



Reflexiones desde El suicidio

El día otoñal entraba por los linderos de mi ventana, era una mañana de esas, donde tus manos se duermen en los bolsillos.

La llamada a mi celular. Una llamada de muchas dije yo. Pero esta no era una llamada como otras, como esas donde te saludan tus amigos, donde te preguntan cosas tus familiares, donde se invierten unos segundos para solucionar algo banal.

Del otro lado, la voz de mi cuñada.

-Ulises, te llamo porque sucedió una tragedia-

Hasta ese día, nuestra familia no había vivido algo igual, algo tan terrible.

-Ulises- seguía la voz- tienes que volver a Quilpué, falleció César-

-Pero, ¿qué pasó?-

-Se suicidó-

Sentí un poder que me aniquiló en ese minuto. No lloré, sólo tenía un fuego que me quemaba por dentro, un fuego maldito que me consumía y me llenaba de horror.

Quise mantenerme firme.

¿Pero qué ser humano puede soportar un impacto tan fuerte sin por lo menos tambalear en este ruedo angustiante?

Soy el menor de tres hermanos y César era el hermano del medio. Fui yo quien a sus nueve años, le quitó el trono del hijo regalón.

Uno no recibe una noticia así todos los días. Creo que son contados con la mano las noticias de ese calibre que recibes en tu vida.

Pero alcé mi rostro, endurecí mi corazón, debía ser fuerte.

El tramo desde la capital hasta la casa de mis Padres, es de dos horas, intenté llorarlo todo en el bus de camino a la casa.

En esos segundos sientes que kilómetros de aguas te sobrepasan. No hay consuelo barato, no sirven de mucho las palabras, ni incluso que la Biblia sea barajada por personas de buena voluntad, pero que no hacen más que confirmar que mientras no entras al círculo de la muerte, sólo hasta ahí crees que las palabras tienen algún poder, pues cuando entras desnudo a ese círculo demoledor te das cuenta que el único sermón, la única liturgia, el único canto, es el de tu interior que se marchita impotente.

Los que han estado ahí, sólo aquellos que han permanecido una temporada en el infierno (Y no el de Rimbaud) saben de lo que hablo.

Leyendo un libro de Antonio Bentué, reflexiono sobre esta manera de morir tan penosa.

El autor señala aquello que mueve a todos los seres humanos, ¿Qué fuerza nos mueve?, la clasifica como la fuerza del egocentrismo, que nos mueve en pos de la auto gratificación.

Dice el autor que de la mano con ese jinete, galopa otro cerca, el “Thanatos”, la fuerza de la muerte.

Así sucede, en el momento en que vemos que es imposible alcanzar la auto gratificación, cuando se nos viene abajo ese proyecto, preferimos echar mano de la muerte, con tal de no sufrir caminando por el desfiladero del fracaso.

Así, este impulso de la muerte refleja una tendencia masoquista, de buscar la autodestrucción.

Es una paradoja, casi incomprensible, revela quizás uno de nuestros mayores defectos. Vivir centrados en nosotros mismos y morir cerrados en nosotros mismos.

El hombre tiende a veces a apuntar hacia la no-vida.

Es incomprensible, pero pareciera que vamos sobre una yunta de bueyes.

Uno, el EROS (Placer) que nos impulsa a aferrarnos a la vida, para conseguir lo que deseamos y el otro, el Thanatos, que nos impulsa a la muerte, cuando el fracaso es invivable.

Sin duda, es paradójico.

Sigo pensando en el suicidio y encuentro varios estadios de reflexión.

¿Por qué se puede uno quitar la Vida?

- Está el quitarse la vida por un ideal, muy de la mano con ideas fundamentalistas religiosas y políticas, como lo hacen los hombres bombas, el caso del 11 de Septiembre en New York. (Como lo hizo Sansón también registrado en las Escrituras)
- Están los que se quitan la vida para expiarla de la vergüenza, al haber fallado a un código de honor, como es el harakiri, de la cultura japonesa.
- Y están los que se suicidan, porque no encuentran la fuerza necesaria para enfrentar la vida con sus problemas.

Estadísticas, nunca están demás:

Como dato, en Chile, hacia los años 90, la tasa de suicidios era de un 5.7 por cada cien mil personas, el 2008 ascendió a 13.2 por cada cien mil habitantes.

También es interesante, que de cada tres suicidios, son dos hombres los que determinan quitarse la vida. (Quizás, porque si nos quitan nuestros logros nos venimos abajo)

Entre los jóvenes de 15 a 19 años es una de las primeras 5 causas de muerte en Latinoamérica.

Por cada suicidio consumado, se producen entre 20 a 30 intentos.

Lo más alarmante es el aumento en la tasa de suicidios en adolescentes y preadolescentes.

Y a nivel mundial, cada 40 segundos una persona se quita la vida.

¿Qué puede llevar al suicidio en nuestros países latinoamericanos?

Según estudios realizados, los suicidios en nuestro país son motivados por diferentes factores:

- Enfermedades mentales: Depresión, Trastorno Bipolar, abuso de alcohol y otras drogas, esquizofrenia.
- Antecedentes familiares de suicidio
- Intentos anteriores de suicidio: riesgo mayor entre los primeros 6 a 12 meses
- Contextos socioeconómicos y educacionales pobres
- Débil salud física
- Acontecimientos estresantes
- Disponibilidad de medios letales (armas)
- Violencia en la familia

Las condiciones predisponentes también son variadas:

- Fuerte dolor emocional sostenido en el tiempo, produciendo fatiga del alma
- Sensación de que no existe salida, de que no hay alternativas que puedan ayudar
- Una vivencia de falta de sentido de la vida
- Desconexión emocional, una suerte de apatía a lo que antes provocaba encanto
- Soledad, aislamiento del otro
- Desesperanza, poner expectativas en ideales irreales.

¿Cómo prevenirlo?

Este es un tema complejo, es motivo de investigación e incluso de políticas públicas.

Los expertos coinciden en estar atentos cuando vemos en alguno de los nuestros estos siguientes comportamientos:

Señales peligrosas

- Cambios de comportamiento (el que era alegre y se pone triste. El activo que vuelve tranquilo.)
- Pérdida de interés en actividades habituales (no quiere jugar)
- Manifestación de emociones previamente contenidas (antes no lo decía)
- Exposición innecesaria a situaciones de riesgo (piruetas peligrosas)
- Comportamientos autodestructivos: conducción temeraria, consumo de drogas, promiscuidad.
- Preocupación y verbalización por la muerte: “quiero matarme”, “ya no seré más un problema”, “si me pasa algo sepan que”...
- Regala objetos favoritos (como heredando sus cosas)
- Expresar despedidas (Se despiden de sus amigos)

Suicidio y Fe: Una pregunta punzante

Por otro lado, es notorio pensar como creyente. ¿Dónde se van los que deciden terminar tan bruscamente esa vida que viene del aliento divino?

Antiguamente se consideraba a los suicidas como endemoniados, cuyas almas nunca encontrarían reposo, de ahí que en algunas tradiciones europeas del Medioevo creían que los suicidas se levantarían como muertos en vida para ser instrumentos del diablo (quizás de ahí proviene la leyenda de los vampiros) Pero hace pocos años, que a estos desdichados se les otorgó nuevamente la posibilidad de oficiarle un responso religioso (En la vertiente Católica Romana).

No es mi intención entrar a responder una pregunta teológica como esta, pues creo no ser muy objetivo. Pero hablaré desde mi corazón.

¿Tendrán perdón de Dios o no? Creo, de partida, que el perdón de Dios, hay que dejárselo a Dios.

Lo que sí he confirmado en estos pocos años de observación de la conducta, de manera muy humilde, es que...

- Así como hay enfermedades del cuerpo que se llevan a la muerte a algunas personas (Diabetes, cáncer, accidentes vasculares, influencias, etc.). ¿Por qué no pensar que hay también algunas enfermedades del alma y de la mente que se llevan a la muerte a otras personas?

Sobretudo hoy, que con los avances, hemos superado esa visión de adjudicarle al demonio todas las patologías mentales.

Hoy sabemos que hay depresiones u otras enfermedades del "Alma" que son causadas o potenciadas por descompensaciones químicas.

No lo niego, me inclino a pensar que este Dios tan bueno, que miró con misericordia a los enfermos, ¿cómo no tendrá misericordia de aquellos enfermos del alma?

Pero soy un humano limitado, sólo me queda guardar silencio ante este misterio.

Para los que quedan: ¿Cómo enfrentar el desánimo, la frustración, el cansancio?

No soy un experto en el tema. Pero concuerdo que en este camino uno convive con tres momentos:

1. Momentos cotidianos
2. Momentos gloriosos
3. Momentos difíciles

¿Cuántos de nosotros nos gustaría atrapar esos momentos gloriosos, perpetuarlos, como el momento del primer beso, el sí de esa persona amada, el nacimiento de un hijo, la casa nueva, etc.?

Pero existen a su vez, fuerzas de la decadencia que empujan al hombre en sus momentos difíciles y de sombra. Es esa “noche oscura”, como decía san Juan de la cruz.

En esencia, la vida es dura. Nuestro maestro también lo señaló: “En este mundo encontraremos aflicción”.

Él mismo es el vivo ejemplo de alguien que se levantó de la misma muerte, pero sin antes beber la copa amarga del miedo, la angustia, la frustración y el abandono absoluto.

Por eso en las Escrituras aparece más de 350 veces la frase “No TEMAS”, porque el miedo y la inseguridad nos asechan.

Cuántos amigos que leen estas líneas viven mirando al mundo desde sus lágrimas, han soñado con volar, pero la vida les cortó las alas.

Cuántos añoran ese pasado feliz, ese pasado que nunca más volverá.

Cuántos comenzaron ese proyecto matrimonial, con aras a construir un palacio de amor en medio de este yelmo inseguro, pero pasados los años, este palacio fue sitiado por fuerzas contrarias que lo demolieron por completo y hoy solo quedan fotos mudas posando en las paredes de lo que fue un hogar.

Cuántos después de cargar pesados fardos de fracasos, llegan hasta el mismo abismo y sienten que el peso es abrumador. Se ha agotado por fin la capacidad de resistencia.

¿Han sentido eso alguna vez?

Sentir como tu vida se te escapa, la enfermedad te deteriora erosionando tu salud, hasta ser un pábilo escaso de vitalidad. Miras el futuro y lo único que encuentras seguro es la muerte que te espera, así como lo diagnosticó el doctor.

En esos momentos cuando te aferras a todo lo que amas, pero un embudo invencible te atrae con fuerza, es en esa hora cuando ya ni siquiera hay sueños o futuro, cuando uno se pregunta, ¿Quién soy? Porque son tan hondas las tinieblas que te rodean, que al parecer pierdes tu propia identidad.

¿Habrá en quién aferrarse, cuando llega la hora de la oscuridad?

Un amigo psicólogo me dijo que una noche luchó incesantemente con pensamientos de quitarse la Vida. Parecida a la lucha de Jacob, pero diametralmente opuesta, este mi amigo, luchaba por soltarse de este ángel de la muerte.

Cuando rayó el alba, exhausto, no llevando a cabo esos pensamientos que provenían de un lugar oscuro, alojado en la profundidad de su ser, Dialogó luego con su mentora, le comentó esta lucha.

La mentora le respondió:- Bienvenido a la esfera de lo humano... todos en algún momento hemos luchado con esas voces del infierno-

He aprendido en mis cortos años que la vida no es una línea recta, somos presa del infortunio y eso nos invita a ver la vida desde su verdadera perspectiva, un camino sinuoso. ¿Qué podemos hacer?

No podemos vivir felices (Si entendemos felicidad como una experiencia constante alejada del sufrimiento) pero sí podemos vivir más felices, es decir, con menos sufrimiento o con una perspectiva nueva de él.

El fracaso, es parte esencial de la experiencia humana.

Reconocer eso, es el primer paso para vivir una verdadera espiritualidad cristiana. Reconocer también, que luego de ser azotado hasta los estratos más profundos de nuestra existencia, uno puede encontrar nuevas razones para vivir, nuevos horizontes a los cuales caminar.

Eso también está determinado por factores internos de la construcción personal, genética y espiritual de la persona. Por eso, cuando el hombre es sumergido en las profundas mareas de la aflicción, cuando en su remolino, sus criterios, sus convicciones, sus esperanzas, son sacudidas violentamente, cuando toda su escala de valores son pesadas en la balanza del destino y uno es probado para ver de qué está hecho, es en ese momento de la noche oscura, de la noche sin fin, del agobio y el peso de vivir como en una pesadilla interna, sin consuelo. Es ahí donde comienza a germinar una fuerza a la que los cristianos le llamamos Fe.

Después de la masacre de Auschwitz, un hombre declara con dolor: ¿Quién eres tú Dios mío, después de Auschwitz? , la respuesta es, Dios está crucificado e impotente en una cruz.

Esto no significa que es ausencia de Dios, sino el silencio de Dios.

Esta respuesta no tiene como objetivo la rebelión contra Dios, al contrario, saca a luz uno de sus rostros más misteriosos, el rostro del Dios que sufre junto a la humanidad, del Dios que se hizo hombre y conoció el dolor y la muerte, descendió a las aguas más turbulentas de la existencia humana y se dejó llevar por la corriente de la fragilidad, hasta llegar a sus límites, la muerte.

Es ahí donde los estudiosos de la fe llegan con sus apuntes de teología sistemática y encuentran que mucho de la reflexión acerca de la omnipotencia de Dios se basa en enclaves extraídos de fórmulas racionales y filosóficas, las cuales tienen poco qué decir ante este misterio.

Este es el Dios poderoso, tan poderoso que tiene poder para hacer lo absolutamente contrario, quedar colgado en una cruz, agonizante, solidarizando con nuestros dolores.

Este es el Dios que nos acompaña en el silencio, sin mostrar “credenciales divinas”, como lo hizo con aquellos caminantes de Emaús, que al ver rotas todas sus esperanzas, vuelven por el camino del fracaso y se encuentran con este Dios que pasa desapercibido ante sus ojos.

Cuando llegamos a este eslabón de la fe, cuando llegamos a la imagen terrible de un hombre torturado y suspendido en ese madero, con su rostro brutalmente desfigurado, sus espalda machacada y sus extremidades horadadas por los clavos. Preguntamos ¿Dónde estuvo Dios?

Los estudiosos de la fe, a pesar de la diversidad de conclusiones, concuerdan en que Jesús experimentó el más aniquilador de los dolores.

No sólo ser torturado, sino rechazado por su pueblo, traicionado por sus amigos y abandonado.

Jesús declara desde la Cruz: ¡Dios mío, Dios mío! ¿Por qué me has abandonado? ¿Será que en la cruz, Jesús siente tal el abandono de Dios que duda de ser su HIJO? pues en ninguna parte Jesús se dirige a Dios como “Dios mío”, sino “Padre mío”.

Como es propio en la espiritualidad judía, recitar el comienzo del salmo es pensar en el salmo entero. Jesús recita el comienzo del salmo 22.

En este canto, el salmista expresa ante todo, la convicción de que Dios está presente, a pesar de que no se sienta su presencia consoladora.

Posiblemente (Y lo más seguro) es que Jesús sabe que Dios está con él, a pesar de que no lo vea, tanto así, que el crucificado entrega su vida impotente en manos del Dios de la vida: “En tus manos encomiendo mi espíritu”.

Dar ese salto de esperanza, sabiendo que hemos sido sumergidos en esa noche oscura, entregarse desnudo, lleno de heridas a las manos de Dios, es el único y mejor camino del hombre.

En la cruz está la victoria de Dios, está el secreto de la esperanza, la cumbre gloriosa a la que humildemente nuestro Señor nos llama.

En la cruz, está contenido el fracaso de nuestra sociedad, de nuestra humanidad. Los poderes religiosos que pretendían entregar amor, fueron crueles con Jesús, el poder político que pretende entregar justicia, es sumamente injusto con Jesús.

Jesús desenmascara los poderes que reinan en el mundo, los “exhibe en toda su naturaleza cruel, corrupta, morbosa e injusta”, demostrando que una sociedad justa y misericordiosa no puede venir de las manos del ser humano, por eso, humillado hasta el límite, vemos en la cruz a este Dios que nos ama con locura, que nos perdona, que nos acoge y nos entiende. Que nos llama desde su dolor, que ha estado ahí desde que éramos polvo cósmico amándonos y perdonándonos, caminando con nosotros en nuestros fracasos, tratando de encausar los caudales de nuestras soberbias.

Y estará ahí presente cuando lleguemos cada uno de nosotros a nuestra hora final, cuando la franja que separa este mundo del otro se haga visible. Ahí estará Él, con sus manos horadadas, tomándonos de la mano.

Por eso decía Pablo con un corazón palpitante de esperanza:

*«Por tu causa siempre nos llevan a la muerte;
¡nos tratan como a ovejas para el matadero!»*

Sin embargo, en todo esto somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó. Pues estoy convencido de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los demonios, ni lo presente ni lo por venir, ni los poderes, ni lo alto ni lo profundo, ni cosa alguna en toda la creación, podrá apartarnos del amor que Dios nos ha manifestado en Cristo Jesús nuestro Señor. Romanos 8:36-39

Esperanza para el afligido

Ya serán más de 6 años de que no tengo a mi hermano.

Mi mente muchas noches me lo trae de vuelta, pero llega el crepúsculo y se va, se me pierde entre rumbos de sueños de mi niñez.

Sólo Dios sabe qué es de él.

A veces la vida se me pone cuesta arriba, sobre todo cuando veo que mis sueños no se cumplen.

A veces necesito un milagro como antorcha para seguir mi camino en esta llanura.

Pero ¿Qué será un milagro en estos días?

Para algunos, milagro es que Dios haga la voluntad de un hombre, para otros, milagro es que un hombre haga la voluntad de Dios.

Es sanador, en este camino de obediencia, reconocer que nuestros dolores no son de exclusiva pertenencia. Lo único que es único en nuestro dolor, es que las circunstancias que nos movieron a sufrir son particulares, como decía Henry Nouwen: *“La verdadera sanidad proviene del descubrimiento de que tu dolor particular es parte del dolor de la humanidad. Este descubrimiento te permite perdonar a tus enemigos y acceder a una vida verdaderamente misericordiosa”*

Es tu dolor, lo que te permite entrar en contacto con esta condición humana llamada sufrimiento. Desde ahí, te haces parte de los millones de seres humanos que también sufren, desde ahí tienes la oportunidad de optar por la misericordia y el amor, ya que reconoces como se siente el desvalido, el enfermo, el desahuciado, el anciano, el traicionado, el abusado, el estafado, el oprimido. Sufrir y ganar la batalla es pararte en la otra vereda y decirle a los que vienen luchando tras de ti, que se puede, que se puede cruzar el valle de oscuridad, que Dios no estaba ausente, que en el hambre, la desnudez, los peligros y temores, nada nos ha podido separar de su amor incondicional.

Que en nuestras caídas, así como el padre levanta a su pequeño después de trastabillar, así nuestro Padre nos levanta.

Quiero terminar con uno de los pasajes más tiernos y esperanzadores de la literatura universal.

En la obra de J.R Tolkien, “El Señor de los anillos”, en su segundo volumen, “Las Dos Torres”, Sam se encuentra hablando con Frodo, están ya muy lejos del hogar, cansados, casi devastados por el dolor y el miedo. Volver a la seguridad del pasado es casi imposible.

Para aquellos que el peso del cansancio ha transformado el camino en un sendero insoportable.

“Frodo: -A mí no me gusta nada de aquí: piedra y viento, hueso y aliento. Tierra, agua, aire, todo parece maldito. Pero es el camino que nos fue trazado.

-Sí, es verdad-dijo Sam-. Y de haber sabido antes de partir, no estaríamos ahora aquí seguramente. Aunque me imagino que así ocurre a menudo. Las hazañas de que hablan las antiguas leyendas y canciones, señor Frodo: las aventuras, como yo las llamaba. Yo pensaba que los personajes maravillosos de las leyendas salían en busca de aventuras porque querían tenerlas, y les parecían excitantes, y en cambio la vida era un tanto aburrida: una especie de juego, por así decir. Pero con las historias que importaban de veras, o con esas que uno guarda en la memoria, no ocurría lo mismo. Se diría que los protagonistas se encontraban de pronto en medio de una aventura, y que casi siempre ya tenían los caminos trazados, como dice usted. Supongo que también ellos como nosotros, tuvieron

*muchas veces la posibilidad de volverse atrás, sólo que no la aprovecharon.
Quizá, pues si la aprovecharan tampoco lo sabríamos, porque nadie se acordaría
de ellos. Porque solo se habla de los que continuaron hasta el fin”.*