor donde el sufrimiento es más vivo".<sup>(20)</sup>

Martí ve el dolor como una fuerza que alimenta, purifica y nutre. Este punto de vista lo dejó plasmado en su crónica *Garfield*, en 1882, cuando expresó que: "El dolor

alimenta, el dolor purifica, el dolor nutre".<sup>(21)</sup> Ese mismo año, en su crónica *Longfellow* planteó que: "El dolor madura la poesía",<sup>(22)</sup> donde destaca que el sufrimiento aporta una dimensión de autenticidad a la expresión poética, al referirse específicamente a la obra del destacado poeta estadounidense Henry Wadsworth Longfellow. En esta crónica Martí sugirió que el sufrimiento es una necesidad inherente a la condición humana, pues: "El hombre necesita sufrir. Cuando no tiene dolores reales, se los crea. Purifican y preparan los dolores".<sup>(22)</sup> Desde esta perspectiva, se resalta la función del dolor como un proceso de aprendizaje y crecimiento personal, donde las experiencias dolorosas influyen en el desarrollo personal al constituir una experiencia intrínseca y multifacética de la vida humana.

## Conclusiones

En la cosmovisión martiana el dolor es considerado una experiencia esencial y multifacética de la vida humana, relacionado con el crecimiento personal y la resiliencia ante las adversidades. En tal sentido, Martí percibió al dolor como una vía para purificar y fortalecer el carácter, e inspirar la creación artística. Asimismo, Martí enfatizó en la importancia de la empatía y el apoyo emocional para mitigar el impacto del sufrimiento.

## Referencias bibliográficas

1. Ramírez B, Leyva I, Fernández R. La historia del dolor y su tratamiento en las civilizaciones antiguas. Edumed Holguín; 2020 [acceso 10/12/2024]. Disponible en: <https://www.edumedholguin2020.sld.cu/index.php/edumedholguin/2020/paper/viewPaper/202>
2. Pérez J, Abejón D, Ortiz R, Pérez R. El dolor y su tratamiento a través de la historia. Rev. Soc. Esp. Dolor. 2005 [acceso 10/12/2024];12(6):373-84. Disponible en:

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-80462005000600007&lng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462005000600007&lng=es).

3. Raja N, Carr B, Cohen M, Finnerup N, Flor H, Gibson S, et al. The revised International Association for the Study of Pain Definition of Pain: Concepts, Challenges, and Compromises. *Rev. Pain*. 2020 [acceso 13/12/2024];161(9):1976-82. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32694387/>
4. Pérez J. Versión actualizada de la definición de dolor de la IASP: un paso adelante o un paso atrás. *Rev. Soc. Esp. Dolor*. 2020 [acceso 13/12/2024];27(4):232-3. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-80462020000400003](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462020000400003)
5. Cerdio D. El manejo del dolor crónico-no oncológico-: un reto bioético emergente. *Rev. Med. ética*. 2022;33(2):505-46. DOI: <https://doi.org/10.36105/mye.2022v33n2.06>.
6. Pérez-Galdós V. La solidaridad de José Martí con el sufrimiento de los seres humanos. Sitio Web Habana Radio. La Habana; 2021 [acceso 15/12/2024]. Disponible en: <https://www.habanaradio.cu/articulos/la-solidaridad-de-jose-marti-con-el-sufrimiento-de-los-seres-humanos/>
7. Martí Pérez J. El presidio político en Cuba. Repositorio Digital de la Biblioteca Nacional de Cuba José Martí. La Habana; 2020 [acceso 17/12/2024]. Disponible en: <https://bnjm.cu/img/noticias/2020/10/11/06-El-presidio-pol%C3%ADtico-en-Cuba.-Madrid.pdf>
8. García R. El presidio político en Cuba: Dolor infinito de nuestro José Martí. Centro de Estudios Martianos. La Habana; 2018. [acceso 17/12/2024]. Disponible en: <https://www.josemarti.cu/el-presidio-politico-en-cuba-dolor-infinito-de-nuestro-jose-marti/>
9. Guevara Núñez O. Los dolores ignorados, suelen ser siempre los más terribles dolores. Blog Ciudad sin Cerrojos; 2021 [acceso 17/12/2024]. Disponible en: <https://ciudadesincerrojos.blogspot.com/2021/07/los-dolores-ignorados-suelen-ser.html>

10. Pablo P. José Martí aparece en la prensa de España. Sitio Web Habana Radio. La Habana; 2021 [acceso 17/12/2024]. Disponible en: <https://www.habanaradio.cu/articulos/jose-marti-aparece-en-la-prensa-de-espana/>
11. Martí J. Adúltera. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 18. La Habana, Cuba: Instituto Cubano del Libro; 1963-1965. pp. 25-76.
12. Florinda Á. Concepción estética del arte y la literatura en José Martí. En: Actas del octavo Congreso de la Asociación Internacional de Hispanistas. Madrid, España: Ediciones Istmo; 1986. pp. 141-151.
13. Martí J. Versos varios. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 17. La Habana, Cuba: Instituto Cubano del Libro; 1963-1965. pp.145.
14. Martí J. Carta de Nueva York. Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes; 1999 [acceso 21/12/2024]. Disponible en: [https://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/en-los-estados-unidos-escenas-norteamericanas--0/html/fef234ce-82b1-11df-acc7-002185ce6064\\_16.htm](https://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/en-los-estados-unidos-escenas-norteamericanas--0/html/fef234ce-82b1-11df-acc7-002185ce6064_16.htm)
15. Martí J. Emerson el gran filósofo americano ha muerto. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 13. La Habana, Cuba: Editorial de Ciencias Sociales; 1975. pp. 17-30.
16. Martí J. La vuelta de los héroes de la Jeannette. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 10. La Habana, Cuba: Editorial de Ciencias Sociales; 1975. pp. 21-26.
17. Martí J. Cuadernos de apuntes. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 21. La Habana, Cuba: Centro de Estudios Martianos; 2001 [acceso 21/12/2024]. Disponible en: <https://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cem-cu/20150115031418/Vol21.pdf>
18. De Vera J., Guerra M. ¿Comprender el dolor del otro?: una aproximación filosófica a la experiencia del dolor crónico. Rev. Soc. Esp. Dolor. 2018 [acceso 27/12/2024];25(3):178-85. Disponible en:

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-80462018000300178](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-80462018000300178)

19. Martí J. Fragmentos. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 22. La Habana, Cuba: Centro de Estudios Martianos; 2001 [acceso 23/12/2024]. Disponible en: <https://martianoscuba.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/06/vol22.pdf>

20. Martí J. Poetas españoles contemporáneos. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 15. La Habana, Cuba: Centro de Estudios Martianos; 2001 [acceso 23/12/2024]. Disponible en: <https://martianoscuba.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/06/vol15.pdf>

21. Martí J. Garfield. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 12. La Habana, Cuba: Centro de Estudios Martianos; 2001 [acceso 27/12/2024]. Disponible en: <https://martianoscuba.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/06/vol12.pdf>

22. Martí J. Longfellow. En: Martí J. Obras Completas. Vol. 8. La Habana, Cuba: Centro de Estudios Martianos; 2001 [acceso 27/12/2024]. Disponible en: <https://martianoscuba.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/06/vol8.pdf>

### **Conflicto de intereses**

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.