

# Filozofija bolečine<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Omenjeni prevod je drugo poglavje knjige Patricka Walla: *Pain, The Science of Suffering* (Bolečina, znanost trpljenja), Phoenix, London, 1999.

Preden natančno preiščemo bolečino, si moramo najprej ogledati splošni oris tega, kar naj bi našli. Splošno prevladujoče mnenje, ki izvira iz naše intuicije in ga izraža večina filozofov, je dualistično: imamo telo in ločeno entiteto, um. Telo je ponavadi označeno kot čudovit, zapleten stroj, ki deluje po razumljivih principih, ki so in bodo razkriti z vedno bolj sofisticiranimi znanstvenimi raziskavami. Ta vključuje senzorni živčni sistem, katerega naloga je odkriti dogodke v svetu okoli nas in v nas. Omenjeni senzorni živčni sistem zbira vse mogoče informacije in jih predstavlja v obliki, ki jih dualisti imenujejo goli vtisi. Na tej domnevni meji um, ki deluje po povsem drugačnih principih kot telo, lahko preišče čutno informacijo in sproži umske procese, kot so zaznavanje, čustvovanje, spominjanje, samozavedanje in načrtovanje akcije.

Nekateri verjamejo, da omenjeni umski procesi delujejo na podlagi tako različnih principov, da jih z dosedanjimi znanstvenimi raziskavami ne bodo nikoli razkrili. Ti ljudje sicer priznavajo, da lahko splošen rezultat umskih procesov opiše psihologija, vendar bo mehanizem, po katerem pridemo do rezultata, za vedno ostal nejasen. Tudi bolj previdna skupina dualistov vidi umske procese kot povsem drugačne od telesnih procesov, vendar verjame, da jih bomo navsezadnje lahko razvozlali v oblikah materialističnih pojmov, ki bodo spoštovali zakone fizike. Toda sami bomo v nasprotju z drugimi prevzeli pristop, po katerem ostra meja med telesnimi mehanizmi in umskimi procesi ne obstaja.

## Dualizem

Če nekomu rečem, da se ukvarjam s problemom bolečine, me pogosto vpraša, ali mislim fizično ali psihično bolečino. To vprašanje izraža dualizem naše kulture. Če rečem: »Boli me noga«, izražam dualizem. Ena roka mojega dualizma je misleči, govoreči, čuteči, trpeči, spoznavajoči, umski del



Descartesova slika poti bolečine iz *L'Homme* (1664). Ogenj je vplival na »krhke vezi«, ki so odprle pore v središču zdravega razuma (F), ki ga je postavil v stožasto žlezo.

mene. Druga roka mojega dualizma je vse, kar pripada mojemu telesu, ki posreduje sporočilo umskemu delu, da je poškodovan. Struktura stavka je povsem ista kot »številke na moji armaturni plošči kažejo, da je motor pregreto«. Vse se zdi tako transparentno, intuitivno očitno.

Toda če razmišljamo o bolečini, moramo biti najprej prepričani o tistem, kar se nam zdi očitno: da naseljujemo dva ločena, vendar notranje povezana svetova, fizičnega in umskega. Če je dualizem začetna točka, potem je pot našega raziskovanja določena z začetnim iskanjem senzornega sistema, ki prenaša sporočila, ki ustvarjajo vtise v mašineriji telesa. Temu sledi druga faza našega iskanja umskih procesov, ki so plod sprejetih sporočil. Ta pot je znana že dva tisoč let, od Aristotela in Johna Searla do Daniela Dennetta. Bolečina je vedno znova izbrana kot

najbolj mogoč preprost primer fizičnega dražljaja, ki neizogibno sproži umski odgovor. Sami ne bomo ponovno ubrali te poti, opustili bomo imena, kot so Bacon, Hume, Berkeley, Kant in Wittgenstein, ki so odlično opisali svojo verzijo potovanja od čutnega vtisa do zaznave. Prav tako se ne bomo pridružili mojim kolegom, zaslužnim akademikom pri njihovi obsedenosti z razpravo o zavesti. Dva ključna filozofa bosta zame dovolj.

Descartes je leta 1640 zapisal: »Če se ogenj na primer približa nogi, imajo majhni delci ognja, za katere veste, da se izredno hitro gibljejo, moč, da mesto kože na nogi, ki se ga dotaknejo, spravijo v pogon. To pomeni, da potegnejo tanko vrvico, ki je privezana na mesto kože, v istem trenutku pa odprejo pore, ki so na drugem koncu, tako kot bi s potegom vrvice na eni strani sočasno zanihali zvonec na drugi strani.«

To je natanko ista formalna struktura signaliziranja senzornega sistema, ki ga mnogi še danes sprejemajo. Descartes se je dobro zavedal, da je bilo nujno ustvariti prehodno cono med zvoncem in naslednjim nivojem, zato je ponudil mehanizem za vzpostavitev stičišča vrvic in s tem omogočil stik sedeža domišljije s čutnim vtisom. Na tem mestu »so se zunanji objekti lahko vtisnili v um«. Uporabil je besedo »esprit«, kar pomeni um, duša, duh.

Povedano v sodobnih pojmi: Nobelov nagradjenec, nevroznanstvenik Sir John Eccles in filozof Sir Karl Popper to področje stika obeh koncev vrvic opisujeta kot »vezno področje«. Izjavljata: »Enotnost zavestne izkušnje omogoča samozavedni um in ne nevronske ustroj veznih področij možganskih polovic.« In nadaljujeta: »Samozavedni um lahko podrobno pregleda aktivnost vsakega modula veznega področja možganov ali vsaj tistih modulov, ki so uglašeni z njegovim trenutnim interesom ... Naloga samozavedajočega se uma je združevanje delov, izbranih iz množice prepletenih vzorcev vnosev (*inputs*), ki prihajajo iz veznega področja, z namenom tkanja njegove izkušnje iz trenutka v trenutek.« Sodobni znanstveniki posodabljaajo Descartesa in postavljajo mejo med telesom in umom, čutnim vtisom in zaznavo v možgansko opno.

Descartes pa je imel probleme s svojo razlago že v svojem času. Markiz ga je izzval, naj razloži, kako njegova shema dopušča, da amputiranec, ki je ostal brez noge, še vedno čuti svojo amputirano nogo. Ta izkušnja »fantomskega uda« je vsekakor nedvoumna. Amputiranec občuti vse podrobnosti, od dlani do vsakega prsta posebej. Descartes je odgovoril: »V luči teh razglabljanj je očitno, da se kljub dobroti Boga narava človeka, kolikor je sestavljena iz uma in telesa, včasih moti. Kajti če neki vzrok, ki ne izvira iz noge, ampak iz drugega dela živcev, ki se razteza iz noge do možganov ali celo iz samih možganov, povzroči gibanje, kakor ga

imamo ponavadi ob poškodbi noge, potem občutimo, kot da bi bila bolečina v nogi, in je naravno, da nas je naš občutek prevaral: kajti isto gibanje v možganih spodbudi vedno isti občutek in ker je ta občutek pogostejši pri vzroku, ki povzroča rano na nogi, kakor pri tistem, ki deluje na drugem področju, je razumno, da mora umu prenesti bolečino v nogi, kakor v kakšnem drugem delu.«

V enem samem odstavku je Descartes razrešil površinski problem tako, da je izumil koncept lažnega signala, ki se ponovno pojavi tri stoletja pozneje, da bi mučil inženirje elektronike. Toda s svojo rešitvijo je Descartes zase ustvaril veliko večjo past. Zanj je bil um pasiven in izoliran, tako odvisen od vnosa čutnih vtisov, da ni zmožgal ločiti pravih od napačnih signalov. Medtem ko se zdi osnovni dualistični predlog o ločeni telesni in umski entiteti intuitivno sprejemljiv, pa je razširjen predlog pasivnega, odvisnega uma veliko manj privlačen. Vodi h konceptu spoznavnega sebstva kot entitete, zaprte v kapsulo, ki lahko bere le številke na stenah kapsule.

Fantomski ud pa ni bil edini izziv. Spinoza, Descartesov mlajši sodobnik, je zapisal: »Kako lahko najbolj pameten človek naše dobe pade v isti misticizem starih akademikov, ki ga je sam pregnal?« Drži, da je bil Descartes revolucionar, ki je klasično filozofijo osvobodil njenih obskurnih razprav o naravi vzroka in posledice. A zdaj je s svojim dualizmom ločil natančno opisan in določljiv čutni apart od mistične umske skvarjenosti, o kateri ni mogel ničesar povedati. Ta nenadni prehod od vrhunskih razprav do žlobudranja zahteva razlago.

Najbolj verjeten razlog tiči v intelektualnem ozračju zgodnjega sedemnajstega stoletja. Rimsko-katoliška cerkev je bila še vedno najvplivnejša ustanova z jasno zarisanimi mejami človeškega področja, nad katerim je imela oblast. Cerkvena ortodoksna oblast je iskala domnevne heretike na podlagi njihovega sprejemanja transsubstanciacije hostije v masi, transformacije kruha in vina v Kristusovo telo in kri.

Galileo je pogorel ravno na tej točki. Bil je Descartesov starejši sodobnik. Reformacijske cerkve in misleci so zavrnili realnost transformacije kruha in vina. Ni čudno, da je v takšnem ozračju Descartes odklonil prečkanje meje telesnega mehanizma, da bi posegel na umsko področje, ki ga je zasedala Cerkev. Zagotovo se je želel izogniti razpravi o tem, kako lahko verni kristjani pri maši izkušajo vino v enem trenutku in kri v naslednjem. Dualizem je delno nastal zato, ker se je intuitivno zdelo očitno, da »je narava človeka ... sestavljena iz telesa in uma«, in delno zato, ker je bilo neprimerno, heretično trditi, da sta telo in um različna vidika iste entitete.

Descartes je napisal na svoj grobnik: »Bene qui latuit, bene vixit« (*Tisti, ki je dobro skrival, je dobro živel*). Descartes je zagotovo dobro živel, toda kaj je skrival? Zagotovo se ni skrival pred tem, kar je imenoval »prvi princip filozofije, ki ga iščem«. Ta princip je bil »*cogito ergo sum*« (*mislim, torej sem*): Na podlagi tega sem vedel, da sem substanca, celotna esenca ali narava, ki si jo lahko predstavljam in da za njeno eksistenco ne potrebujem nobenega prostora, prav tako ni odvisna od nobene materialne snovi; da je ta »jaz«, to je, duša, po kateri sem, kar sem, povsem ločena od telesa in jo je celo lažje spoznati kot slednjega; in celo če ga ne bi, bi duša ostala to, kar je.

Descartes se skriva za avtoriteto lastne subjektivne introspekcije. Ob tem izraža popolno prepričanje. Kako je prišel do te gotovosti? Ali za to obstajajo dejstva? Za to ne obstajajo dejstva. Gre le za način mišljenja, ki se je zdel Descartesu ter velikemu številu ljudi v njegovi in naši kulturi očitno in nedvoumen.

Da bi ločil um od telesa, je moral Descartes izumiti komunikacijske poti, senzorne živce, po katerih so se lahko zunanji objekti in notranji dogodki »vtisnili« v um. Ker ni poznal nobenih podrobnosti, jih je moral izumiti z ugibanjem. Kakorkoli že, splošna ideja je verjetna, če

sprejememo ločitev uma od telesa. Čutno-komunikacijske poti so lahko opisane v mehanskih pojmi in merah. Onkraj tega mehanizma pa um deluje na popolnoma različnih principih, ki jih Descartes ni opisal.

Alternativa dualizmu je monizem, ki predlaga, da so umski procesi inherentni rezultati telesnih procesov. Moč rimokatoliške cerkve, da bi določen način mišljenja opredelila za herezijo in tako usmerjala tok filozofije, je morda oslabel. Toda tudi povečano zanimanje za monizem, kot alternativni način analize mišljenja, je privedlo do tega, da so njegove zagovornike obtožili nove oblike herezije. Monisti so označeni kot enostranski mehanicisti, ki zanikajo kakršnokoli odgovorno dejavnost ljudi in ki vidijo človeka zgolj kot skupek medsebojno povezanih urnih kolesc. Dualisti iz Ecclesia in različne variante na temo Popperja opisujejo prvo fazo telesno determinirane mašinerije, ki rigidno izvaja dane naloge, medtem ko jo um, poln idej, občutkov in čustev, opazuje. Tako s pripisovanjem vseh zaslug človeškosti neopisljivemu umu banalizirajo telesno mašinerijo. Alternativa temu je pojmovanje telesa kot integrirane celote, iz katere izhajajo intelektualno ločeni deli.

Za Descartesa so bili um, duša in duh, ter zato zmožnost spoznavanja, od Boga dane edinstvene lastnosti človeštva, ki niso bile prisotne v živalih. V tem smislu so bile živali pojmovane kot od Boga ustvarjena, vendar od Boga zapuščena bitja, ki jim gospodarijo ljudje. Živali so bile obsojene na to, da se na okoliščine odzivajo zgolj mehansko. Očitno je, da se je ta ekstremna ločitev ljudi in živali skozi stoletja zmeščala. Spoštovanje do živali se je povečalo, ne le zaradi Darwinove predstavitve živali kot človekovih sorodnikov, ampak tudi zato, ker nedavne raziskave živalskega vedenja razkrivajo njihovo nepričakovano subtilnost in kompleksnost. Zagotovo lahko živali, tako kot ljudje, zaznajo ali ignorirajo poškodbo. Prav tako kažejo zelo podobne vzorce pobega, ozdravitve in učenja, kako se izogniti nevarnim okoliščinam. Ne morejo nam sicer z besedami povedati o naravi svoje bede, vendar pa nam tega ne morejo povedati niti dojenčki.

Bertrand Russell je bil zagotovo kandidat za najpametnejšega človeka naše dobe. V svoji *Zgodovini zahodne filozofije* predlaga strogo obliko dualizma, vendar iz drugačnih razlogov kot Descartes. Na vrhu začne z racionalnim mišljenjem, ki je bil zanj največji izziv. Njegova biografija kaže hitro zdolgočasnost s tistimi kolegi, otroki in odslovljenimi ljubnicami, ki niso bili sposobni racionalne misli, kakor jo je sam definiral. Njegova *Principia Mathematica*, ki jo je napisal skupaj z A. N. Whiteheadom, je bila plod večletnega truda ustvarjanja simbolne logike, v kateri je postavil temelje pravil konsistentnih simbolnih relacij. Po njegovem je um očitno sposoben manipuliranja z abstraktnimi simboli, ki jih združuje v logične kategorije. Toda temelj omenjenih notranjih umskih preudarkov izvira iz opazovanja narave zunanjega sveta na začetku in verifikaciji njihove racionalnosti, kot preverjeno ujemanje z zunanjim svetom, na koncu. Halucinacije ali pravljičice ga niso zanimale. Zanj se celoten umski proces začne s podatki (tistim, kar je dano) iz zunanjega sveta.

Slednjemu procesu ustreza podobnost z naslednjo politično analogijo. Diktator išče način nadzora mišljenja z zaplembo vseh komunikacijskih sredstev. Ko izbruhne državljanska vojna, je prva tarča televizijska mreža, ki ji sledita blokada mednarodnih telefonskih povezav in izgon tujih dopisnikov. Tako si diktator prizadeva državljanke obveščati le o informacijah, ki jih je zanje sam izbral. Moder diktator, kakršnih je na srečo le peščica, si zelo prizadeva, da bi si edini v državi zagotovil popoln dostop do vseh informacij. Toda voditelj prepogosto zanemarja to elementarno previdnost in se obdaja s prilizovalci, ki mu govorijo, kar hoče slišati, in novinarskimi analitiki, ki tako premeteno manipulirajo z novicami, da so vsi zmedeni.

Russell je razumel, da bi bila cenzura vnosa informacij katastrofa, katere posledica je bila ukinitve racionalnega mišljenja. Zato je več kot zadovoljen podprl kartezijansko idejo o mehanskem informativnem centru, v katerem senzorni organi nenehno in necenzurirano sporočajo vse mogoče zaznane informacije. Umu je želel dodeliti vlogo vrhovnega poveljnika, ki ga lojalni, učinkoviti, nekompromitirani pismonoše zalagajo z vsemi dostopnimi, pomembnimi in nepomembnimi informacijami. Pri tem je omenjeni informativni center povsem pasiven, um pa selektiven. Russell ne upošteva možnosti vloge raziskovanja, kjer celoten organizem aktivno išče informacije. Res pa je, da ima takšno raziskovanje notranjo slabost, saj implicira odločitve uma, kateri del informacije je uporabnejši od drugega. Toda, kakor bomo lahko videli, vsak vidik naše zavestne zaznave dokazuje, da ga ne hrani pasiven stroj, ampak vključuje možgansko aktivnost, ki usmerja našo pozornost in odreja raziskovanje, ki iz čutnih vtisov izbere pomembne dele informacij in poveča informiranje o podrobnostih. V nasprotju z Russellovim idealom o pasivnih vtisih, ki jih analizirajo aktivni možgani, obstajajo znaki, da možganska aktivnost nadzira že same vtise. To ne pomeni, da je celoten zunanji svet halucinacija, ampak pomeni, da naši čuti vključujejo aktivno sodelovanje uma in telesa.

Če um definiramo kot tiste procese v nas, o katerih lahko poročamo, potem moramo začeti raziskovati procese, o katerih nimamo nikakršnega kognitivnega znanja.

## Vedenje brez možganov

Vsi smo, kakor Russell, zelo navdušeni nad umom. Ker se ukvarjamo z bolečino, moramo natančno definirati točko, na kateri se um zaveda bolečine. Ali obstajajo pomembni procesi, katerim lahko sledi umsko zavedanje bolečine? Zato, ker smo v večini umski asi, ki pojemo hvalnice umu, »intelektualci« za telesne procese, ki ne prodrejo do uma, navadno uporabljajo niz slabšalnih besed – imenujejo jih avtomatični, mehanski, refleksni ali instinktivni. Neslišno dihanje je eden takšnih procesov, ki se odvija ure in dneve, ne da bi se ga um sploh zavedal. Toda če vdihnemo le kapljico tekočine, se um požene v akcijo. Še več, če želimo igrati na trobento, moramo svoje normalno dihanje večje nadzorovati. Dihanje je avtomatičen, mehanski refleks, zgolj kolikor deluje znotraj danih meja. Toda um se vključi takoj, ko so presežene dane meje. A kdo je postavil te meje? Genetika? Učenje? Prag prehoda iz avtomatičnega v umsko niha in je pod nadzorom.

Veliko nas je imelo izkušnjo vožnje z avtomobilom medtem, ko smo se po telefonu pogovarjali s prijateljem ali smo v tišini premišljevali, nenadoma pa smo se zavedali, da smo prevozili kilometre, ne da bi se spomnili poti, kljub temu pa smo se povsem spomnili pogovora. Ali je bila vožnja avtomobila avtomatična? Če z »avtomatičnim« mislimo na izvajanje programa gibanja motorja, potem je odgovor ne – ne, to ni avtomatična vožnja. Pri vožnji se je moral voznik odzvati na rdeče luči, ki jih ni mogel sam pred tem programirati. Zato je ta »brezglava« epizoda vožnje vključevala sprejem in analizo senzornih signalov ter izvajanje motoričnih ukazov.

Najboljši predstavniki te značilnosti so profesionalni atleti. Vedno znova pripovedujejo, da so njihovi največji dosežki plod vstopa v »cono«. Pravijo, da se v coni njihov um izklopi ter da izkusijo občutek vznosenosti in svobode. Pri šprinterju na 100 metrov bi lahko rekli, da je celotna tekma pred tem programirana že med treningom, saj od začetka do konca teka mišice izvajajo vnaprej dan ponavljajoči se vzorec motoričnih ukazov, sam senzorni sistem pa se med tekom povsem

izključi. Toda to bi bil potem dosežek avtomata. Tiste, ki smo pomehkuženi in fizično ne preveč dejavni, nas lahko degradacija atletskega dosežka z degradacijo atleta na raven robota potolaži.

Ta razlaga pa prav gotovo ne more veljati pri teniških asih, ki se očitno odzivajo na senzorni izziv, dan s potjo in obračanjem žogice, hkrati pa ustvarjajo natančne motorične odgovore. To tudi ni intelektualni dosežek zato, ker v vrhunski teniški igri v nobenem trenutku ni prisotno umsko spoznanje. Ko atlet gleda svoj nastop na videokaseti, ne podoživi svoje izkušnje. Takrat prvič gleda samega sebe.

Res je, da najbolj prepričljiv del tega brezglavega vedenja vključuje kompleksne motorične gibe. A da bi ohranili neokrnjeno slavo spoznavno-govorečega uma, so kompleksne motorične gibe uvrstili v posebno kategorijo: motorično učenje. Prav tako drži, da profesionalni pianisti opisujejo svoje igranje sonate tako, da pri tem mislijo na njeno najširšo splošno strukturo in ne na igranje note za noto. Hkrati pa je res, da so ti isti pianisti v mladosti mislili in igrali noto za noto. Prehod iz neveščih v večče gibe spremlja sposobnost zaustavitve razmišljanja od točke do točke in dosego celote. Mislim, da teh izjemnih dosežkov ne moremo postaviti na eno stran, tako da jih označimo kot motorično učenje.

Šahovski vele mojster Gary Kasparov je naenkrat igral z dvajsetimi nadarjenimi amaterji in jih večino premagal – hodil je od ene mize do druge in za vsako potezo porabil le nekaj sekund. Kasparov pravi, da v teh skupinskih igrah izprazni svoj um. Slednje razumem kot vrhunsko intelektualno oceno vzorcev različnih delčkov, čeprav je samo motorično gibanje trivialno in ga lahko izvajamo brez posebne veščine. Ko občutek bolečine zajame um, nadgrajeni procesi analize, ki se jih ne zavedamo, lahko doprinesejo k zavedanju pojava bolečine.

## Čuti

Aristotel je rekel, da obstaja pet čutov: vid, vonj, voh, zvok, okus in taktilni čut. S tem je mislil na več kot zgolj očitno dejstvo, da imamo pet organov zadolženih za pet čutov. Vsak čut je sam po sebi edinstvena kategorija, ki ga ne more posnemati nobena kombinacija ostalih štirih čutov. Drži, da je slepi pesnik Milton pisal o »škrlatnem zvoku trobentačev«, vendar se to nanaša na asociacijo »sinestezija« in ne na posnemanje. Toda glede na človeško obsedenost z ločevanjem omenjene velikanske kategorije občutkov niso mogle dolgo časa ostati samostojne. Tako je bila barva sama ločena na pododdelke, primarne kvalitete tako, da je mešanica treh primarnosti ustvarila vse barve.

Za taktilni čut so na osnovi introspekcije določili, da obstaja štiri do šest primarnih občutkov: dotik, toplo, hladno, bolečina, srbenje in ščemenje. Tako kot z barvo so tudi za taktilni čut predlagali, da so vsi ostali taktilni občutki kombinacija omenjenih primarnih kvalitet tako, da je, na primer, mokro kombinacija hladnega in dotika. Glasen alarmni zvok mora v posameznikovih možganih zveneti kot prebrani spisek tvorbe občutkov. Ta skupaj zmeša razrede besed, vendar vabi, da jih obravnavamo, kot da so del istega razreda. Dotik, toplo in mrzlo lahko opišejo dražljaj; bolečina, srbenje in ščemenje opisujejo umski odgovor, dojem. V terminologiji devetnajstega stoletja je bil občutek tako tesno povezan z dražljajem, da ni bilo pomembno, kateri razred besed je bil uporabljen, saj se je zdelo, da rahel pritisk ustreza dotiku in močen pritisk do točke poškodbe ustreza bolečini. Toda dokazano je bilo, da poškodba tkiva in bolečina vseeno nista tako intimno povezana, da bi ju lahko enačili. Zato moramo biti zelo previdni in za dražljaj uporabljati eno skupino besed, za občutek, ki se ga zavedamo, pa drugo skupino.

## Občutek bolečine

Mednarodno združenje za raziskovanje bolečine je na osnovi spoznanja, da ne more več sprejeti kartezijanski model, po katerem občutek ni nič več kot umska reprezentacija dražljaja, prosilo skupino psihiatrov, s Haroldom Merskeyem na čelu, za sodobno definicijo bolečine. Odgovorili so: »Bolečina je neprijeten občutek in čustveni odgovor, povezan z dejansko ali potencialno poškodbo ali opisana v pojmih takšne poškodbe.« Dodali so tudi nekatere ključne opombe: »Bolečina je vedno subjektivna ...« Ta definicija se izogiba poskusom zvajanja bolečine na dražljaj.

Za klasično predstavo velja, da dražljaj vodi do čistega občutka, ta pa nadalje v zaznavo. Poškodba vodi v čisto bolečino, ta pa vodi v bolečino in neprijeten občutek. Toda glede na moderno stališče dražljaj lahko ali pa tudi ne vodi v zaznavo. Poškodba lahko ali ne vodi v bolečino, ki je neprijetna izkušnja.

Za novo definicijo obstajata dva razloga. Prvič, opazovanje in introspekcija sta pokazali, da ne obstaja ujemanje med poškodbo in bolečino. Drugič, nobena oseba še ni izkusila čiste bolečine, ki je ne bi spremljal neprijeten občutek. Gre za iskreno definicijo tega, kar opazimo pri sebi in drugih, ter se izogiba korakom, ki so jih izumili sofisticirani filozofi, da mora najprej obstajati čisti občutek, ki mu sledi vrednostna sodba uma, ta pa je čistemu občutku pripisala čustveno vrednost, kot je na primer neprijetnost.

Seveda lahko podvomite v uporabnost uporabe zgolj ene same besede »bolečina«. Da bi vnesli red v naš svet, ljudje strastno klasificiramo. Izjemno radi urejamo in zapolnjujemo manjkajoče vrzeli.

### SENZORNO

Časovno	Prostorsko	Punkcijski pritisk	Oster pritisk	Stiskajoč pritisk	Natezni pritisk	Toplotno	Svetlobno	
šviganje		pikanje					ščemenje mravljinca	1
drhtenje pulziranje tresenje	skakanje	vrtanje		ščipanje pritiskanje razjedanje	vlečenje puljenje	vroče	žganje zbadanje	2
utripanje razbijanje	bliskanje trganje	prebadanje zbadanje raztrganje	špikanje prodiranje raztrganje	stiskanje drobljenje	izdiranje	pekoče vrelo		3
						žgoče		4

### SENZORNO

### ČUSTVENO

### EVALUACIJSKO

Topost	Čutno-zaznavno	Napetost	Avtonomno	Strah	Kazen	Afektirano	Ključne besede		
topo	nežno						nežno	moteče	1
boleče mučno	nategnjeno raskavo	utrujajoče izčrpajoče	slabost			samo-pomilovanje	neprijetno	nadležno	2
mukotrpno	razcepljeno		dušenje	zastrašujoče strašno	strogo grobo	zaslepljenost	žalostno	intenzivno	3
				grozno	kruto		grozljivo	neznosno	4
					ubijajoče		ubijalsko		5

Slika prikazuje besede, ki jih je Ronald Meznick slišal od pacientov, ko so opisovali svojo bolečino. Razdelil jih je na tri velike skupine: senzorne, čustvene in evaluativne. Za vsako skupino je določil razporeditev na osnovi njihove intenzivnosti tako, da je šibkejše postavil na vrh in močnejše na dno. Te so sestavljale osnovo za McGillov vprašalnik o bolečini (Bolečina I, 277–299; 1975).

Sedaj imamo definicijo bolečine. Bolečine so lahko velike ali majhne, vendar ali velja, da je en zobobol enak dvema glavoboloma? Melzeck je več let zbiral besede, ki so jih ljudje uporabljali za opis svoje bolečine. Našel je 66 pogosto uporabljenih besed, ki jih je razvrstil v naslednje kategorije (glej zgornjo sliko). Nekaterе besede, kot so »pikanje« in »vroče« so bile uporabljene zgolj za opis dražljaja samega. Za vsak razred čutne besede so besede urejene na podlagi njihove intenzivnosti; na primer »vroče«, »pekoče«, »vrelo«, »žgoče«. Temu sledi druga skupina besed, ki jo imenuje čustvena in ki opisuje, kaj občutek povzroča v »žrtvi«; na primer, »izčrpanost«, »slabost«, »strogost«. Na koncu pa je ločil še tako imenovane evaluacijske besede, ki izražajo stopnjo trpljenja; na primer »moteče«, »nadležno«, »neznosno«.

Pacientom je bila nato predstavljena celotna razpredelnica besed, v kateri so morali označiti, katera beseda opisuje njihovo bolečino. Poskusite tudi sami. Morda se ne strinjate z razporedom besed. Lahko jih razvrstite po vaši presoji in dodate majkajoče besede. Zelo obsežno testiranje te metode, kasneje znano kot McGillov vprašalnik bolečine, je pokazalo, da pacienti padejo v ohlapne skupine glede na značilnosti njihove bolezn.

Še se bomo vrnili k njihovim odgovorom. Primer pacientov, ki pridejo na urgenco z najrazličnejšimi bolečinami, smo že obravnavali v prejšnjem poglavju. Ti so za svojo bolečino uporabili besede, ki so več kot zgolj opisovale njihovo intenzivnost. Za vsako osebo je imela beseda »bolečina« vsaj tri dimenzije onkraj njene intenzivnosti, ki jih je Meznick opredelil kot senzorna, čustvena in evaluacijska dimenzija. Morda sami želite svojo bolečino opisati na drugačne načine. To, kar želimo povedati, je, da ima beseda »bolečina« več delov, na osnovi katerih posameznik sestavi svoj izraz opisa lastne bolečine.

V tem poglavju smo raziskali in kritizirali predstavo uma in telesa kot ločenih entitet. Posameznik je zagotovo sposoben visoke analize dogodkov in ustvarjanja večjih odgovorov, vendar pa se to lahko dogaja brez zavedanja. Čista bolečina ni nikoli dojeta kot izoliran občutek. Bolečino vedno spremlja čustvo in pomen tako, da je vsaka bolečina edinstvena za vsakega posameznika. Beseda »bolečina« združuje razred – mešanico senzorno-čustvenih dogodkov. Razred vsebuje veliko različnih tipov bolečine, od katerih je vsak osebna, edinstvena izkušnja osebe, ki trpi.

Prevod Katarina Majerhold