

### A fájdalom és csillapítása



A fájdalom mindig egyedi, két ember fájdalma soha nem hasonlítható össze. A fájdalomtűrő képesség azonban nem értékmérője az embernek.

A fájdalomról mindnyájuknak van valamilyen szintű tapasztalati tudása, definíciószerű meghatározása, bár sokféle létezik, mégis nehéz. A meghatározások abban mindenképpen megegyeznek, hogy a fájdalmat negatív érzetként megélt és az élet során tanult dolognak írják le. Ez nem azt jelenti, hogy tanulás nélkül nem érzünk fájdalmat, hanem azt, hogy a fájdalom kifejezését, a hozzá kötődő viselkedési mintákat tanuljuk.

[Bővebben>>>](#)