

«El acontecimiento será nuestro maestro interior». Emmanuel Mounier (1905-1950)

INSTITUTO
EMMANUEL
MOUNIER



Revista de pensamiento
personalista y comunitario

ÓRGANO DE EXPRESIÓN
DEL INSTITUTO E. MOUNIER

CONSEJO DE REDACCIÓN

DIRECTOR

Carlos Díaz Hernández

SECRETARIO

Fernando Soler Toscano
acontecimiento@mounier.org

Luis Ferreiro Almeda

Félix García Moriyón

Carmen Herrando Cugota

Luis Enrique Hernández

Julia Pérez Ramírez

Alejandro Rocamora Bonilla

Luis M.ª Salazar García

PRÓXIMOS NÚMEROS

- *El humor*
- *Contra la servidumbre voluntaria*

EDITA: Fundación E. Mounier
c/ Melilla, 10 - 8.ª D
28005 Madrid

☎ 91 473 16 97

http://www.mounier.es

Periodicidad: trimestral

ISSN: 1698-5486

Depósito legal: M-3.949-1986

DISEÑO Y PRODUCCIÓN:

La Factoría de Ediciones

☎ 91 452 94 17

info@lafactoriaediciones.es

IMAGEN CUBIERTA Y PÁG. 27:

© Ana Cristina Martín

IMPRESIÓN: Villena Artes Gráficas

SECCIONES

01 EDITORIAL

POLÍTICA Y ECONOMÍA

03 Los pobres no son moneda de cambio, por Luis Enrique Hernández

06 Dorothy Day: una emprendedora social en la lucha contra la pobreza, por Nuria Toledano

MEDIO AMBIENTE

09 La estrategia de los cuatro grifos, o las matemáticas de la sostenibilidad, por Carlos Díaz

RELIGIÓN

13 La oración de Jesús, por Joaquín Tapia

PENSAMIENTO

15 Cómo meditar sin sentarse ni arrodillarse, por Benito Estrella

18 RINCÓN BIBLIOGRÁFICO

ACONTECIMIENTO autoriza la reproducción total o parcial de los artículos, en forma impresa o digital, siempre que se cumplan las siguientes condiciones: no editar el texto, citar al autor y su institución de referencia (universidad, centro de investigación, etc.) y mencionar que el artículo fue publicado originalmente en **ACONTECIMIENTO**, quedando fuera de esta cesión el uso de aquellas imágenes reseñadas con © *copyright* o cualquiera otra licencia que limite su copia o reproducción.

Se recuerda que los artículos enviados a Secciones no deben superar los 8.000 caracteres contando los espacios. Para Análisis el límite será de 16.000 caracteres con espacios.

ANÁLISIS

El suicidio, una muerte desgarrada

PRESENTACIÓN 26

El suicidio, cuando toda luz se apaga

JOSEP ARAGUÀS REVERTER 27

Algunas reflexiones sobre los datos de suicidio

ANTONIO SAA REQUEJO 31

Vejez y suicidio

ALEJANDRO ROCAMORA BONILLA 35

Acercamiento al suicidio en adolescentes y jóvenes

M.ª ÁNGELES NOBLEJAS DE LA FLOR. 39

Esperanzas frustradas

RAÚL GARCÍA PÉREZ 44

El suicidio: perspectiva ética

ENRIQUE BONETE PERALES 49

Mario, el egocida

CARLOS DÍAZ 52

Entre el puente y el río

LUIS MARÍA SALAZAR 56

Inma

LUIS ENRIQUE HERNÁNDEZ 59

El sentimiento de vacío ante el suicidio de un ser querido

MONTERRAT MONTÉS GERMÁN 61

El desafío de atender a una llamada telefónica de contenido suicida

IMANOL BAGENETA MESSEGUER 62

Editorial

LUIS FERREIRO, PRESIDENTE DEL INSTITUTO E. MOUNIER

Despotismo... imperialismo... guerra

La guerra horroriza de nuevo a Europa: el poderoso Estado ruso, poseedor de armas atómicas, ha atacado e invadido al pueblo de Ucrania provocando la destrucción y la muerte. Ante esto no cabe sino la condena del Estado agresor y el reconocimiento del derecho a defenderse del pueblo agredido. Más allá del auxilio material al pueblo agredido, queda una cuestión polémica que la tibieza e hipocresía de Europa no se atreve a responder: ¿Debe intervenir militarmente Europa en defensa del pueblo ucraniano y plantar cara al agresor en el escenario de la guerra?

Sea cual sea la respuesta, Europa precisa tomar conciencia de la realidad geopolítica y comportarse como un actor protagonista en ese escenario, encarnando decididamente los valores democráticos, lo que significa primeramente erradicar los designios del despotismo plutocrático que lleva mucho tiempo tolerando. Solo así podrá combatir de manera real y creíble a los despotismos políticos que dominan a más de media humanidad.

En el último siglo las democracias occidentales han consentido y promovido a déspotas útiles en todo el mundo. Un repaso por el mapa del mundo basta para comprobar que

Continúa en la página siguiente →

todavía la mayor parte de las naciones están bajo el control de autócratas sostenidos por las potencias occidentales como guardianes de sus intereses. Es, únicamente, una vez que dejan de serles útiles, cuando aparecen Inglaterra, Norteamérica o Francia como héroes que enarbolan la bandera de la libertad y los derechos humanos. Ahí están los ejemplos recientes de Iraq, Siria o Libia.

Los pequeños déspotas son controlables y útiles, son dueños de la vida y hacienda de sus «súbditos», pero los grandes déspotas, además de eso, tienen el designio de controlar el mundo y ante ellos se acaba el valor de las democracias occidentales y campeon sus intereses. Hoy hay dos grandes poderes despóticos, uno es el de Rusia, que ya es imperialista, el otro el de China, que no tardará en serlo. Ante ellos, las democracias son ciegas para los derechos humanos y las libertades.

Rusia no ha conocido otra cosa que el despotismo, primero fueron los zares, luego la dictadura soviética, y ahora la autocracia de Vladimir Putin. Todos ellos se han caracterizado por dos cosas: 1) la ambición que deriva en un **imperialismo** que ha llevado a un feroz expansionismo colonizador, y que ha digerido mal la descolonización. 2) Un miedo que les lleva a desarrollar la **mentalidad de cerco**, sólo hay que mirar el mapa para ver un país rodeado de enemigos reales o imaginarios con salidas ocluidas al mar; en su memoria están mongoles, tártaros, Napoleón, Hitler, etc., de ahí su obsesión por la seguridad.

Si Europa quiere de verdad la paz debe afrontar estos dos problemas, resistiendo la ambición imperial, incluyendo la amenaza militar y la intervención limitada, y dando

garantías de seguridad, sin entregar injustamente a ningún pueblo amenazado.

Hay antecedentes que podrían reeditarse. Tras la muerte de Stalin, con Malenkov como presidente, el gobierno soviético hizo una propuesta el 25 de marzo de 1954, reiterada durante varios años, aceptando la presencia militar de Norteamérica en un sistema de seguridad europeo y proponiendo el ingreso de la URSS en la naciente OTAN. Sin embargo, el secretario de Estado John Foster Dulles y el resto de los halcones de uno y otro lado decidieron declarar la «guerra fría» y lanzarse a la loca carrera de armamentos, crematísticamente más interesante.

Hoy, como entonces, parecería muy ingenuo proponer el ingreso de Rusia en la OTAN y en la Unión Europea, pero mañana podemos lamentarnos de no hacerlo. Así que, yendo aún más lejos, Europa debe ser intrépida y proyectar un futuro de unidad continental: una Europa unida desde Gibraltar a los Urales. Esto requeriría un proceso de desmantelamiento de los poderes despóticos y una construcción de la democracia, todavía pendiente en Rusia. Al mismo tiempo Europa debería desprenderse de la tutela norteamericana. Una Europa, que recurriese a sus mejores ideales, rescataría a Rusia y constituiría un poder independiente, con vocación de frenar los despotismos, aislándolos y acosándolos del mismo modo que está haciendo —insuficientemente— con Rusia.

Pero todo futuro pasa por un presente, y hoy el presente se llama Ucrania, donde la tibieza y el temor no pueden pasar por prudencia, cuando un pueblo es víctima de la atroz e injusta agresión de un Estado despótico e imperialista.

BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN POR DOMICILIACIÓN BANCARIA

Fotocopie y envíe este formulario

Para enviar a la Fundación E. Mounier (Melilla, 10 - 8.º D / 28005 Madrid)

Nombre _____ Apellidos _____

DNI _____

Domicilio _____

Población _____ Provincia _____ C.P. _____

Correo electrónico _____

Banco o Caja _____

Domicilio de la entidad _____ C.P. _____

Código IBAN (International Bank Account Number) (escriba todos los números)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Importe: _____ €, que corresponden a (marque lo que corresponda):

☐ Suscripción a la revista *Acontecimiento* (4 números, 16,00 €)☐ Cuota de socio del Instituto Emmanuel Mounier (desde 35,00 €/año)

(la cuota incluye la suscripción a Acontecimiento).

Para enviar a su Banco o Caja

Lugar y fecha _____

Banco o Caja _____

Domicilio de la entidad _____

C.P. _____

Agencia N.º _____

N.º de cuenta _____

Sr. Director de la Sucursal:

Le ruego que, hasta nuevo aviso, se sirva abonar los recibos presentados por la Fundación Emmanuel Mounier con cargo a mi C/C o Libreta de Ahorros.

Firma: _____

Titular _____

Domicilio _____

Población _____ C. P. _____

Luis Enrique Hernández

Miembro del Instituto E. Mounier

Animador de Cáritas rural durante 25 años

LOS POBRES NO SON MONEDA DE CAMBIO

Tradicionalmente se ha entendido como pobre a aquella persona o grupos de personas que carecen de los suficientes recursos económicos para llevar una vida digna. De esta forma, la imagen que se nos sugiere inmediatamente es la de una persona pidiendo en la calle o en la puerta de una Iglesia en actitud humilde, vergonzosa, a veces humillada. Este criterio de *pobre económico* ha sido el referente que ha funcionado tradicionalmente en nuestra mente para entender al pobre e intentar atender su situación de pobreza. Pero esta forma de entender al pobre ha llevado a comportamientos limosneros, asistencialistas, en una actitud más paternalista que solidaria. De hecho durante muchos años, hemos tenido un cartel en la puerta de *Cáritas* que decía: «Si tienes da, si no tienes, pide», como si todo se tratara de un toma y daca.

Es en la década de los 60 cuando la realidad del pobre irrumpe con fuerza en la sociedad, en la Iglesia, en las ciencias sociales y en la Teología. En esta época comienza la crisis del desarrollismo: ya tenemos cubiertas bastante de nuestras necesidades básicas, frigoríficos, cocinas, la deseada lavadora, incluso un 600. Y es también el momento del ascenso de los movimientos populares. Se empieza a tomar conciencia de que la pobreza no es una fatalidad del destino o consecuencia merecida del vicio y de la mala disposición de las personas, sino producto, fundamentalmente de la injusticia, y del fallo de la organización social. La mera existencia de la pobreza denuncia la injusticia existente en la propia sociedad. Dos acontecimientos importantes: primero en la II Conferencia General del Episcopado Latinoamericano de Medellín en 1968 y más tarde en III Conferencia Episcopal celebrada en Puebla en 1979. La irrupción de los pobres y la opción preferencial por ellos dará nacimiento primero en América Latina y luego en todo el mundo a la Teología de la Liberación.

La asistencia puede tener su sentido en una situación de urgencia: a quien le están echando de su casa por no pagar

el alquiler, a quien hoy no podrá comer si no le damos algo que llevarse a la boca, *pero ahí no puede terminar nuestra atención*. Mantener esta estrategia de atención a los pobres no resuelve el problema de los pobres, es perjudicial porque termina enquistando la pobreza, devalúa a la persona, porque reducimos al pobre a mero receptor de ayudas, inhibiéndole de su protagonismo en atender su propia situación, y nos hace cómplices con el sistema injusto que origina la pobreza, a quien evitamos que tome medidas eficaces que radiquen la necesidad de los pobres, porque ya nos encargamos nosotros de atenderlos. De hecho, es la razón de ser de muchas organizaciones altruistas, solidarias, caritativas. Es escandaloso comprobar cómo los portavoces de estas instituciones, cuando informan a los medios de comunicación de su labor, enarbolan como criterio de éxito y de mejor hacer el haber atendido a más pobres que el año pasado. ¿Éxito? o fracaso social.

Cuando progresivamente empezamos a indagar en el origen, en las causas y las consecuencias de la pobreza, nos damos cuenta de que hay muchos tipos de pobreza, que quizá, la mayoría de ellas, también acaban desencadenando una pobreza económica, pero el origen, las causas de esa carencia es muy diverso: Así por ejemplo, nos encontramos que hay personas *marginadas*, que incluso pueden disponer de recursos económicos, algún trabajo precario, pero debido a varias circunstancias no se les permite entrar en el entramado social. Tal vez por su raza, por no tener papeles, por su cultura, por su religión, por falta de habilidades sociales para entrar en sociedad, lo cierto es que son personas que no cuentan, a las que se las aísla en una forma de vida paralela. No hay sitio para ellos en nuestra sociedad.

Están también los *excluidos*, personas sin capacidad económica, sin trabajo, sin relaciones sociales. Mendigos, sin techo, inmigrantes sin papeles, no tienen cabida en nuestro modelo social, por lo que ni siquiera tienen acceso a las ayudas que la administración habilita para vivienda y otras necesidades básicas. Los pobres son un estorbo. Por eso nos viene bien que existan

organizaciones e instituciones que se encarguen específicamente de los pobres para permitir al sistema rodar sin interferencias. Son los sobrantes, los desechables que diría Francisco. Son los que *Cáritas* en un reciente informe anunciaba que habían ascendido con la pandemia de 8 millones a 11 millones y los 4 millones de pobres de pobreza severa que han aumentado a 6 millones. 4 de cada 10 hogares en España padecen algún tipo de carencia que limita su situación de vida. Pero es en el mal llamado Tercer Mundo (porque que yo sepa solo hay un solo mundo en el que habitamos todos) donde están *los pobres con mayúsculas*: aquellos cuyo delito ha sido nacer en un país pobre de naturaleza y empobrecido por los intereses de los poderosos, aquellos que no tienen nada y no pueden plantearse una vida digna, porque todos los días tienen que luchar por la mera supervivencia, aquellos que como diría Eduardo Galeano *valen menos que la bala que los mata, los nadie*. Aquellos que son invisibles porque sus problemas y necesidades no existen para el resto de la humanidad.

Parte de ese tercer mundo llegan como inmigrantes, incómodos en nuestro mundo satisfecho y ni siquiera somos capaces de acoger por humanidad. A lo sumo con cuentagotas. Son los *refugiados* que han tenido que abandonar su país para poder sobrevivir a la situación política, a las persecuciones, a la falta de futuro, al hambre y a la muerte y a los que nosotros les ponemos muros, alambres de espino, concertinas, dificultades administrativas, que les impiden trabajar y desarrollarse como personas por ser «ilegales» son los *pobres administrativos*: personas jóvenes, válidas para trabajar, a las que además necesitamos para atender a nuestros mayores, para cotizar para nuestras pensiones, para recoger el fruto de nuestros campos, pero por su situación de irregularidad administrativa, no pueden trabajar aunque quieran y aunque tuvieran trabajo, no tienen derecho a ayudas y quedan sometidos a situaciones de explotación de mafias para realizar pequeños trabajos marginales, top-manta, mercadillos ambulantes para sobrevivir.

Lo trágico es que esta pobreza es interiorizada por el pobre, quien termina considerándose a sí mismo como un sub-humano, y una sub-persona. Descubrimos en ese tercer mundo a los *oprimidos*, con frecuencia perseguidos y maltratados en su propio país, niños

explotados en trabajo infantil, hombres con salarios de hambre y mujeres amenazadas, explotadas sexualmente, esclavizadas, vendidas, que no les cabe otro recurso que la emigración para sobrevivir. La pobreza de la mujer oprimida con demasiada frecuencia por el machismo intransigente y violento, enfermizo, lleva a la mujer y a sus hijos a vivir situaciones de gran dramatismo, con serio peligro para sus vidas. La *trata de mujeres*, en la que se les considera como objeto que se puede comprar y vender en el mercado de la prostitución con falsas promesas de empleo que derivan en tráfico de personas para el mercado del sexo. Otro tipo de pobreza, hasta ahora ocultada es la *discriminación sexual*, derivada de la identidad de género, del rechazo que sufre con frecuencia las personas *trans*, homosexuales, la demonización del colectivo LGTBI, que lleva a situaciones agresivas, violentas, con dificultad de integración social, con problemas psicológicos.

Hablamos también de los temporeros agrícolas trabajando de sol a sol por salarios de hambre. La nueva esclavitud se realiza sin mala conciencia, porque el Mercado, todo lo justifica.

También están en la lista de pobreza los *enfermos*, especialmente los crónicos, dependiendo siempre de los demás, condicionando gravemente la vida de la familia y de las personas que te rodean. En este aspecto de pobres por enfermedad podemos señalar a los afectados por *adicciones de todo tipo*, drogas especialmente, cleptómanos, ludópatas, alcohólicos, y las dramáticas situaciones que crean para ellos y las personas que les rodean. Igualmente podemos analizar dentro de las pobreza por enfermedad a los *pobres psicológicos*, aquellos que por su situación psicológica y su actitud ante la vida, se ven sin recursos para enfrentarse a la vida para afrontar dificultades, para abrirse camino. Los que sufren depresiones, con frecuencia con riesgo de suicidio. (3 veces más fallecidos por suicidio que por accidentes de tráfico).

Entre los pobres nos encontramos con los *mayores, sin recursos o con pensiones muy bajas*, insuficientes, especialmente si viven en el medio rural y en un momento de su vida en el que necesitan de forma especial de ciertos recursos, y Servicios: Atenciones Sanitarias, médicas, transportes para poderse desplazar, ya que ellos no pueden conducir ya, y necesitan depender de otras personas. Las cajas de ahorros, el cura, el acceso a nuevas

tecnologías. Aspectos importantes en sus vidas que van perdiendo.

La soledad es otro de los dramas que viven los mayores. Mayores viviendo solos, por no tener familia o tenerla lejos, con frecuencia sus amigos de siempre han fallecido o están en su misma situación de dependencia. Se dan casos de situaciones como la de llevar varios días muerto en casa, sin que nadie te eche en falta. Los mayores necesitan de estímulos en sus vidas: animación, acompañamiento. A los hogares de tercera edad ya no va nadie o van solo a jugar a las cartas o ver la TV para no gastar en calefacción en casa.

Nos encontramos con una pobreza que con frecuencia no se ve o no se entiende como pobreza en las estadísticas oficiales de la administración, lo cual hace que sea doblemente pobreza por ser invisible. Me refiero a *la pobreza estructural de los pueblos a la España vaciada y olvidada, al medio rural*. Con frecuencia no se contempla como pobreza en los estudios que se han venido haciendo, porque su patrimonio en tierras, y sus pensiones, (la mayoría de los habitantes de los pueblos son jubilados) en un análisis cuantitativo y economicista, da como resultado un nivel de ingresos (renta per cápita) al menos suficiente para no entender al mundo rural como pobre. Nadie va a preguntar si esas tierras de las que se dispone dan ya rendimiento suficiente para vivir, o se han abandonado por no poder atenderlas, o si esas pensiones mínimas que se cobran dan para pagar desplazamientos y atenciones que en una ciudad las tendrían en la propia localidad. Hay pereza para analizar que la pobreza de los pueblos es una pobreza estructural, de falta de servicios, de futuro, de juventud, de inversiones, de calidad de vida, de animación, de cultura, de formación, de relación humana... Una pobreza llena de soledad, de incertidumbre, de tristeza y abandono y además una pobreza invisible.

También está la *pobreza ecológica*, medioambiental: sequía, inundaciones, contaminación, calidad del aire que originan enfermedades (2 mil millones de personas en el mundo sufren hambre por la sequía y el cambio climático).

Estos son algunos perfiles de pobreza, con los que simplemente pretendo ampliar la mirada. Además, sabiendo que una pobreza nunca viene sola: una pobreza psicológica lleva a una pobreza social, que deriva en una pobreza laboral, y termina siendo económica. La pobreza llega a heredarse. Pobre es toda aquella persona o grupo que por distintas circunstancias padecen una situación personal o estructural que les impide realizarse como persona y desarrollar una vida digna. Y este marco de referencia debemos aplicarlo a cada situación que encontramos. En cualquier caso, la existencia de cualquiera de estas situaciones de pobreza son el mejor detonante para demostrar que algo marcha mal y que hay que darle remedio lo antes posible.

En conclusión: La pobreza no es, fundamentalmente, consecuencia de las faltas propias, de la incapacidad humana, sino fruto de la violencia de la injusticia y del robo. Cuando los bienes son los que son, quien tiene más, es que se ha quedado con la parte que le corresponde al que tiene menos y por tanto devolvérselo a través las múltiples formas existentes para distribuir equitativamente las riquezas, no es un acto de solidaridad, sino de justicia.

El pecado social hace visible en la Historia la Idolatría del dinero, del poder, del *becerro de oro*, como raíz de ese pecado social. El pecado social tiene una característica y es que se hace con buena conciencia. Cuando se llevan a cabo situaciones de opresión, de explotación, de injusticia que de alguna forma benefician nuestra situación de confort, las damos por buenas, o las admitimos con indiferencia ya que no soy yo quien realmente produzco esos actos perversos y crueles, sino la estructura social que somos todos y no somos nadie (quizá en esto consista el famoso pecado original que contraemos al nacer en una sociedad opulenta e injusta). Desde una visión cristiana, la realidad del pobre nos hace tomar conciencia de la pobreza como pecado, sobre todo como pecado social y estructural. La credibilidad misma de Dios como el Dios de Vida se juega por tanto en la lucha diaria por superar la pobreza en todas sus formas.

Nuria Toledano

Doctora en Ciencias Económicas y Empresariales

Profesora Titular del área de organización de empresas, Universidad de Huelva

DOROTHY DAY: UNA EMPRENDEDORA SOCIAL EN LA LUCHA CONTRA LA POBREZA

Artículo publicado originalmente en
The Conversation, <https://theconversation.com/es>

La pobreza es una realidad fácil de reconocer. Son obvias muchas de sus caras: personas sin hogar, sin alimentos, sin oportunidades... No obstante, no todo sobre la pobreza resulta fácil de explicar. Las formas de luchar contra ella a veces sobrepasan los razonamientos lógicos y científicos para adentrarse en el campo de la moral y la justicia.

El 17 de octubre se conmemora el Día Internacional para la Erradicación de la Pobreza. Esta fecha invita a pensar en algunas contribuciones personales que han servido para aminorar este mal del que todos somos testigos y quizás también algo responsables.

En este contexto, nos acercamos a la figura de Dorothy Day (1897-1980), una mujer que dedicó su vida a luchar contra la pobreza. Su contribución ha sido afirmada por el Vaticano; en 1996 fue declarada Sierva de Dios por Juan Pablo II y recientemente se han dado los primeros pasos formales para reconocer su santidad.

Por su forma de afrontar las necesidades y sufrimientos que acompañan a la pobreza, también podríamos referirnos a ella como un ejemplo singular de emprendedora social.

LA POBREZA EN EL MUNDO Y EL AGRAVANTE DE LA COVID-19

Hablar de la pobreza obliga a apuntar algunos datos que ponen de manifiesto la magnitud del problema. Según el Banco Mundial (BM), 1,90 dólares al día marcan la línea internacional de la pobreza extrema. Ese es el nivel por debajo del cual una persona no podría satisfacer sus necesidades mínimas en términos de nutrición y es considerada pobre. En un reciente estudio el BM ha estimado que, para finales de 2021, la ratio de pobreza extrema podría llegar a aumentar

en 150 millones de personas, situándose por encima de los 700 millones.

Indudablemente, la COVID-19, además de generar enfermedad y muerte, ha sido portadora de pobreza. Se estima que entre 720 y 811 millones de personas habrían pasado hambre durante 2020. A consecuencia de la pandemia, la prevalencia de la desnutrición pasó, en solo un año, del 8,4 % al 9,9 %, lo que nos aleja de los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030, en la que poner fin a la pobreza en todas sus formas aparece el primero de ellos. En términos relativos, África continúa siendo el continente más afectado por el problema del hambre, alcanzando a un 21% de la población.

MÁS ALLÁ DE LAS CIFRAS: EL COMPROMISO Y LA ACCIÓN

Pero además de saber cuántas personas sufren a consecuencia de la pobreza, es importante entender cómo se sienten, cuál es su historia y qué anhelan para ayudar a paliar su situación del modo más apropiado.

A este respecto, el Papa Francisco recordó hace poco unas palabras de Primo Mazzolari, un sacerdote que situó a los pobres en el centro de su trabajo pastoral:

Quisiera pedirles que no me pregunten si hay pobres, quiénes son y cuántos son, porque temo que tales preguntas representen una distracción o el pretexto para apartarse de una indicación precisa de la conciencia y del corazón».

(*Adesso n. 7* – 15 abril 1949).

En efecto, las estadísticas, aunque necesarias para conocer el problema y adquirir una perspectiva de su complejidad, pueden distraer del conocimiento de las personas que se encuentran en situación de pobreza.

Amartya Sen, premio Nobel de Economía 1998 y recientemente galardonado con el premio Princesa



Dorothy Day en 1916. Wikimedia Commons

de Asturias de Ciencias Sociales 2021, advierte que no se puede trazar una línea de pobreza y aplicarla a todos por igual sin tener en cuenta las características y circunstancias personales y, en definitiva, las historias en las que se hallan inmersas las personas y los lugares.

Dorothy Day mantuvo este anhelo por conocer a las personas más desfavorecidas en su propio contexto y circunstancia. Como emprendedora social singular, abordó el problema de la pobreza inspirándose en los valores del cuidado mutuo y la amistad.

UNA LUCHA RADICAL Y EXISTENCIAL CONTRA LA POBREZA

Nacida en Brooklyn, Nueva York, Dorothy Day fue periodista y activista social antes de convertirse en una de las representantes contemporáneas más notables del compromiso y la acción contra la pobreza de la Iglesia Católica.

Fue cofundadora y principal impulsora del Movimiento del Trabajador Católico, el cual promovía la ayuda a los más necesitados. En el origen de dicho Movimiento encontramos el periódico *The Catholic Worker*, fundado el 1 de mayo de 1933.

The Catholic Worker servía de plataforma de denuncia contra las estructuras sociales y económicas que fomentaban o permitían las injusticias sociales. Con todo, el trabajo intelectual de Day pronto acabó convertido en un movimiento más extenso de ayuda, del que cabe destacar la creación de las *casas de hospitalidad*.

Las *casas de hospitalidad* (inspiradas en los antiguos hospicios) se establecían en las zonas más pobres para ofrecer ayuda a sus habitantes. La primera de ellas fue el propio apartamento de Dorothy Day, convertido en un sitio donde compartir comida, ropa y, cuando era posible, un espacio para dormir. Actualmente, hay alrededor de doscientas de estas casas desperdigadas por el mundo.

UNA FILOSOFÍA DE VIDA

La filosofía del Movimiento del Trabajador Católico hunde sus raíces en el personalismo comunitario, una corriente filosófica surgida en Francia en los años treinta del siglo XX de la mano de Emmanuel Mounier y Jacques Maritain que promueve los derechos humanos y la doctrina del bien común de Santo Tomás de Aquino.

Para el personalismo comunitario es fundamental forjar un entorno de amor, confianza y cuidado que posibilite la creación de relaciones profundas de amistad. Precisamente, el aspecto distintivo de las *casas de hospitalidad* es que en ellas comparten la vida benefactores y beneficiarios, de modo que las posibles barreras entre unos y otros desaparecen.

Según explicaba Day en su autobiografía, *La Larga Soledad*, un aspecto crucial de las casas de hospitalidad



*Dorothy Day House, casa de hospitalidad en Seattle (EE.UU.).
Wikimedia Commons / Joe Mabel, CC BY-SA*

era el tiempo dedicado al otro mediante la escucha activa. Ello ayudaba a superar los razonamientos individuales al buscar soluciones a la pobreza, implicando a la persona necesitada, de algún modo, en la búsqueda de su mejor alternativa.

QUÉ HACER Y CÓMO EN LA LUCHA CONTRA LA POBREZA

Pese a los avances científicos y tecnológicos de las últimas décadas, la erradicación de la pobreza sigue siendo un problema complejo. Sin embargo, ello no exime al conjunto de la sociedad de la responsabilidad de buscar caminos que contribuyan a su fin.

En el marco de dicha búsqueda, hace años que se habla de las acciones de los emprendedores sociales para hacer frente al problema de la pobreza. No obstante, llevar a la práctica este emprendimiento requiere mucho más que la creación de una empresa o una organización con fines sociales. Demanda esfuerzo y sacrificio continuos en un doble sentido: primero, con la renuncia a necesidades propias, y segundo, con la apertura para compartir las necesidades ajenas.

Dorothy Day compartió la lucha y el sufrimiento de los pobres, generando así una fraternidad que sentaba las bases para la creación de una sociedad más justa y solidaria. Otro de sus propósitos fue hacer surgir el sentido de responsabilidad individual entre los más cualificados, para que fueran capaces de percibir y atender las necesidades sociales de los más desvalidos.

Por tanto, en cierta manera, además de emprendedora social, Dorothy Day fue una promotora de este tipo de acciones; ella animaba a todos a aprender a vivir desde una posición en la que la aflicción ajena y las capacidades propias se compartían.

En este sentido, el papel que puede jugar la formación emprendedora es fundamental, no solo a través de programas de aprendizaje y apoyo a estudiantes, sino también a través de colaboraciones con el profesorado o con aquellos que puedan ejercer como tal en los entornos castigados por la pobreza.

De esta forma, las personas más necesitadas podrían cooperar y compartir con los que están en situaciones más ventajosas el trabajo de discernir e implementar soluciones que permitan avanzar en el largo camino de la erradicación de la pobreza.

Carlos DíazChief Sustainability Officer
SAP EMEA South

LA ESTRATEGIA DE LOS CUATRO GRIFOS, O LAS MATEMÁTICAS DE LA SOSTENIBILIDAD

UNA HISTORIA SENCILLA, UN COMPLEJO DRAMA

Nos fascina la simplicidad. Nos encanta el drama: historias con ganadores y perdedores. Pero esta es exactamente la historia de la sostenibilidad. El cambio climático es el drama, nosotros somos los perdedores. Ahora exploramos esta historia de la mano de una simple ecuación. Nos acercamos a las matemáticas de la sostenibilidad.

¿LA TRAGEDIA DEL BIEN COMÚN?

Si hablamos de ecuaciones es porque hay «variables», dimensiones que pueden tener diferentes valores. Dependiendo de esos valores tendremos una o varias soluciones, ninguna solución o incluso un número infinito de soluciones. Esa variable somos nosotros, nuestro comportamiento en este planeta. ¿Será sostenible o insostenible?

En los últimos cien años hemos hecho grandes avances en la resolución de muchas otras ecuaciones: esclavitud legal, derrames de petróleo, infecciones por VIH, mortalidad infantil, pena de muerte, gasolina con plomo, derrames de petróleo, muertes por accidentes de avión, armas nucleares, hambre, agotamiento de la capa de ozono, viruela, trabajo infantil, derecho al voto de las mujeres, democracia, alfabetización, cobertura eléctrica... Ahora tenemos la oportunidad de resolver la ecuación más difícil de la historia de la humanidad. Nuestro comportamiento sostenible o insostenible determinará cómo y cuándo ganaremos la batalla contra el cambio climático.

Muchas veces se nos dice que la situación del cambio climático puede describirse como «la tragedia del bien común», una situación en la ciencia económica en la que los individuos, que tienen libre acceso (sin reglas formales) a un recurso, actúan de forma independiente de acuerdo con su propio interés y, contrariamente al bien común, provocan el agotamiento del recurso a través de su acción descoordinada.

Esos individuos somos todos nosotros, el recurso es nuestro planeta, en concreto nuestra atmósfera. Según «la tragedia del bien común», todos perdemos si no nos ponemos de acuerdo en acciones coordinadas sobre los recursos comunes.

En el año 1900, solo el 0,03% de la superficie terrestre estaba protegida como parques nacionales. Hoy es el 14,7%. En 1980, solo el 58% de la población mundial tenía acceso al agua potable. Hoy es el 85%. Podemos controlar la tierra y el agua con decisiones locales, porque son recursos locales. Sin embargo, esto no funciona con nuestra atmósfera, que es un recurso común y al que por lo tanto se le aplica «la tragedia del bien común». No podemos controlar la concentración de CO₂ en la atmósfera porque para bien o para mal, el aire se mezcla muy bien y el CO₂ que se produce hoy en España puede estar flotando en el aire de Rusia en unos días. Adicionalmente el CO₂ que se produce hoy en China se suma al que se produjo en Inglaterra a finales del siglo XIX. El impacto sobre este bien común no sabe de lugares ni de fechas. Por lo tanto no todo el medioambiente es igual y no es lo mismo vivir cerca de un parque natural con agua limpia y saludable que en una zona industrial contaminada sin acceso a agua potable. Ambos ciudadanos respiran la misma cantidad de CO₂ y están sujetos a «la tragedia del bien común» pero viven en condiciones muy diferentes.

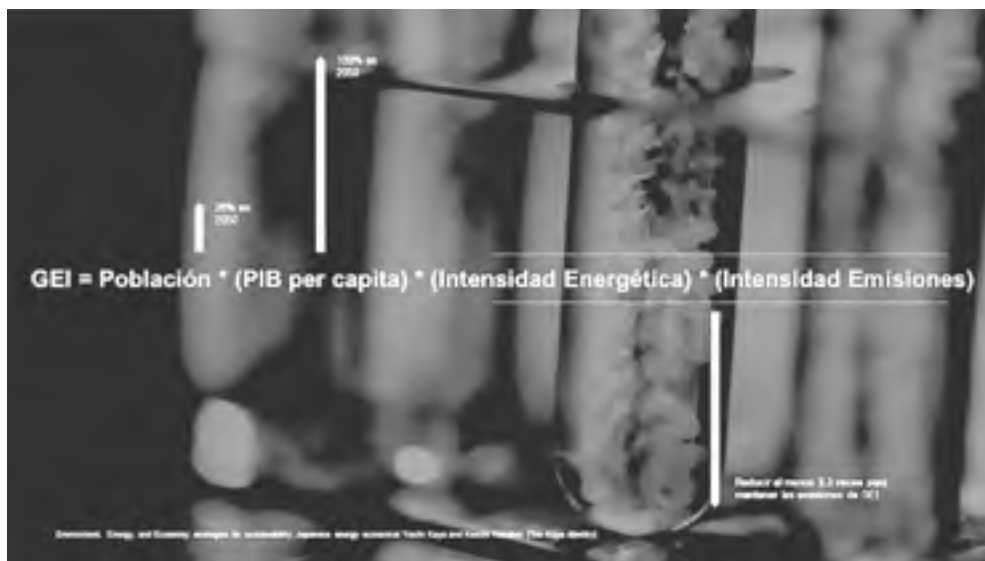
Pero hemos hablado de una ecuación, para entender en profundidad el problema.

LA ECUACIÓN DE KAYA

El indicador más representativo del cambio climático (por supuesto no el único), es la concentración de CO₂ en la atmósfera. El CO₂ es uno de los gases de efecto invernadero (GEI) que calienta el planeta. Introducimos por lo tanto la ecuación que describe cómo generamos estos gases, la ecuación de Kaya: $GEI = P \star (PIB/P) \star (E/PIB) \star (GEI/E)$, donde hay cuatro elementos clave:

- **Población (P)** La población mundial es actualmente de alrededor de 7.700 millones y, según estimaciones de la ONU, alcanzará los 9.700 millones en 2050 y los 10.900 millones en 2100.
- **PIB per cápita (PIB / P)** La OCDE proyecta que el PIB per cápita mundial aumentará un 2,3% anual entre 2020 y 2050.
- **Intensidad energética de la economía (E / PIB)** La intensidad energética de la economía de 1990 a 2015 ha decrecido un 68% (necesitamos menos energía para producir y distribuir lo que consumimos).

- **Intensidad de las emisiones de la producción de energía (GEI / E)** (cuántos GEI emitimos al producir energía, lo que depende principalmente de si la energía que producimos es o no es limpia). La intensidad energética de la economía de 1990 a 2015 ha mejorado un 332% (en este periodo hemos sido capaces de producir más energía limpia). Sin embargo este es el panorama que nos deja la ecuación:



Si damos por hecho el crecimiento en los dos primeros factores, deberíamos ser capaces de reducir al menos 2,3 veces el producto de los otros dos factores para seguir emitiendo lo mismo que emitimos a día de hoy. Este sería el escenario *business as usual* que nos llevaría muy lejos de cualquier opción de un planeta habitable. No nos olvidemos que las concentraciones de GEI son aditivas en la atmósfera, i. e. que cualquier cantidad de GEI que emitamos se suma a lo ya presente, agravando el problema.

O dicho de otro modo, para cumplir el objetivo de 2 °C de París (el de 1,5 °C es ya una entelequia), el ritmo anual de disminución de la intensidad energética del PIB debe casi duplicarse mientras que el ritmo anual de disminución de la intensidad de las emisiones de la producción de energía debe multiplicarse casi por cuatro. Ahí es nada.

LA ESTRATEGIA DE LOS CUATRO GRIFOS

Pero no podemos andar por ahí con una fórmula tan difícil de explicar, difícil de recordar y que no invita

al cambio. Por eso queremos presentar la «estrategia de los 4 grifos» para parar el cambio climático:



Repitamos la misma ecuación, pero en este caso para hacernos preguntas más sencillas cuestionando lo que parece incuestionable en cada uno de sus términos: $GEI = P \star (PIB/P) \star (E/PIB) \star (GEI/E)$.

■ **Población (P)** Pregunta básica: ¿es bueno o malo un aumento de la población total? Que no se me malinterprete, me encantan los niños y las familias numerosas y felices. Pero esto son matemáticas sencillas. El factor P multiplica todos los demás factores. Más P significa más GEI. Necesitamos asegurarnos de que todos los niños tengan una oportunidad decente de recibir educación, atención médica y oportunidades, pero no podemos limitarnos a seguir las predicciones de crecimiento de la población. Necesitamos invertir en educación para el control de la población. Necesitamos políticas públicas que no incentiven el crecimiento poblacional.

■ **Consumismo: crecimiento del PIB per cápita (PIB / P)** Pregunta básica: ¿Crecimiento sin fin en un planeta finito? Nos educan para percibir que el dinero es bueno. Más dinero es mejor. Sin embargo, aquí hay una clara distinción. No estamos hablando de dinero o riqueza; estamos hablando de PIB. Y no todo el PIB es bueno ni sostenible, no todo el crecimiento es sostenible. Necesitamos recomendar a las empresas que fomentan el crecimiento sostenible. En pocas palabras: necesitamos alejarnos del consumismo y reestructurar el consumo. Reutilizar más, intercambiar y reparar productos rotos antes de pensar en comprar nuevos. Necesitamos que los productores adopten la economía circular, que creen plataformas para abordar nuevas oportunidades en programas que den a los objetos una «segunda vida». Necesitamos políticos para acelerar la legislación e inspirar a las empresas y

los ciudadanos a transformar una sociedad que no esté obsesionada con los indicadores del PIB sino con los indicadores más amplios que aborden e incluyan mejores intereses.

- **Intensidad energética de la economía (E / PIB).** Pregunta básica: ¿Cómo podemos seguir consumiendo mientras minimizamos la energía necesaria para consumir? Una vez más, tenemos la solución en nuestro comportamiento. ¿Y si consumimos productos de proximidad? ¿Y si consumimos productos reciclados? ¿Qué pasa con los productos de embalaje de baja densidad? ¿Qué tal un mejor sistema de etiquetado para que entendamos la intensidad energética de los productos que compramos? ¿Qué pasa con los nuevos impuestos para los que contaminan mucho? ¿Qué hay de comer menos carne (semanas sin carne)? ¿Y carne con menor huella (pollo)? ¿Reducir nuestro consumo de productos lácteos?

Consumidores, productores, distribuidores, políticos... Esto también está en nuestras manos, pero requiere atención y una profunda transformación interior para reconvertirnos como consumidores, para revisar nuestros valores.

- **Intensidad de las emisiones de la producción de energía (GEI / E).** Pregunta básica: si sabemos que la concentración de CO₂ en la atmósfera es la principal amenaza que puede poner en riesgo a la humanidad; si sabemos que es más barato arreglarlo ahora que más tarde; si sabemos que más tarde puede ser irreversible,... ¿por qué no actuamos? La solución más efectiva es simple: mantengamos el carbón y petróleo bajo tierra. Desincentivemos la exploración y extracción para minimizar la intensidad de producción de energía. Apoyemos más decididamente la energía del cielo y no la del infierno. He simplificado demasiado la respuesta, puesto que seguimos necesitando del petróleo en nuestro «mix energético» en muchas funciones donde las energías renovables no son la respuesta adecuada, pero sin duda estamos complicando demasiado la solución. La transformación de la industria del petróleo y el gas tiene que ser acelerada normativamente.

POSTURAS: PIB, GEOINGENIERÍA, PESIMISMO-DE-LA-RAZÓN-OPTIMISMO-DEL-CORAZÓN

Postura *business as usual*. Si deseas ignorar los efectos del cambio climático en la salud, las migraciones, la seguridad del agua, los ecosistemas y la supervivencia de las especies, y lo que es más importante, las guerras nucleares causadas por el cambio climático y sigues creyendo que es más importante el crecimiento del PIB... Sugeriría revisar los modelos económicos más allá de ciertos umbrales de temperatura causadas por el cambio climático: fuertes caídas en la oferta de mano de obra, la productividad, el rendimiento de los cultivos... Estos modelos indican que un aumento en la temperatura promedio de alrededor de 3,5 °C, en relación con la época preindustrial, reduciría el nivel del PIB mundial en alrededor de un 23% en 2100.

Postura *Geoingeniería*: Si quieres creer en la geoingeniería para resolver nuestros problemas relacionados con el clima, me gustaría entender si apostarías la resolución de tus propios problemas a innovaciones que todavía no existen o preferirías resolverlos con herramientas que tienes a mano.

Pero si eres una de esas personas que, a pesar de todos los datos, cree que la solución está en nuestras manos... estás entrando en el terreno de la fe. La fe en el ser humano para conseguir un mundo sostenible.

PESIMISMO-DE-LA-RAZÓN-OPTIMISMO-DEL-CORAZÓN

Presta atención a las matemáticas de la sostenibilidad nuevamente. Ahora mira tu vida y asume las responsabilidades como consumidor, como ciudadano, como miembro de la familia, como amigo. Cerrar un poco cada grifo. Cada día. En tu viaje hacia un futuro sostenible, no aspire a ser perfecto, aspira a ser mejor. No aspire a dar lecciones, aspira a aprender. No intentes ir contra nadie, intenta proteger a todos. Es un viaje apasionante, enriquecedor, contagioso. A mí me lo contagió mi hermana Esther. No hay nada mejor que contagiarnos en comunidad.

Joaquín Tapia
Sacerdote

LA ORACIÓN DE JESÚS

Marcelino Legido López (1931-2016) fue un sacerdote incardinado en la diócesis de Salamanca. Nació en un pueblo pequeño de la provincia de Ávila, San Esteban de Zapardiel, en la zona agrícola (de regadíos) conocida como la 'Moraña', entre Madrigal de las Altas Torres y Arévalo. Tras sus estudios correspondientes en la escuela local de san Esteban y en el Instituto comarcal de Arévalo, fue en la Universidad de Salamanca donde inició y culminó sus estudios, primero acerca de lo que entonces se conocía como Filosofía y Letras y después en el área de la Teología. En ambas materias alcanzó brillantemente el doctorado correspondiente. Y, tanto para filosofía como para teología, buscó en Alemania la claridad y profundidad de los mejores maestros del momento. Llegado a esa meta decisiva en toda existencia humana, lo dejó todo a un lado, se ordenó sacerdote y pidió ser enviado a una parroquia pobre en pleno mundo rural salmantino junto a la frontera de Portugal.

Su meditación orante y callada y los estudios le llevaron a un conocimiento de las Sagradas Escrituras que llegó a ser realmente admirable. Su biografía está esperando una pluma ligera que pueda poner al alcance de los más sencillos (a los que él siempre quiso entregarse como apóstol del Señor Jesús) lo que este hermano significó y lo que sigue significando para la Iglesia de hoy. Ante este tiempo bien complejo en todos los sentidos que nos ha sido dado vivir, Marcelino puede representar, casi con evidencia de creyentes, para todos nosotros la figura de un profeta del Señor Jesús, Hijo de Dios, y de los pobres, siempre sus hermanos preferidos. Marcelino Legido puede ser visto como un enviado que, en particular, a los creyentes en Cristo y, en general, a todos los hombres de hoy tiene mucho que decirnos. Cuantos tuvimos el privilegio de conocerle de cerca y cuantos no han oído hablar de él, deberíamos todos saber que en su figura ya histórica, en el marco de la espera del Reino de Dios que está viniendo, hay un espejo único. Un límpido y transparente espejo

de lo que Dios quiere ser para los pobres y de lo que los pobres son, como privilegiados de nuestro Dios encarnado. Así, Marcelino Legido nos sitúa en el corazón mismo del Evangelio: Mc 1,1; Lc 4,16-21. Sería bueno que todos nosotros pudiéramos permanecer en el más estrecho seguimiento de las huellas del Nazareno precisamente a causa del retardo en la llegada de ese Reino de Dios que Él anunciaba. Sigue siendo perentoria la auténtica 'evangelización' de tantas realidades como nos están sucediendo y que son difíciles de comprender en el marco de la Historia Sagrada. Porque precisamente hoy seguimos en la tensa espera del Señor que viene como Salvador. Y creo que no se puede permanecer en actitud pasiva o de «brazos cruzados». Como si no hubiera otra cosa que hacer mientras llega Jesús de nuevo. Hay mucho que preparar, activamente y con la creatividad de los creyentes comprometidos junto al Crucificado que ha Resucitado. Hay mucho qué hacer mientras crece y se fortalece la esperanza en su Segunda Venida. Somos todos «misión apostólica/evangélica» y sólo así se ha de entender nuestra fe de cristianos. Por todo eso, bueno será cuanto contribuya a nuestra más honda purificación y a nuestra más plena conversión al Señor que viene.

Pues bien, es en esta situación en la que me apresuro a dar las gracias a la editorial Mounier y a Encuentro y Solidaridad, por el libro de nuestro hermano que ha publicado en la colección 'Persona', n.º 72/73. Como título le han puesto el de *Aproximación a la oración de Jesús*. Perfecto.

Pero, sin lugar a ninguna duda, debo comenzar precisando que, para mí, este precioso libro es como una más de las muchas contradicciones que han rodeado la existencia evangélica y apostólica entera de nuestro hermano Marcelino. De hecho, hay que decir que él personalmente manifestó cómo no le gustaron los esfuerzos de algunos hermanos del entorno, que se empeñaron en poner por escrito, y en varios cuadernillos casi sólo ciclostilados, el tesoro que significan estas páginas acerca de la oración del creyente en Cristo.

Era «demasiado» lo que aquí se contenía. Y sigue siendo «demasiado». La *nota breve*, redactada por Carlos Díaz como prefacio de esta nueva y revisada edición así lo deja entrever. Me explico.

Marcelino todos los veranos dejaba durante algo más un mes sus comunidades parroquiales rurales salmantinas para perderse (literalmente) en alguna de las también comunidades eclesiales contemplativas de los monasterios de vida de clausura que él personalmente conocía. La Trapa de San Isidro, en Dueñas (Palencia); la Trapa de Arévalo (Ávila); las Hnas. del Zarzoso (Ciudad Rodrigo), las carmelitas de Salamanca y varios monasterios más son testigos callados de esa presencia «vacacional» de Marcelino. Durante algún mes, normalmente en época estival, hacía un hueco en el duro trabajo pastoral al que se entregó sin reservas. Había que ponerse al día (¡decía él!) a través del estudio, de la oración y del silencio. En varios de los primeros años de la década de los ochenta Marcelino se trasladó al monasterio trapense de Sta. María la Real, en Arévalo. A esa casa de hermanas trapenses de san Bernardo él le tenía un cariño especial porque cuando había estudiado el bachillerato (en esos años el edificio de este monasterio estaba en la plaza del mercado del centro de Arévalo —luego se trasladaron a las afueras, entre pinares), nuestro hermano, en los «recreos» de sus estudios de adolescente y joven en el Instituto de Arévalo, se perdía justamente en ese templo de la Trapa para sentarse en un banco y orar calladamente. Tengo el testimonio de algún padre capellán de las monjas que así me lo atestiguó.

En esas circunstancias, era lógico y comprensible que las hermanas del monasterio le pidieran «alguna charla». Marcelino, además de predicarles la homilía de todos los días, les dio varias charlas/conferencia y lo hizo a lo largo de varios veranos. Al leer el libro en la publicación actual eso se percibe claramente. Él, con todo empeño, meditaba y oraba para trasladar a las hermanas lo que tan entrañablemente le afectaba en su persona entera de apóstol. Nunca disertaba *ex cathedra* sobre nada. Menos aquí. Como señala Carlos Díaz en su nota introductoria, alguna hermana se tomó la molestia de «grabar» sus charlas y pasarlas a unos folios. También a esa hermana, Ángeles, y al costoso trabajo

que supuso poner por escrito lo grabado, hay que agradecerle el tesoro que ahora tenemos entre manos.

Para terminar de situar las peripecias en las que se ha ido redactando este libro y desde las que, quizás, se pueda entender alguna de las perspectivas más propias del mismo, debo decir que en los diez primeros días del mes de julio del año 1973, quien hace esta recensión vivió en la casa parroquial del Cubo de D. Sancho junto a Marcelino Legido una muy peculiar «tanda» de ejercicios espirituales. Mi obispo me iba a ordenar de presbítero el día 15 de ese mes. Y yo le pedí a Marcelino que fuera el director de esos ejercicios que me iban a preparar directamente a la ordenación presbiteral. Marcelino me dejó la casa parroquial y me propuso que cada día leyéramos, los dos, unos números del libro del *Castillo Interior* de santa Teresa de Jesús. Todos los días comentábamos juntos, a la caída de la tarde, lo que nos había sugerido la santa ese día. Remito al lector a los números 26 y siguientes de esa obra teresiana. Sinceramente, hoy, al acercarme al libro de la oración de Jesús y pasados más de cuarenta años me resuenan muchas de las formulaciones que, junto a Juan de la Cruz, entonces formulábamos. Mejor: me formulaba él y yo recogía en mi libreta de apuntes espirituales.

Marcelino Legido es un místico de «arriba abajo y de izquierda a derecha»; pero un místico no del siglo xvi sino absolutamente contemporáneo de su época. Orgulloso de vivir en el Señor Crucificado de la segunda mitad del siglo xx, con el Mundo moderno y posmoderno, y con la Iglesia del Concilio Vaticano II y sus secuelas históricas, que, por cierto, aún están por desarrollarse hoy, en el final del 2021. Por eso mismo, creo que Marcelino nada decía ni nada vivía si no era desde ese «en Cristo» de Pablo de Tarso que tan bien reflejado está en el número 22 de la *Gaudium et Spes*. Por eso mismo también, sólo me atrevo a tomarme una licencia como consejo para caminar junto a quien quiera aproximarse al Marcelino que, a su vez, caminó de la mano de la oración de Jesús.

Leer este libro es encontrarse con tesoros de vida mística que sólo se entienden bien orando con la simplicidad del mismo Jesús: «Abba, si es posible que pase de mí este cáliz... pero no se haga mi voluntad sino la tuya».

Benito Estrella
Profesor de Literatura

CÓMO MEDITAR SIN SENTARSE NI ARRODILLARSE

La rosa es sin porqué; florece porque florece
(Ángelus Silesius)

En nuestra sociedad, la meditación se ha convertido en un analgésico, un fármaco tranquilizante más para ocultar el dolor y el sinsentido de nuestra vida. El problema está en la voluntad, que se objetiva en nuestro ego que a su vez se objetiva en nuestro cuerpo. De ahí la necesidad de tranquilizantes de todo tipo.

En algunas escuelas de meditación se le propone al meditador un objetivo, una meta para su voluntad, para el «yo puedo» de su ego. Generalmente se trata de un absurdo inalcanzable e imposible, como los *koan zen*, en lo que se refiere a la objetivación del ego en la mente, o las visiones del *lata'if* del sufismo, para la objetivación corporeizada del ego. Sobre esta última clase de meditación tengo alguna experiencia. Estuve en una tariqa sufi durante más de diez años, sentado diariamente intentando ver el rojo del lado derecho, el amarillo del izquierdo, el *alif* blanco sobre fondo negro y haciendo el ¡hu! en las inclinaciones de cabeza. Y confieso mi rotundo fracaso. A pesar de que ya desde las primeras sentadas pensé, engañándome a mí mismo, que estaba a punto de conseguirlo, lo cierto es que al cabo de los años me convencí por cansancio necesario que no había conseguido nada en absoluto, salvo un poquito más de humildad.

A mi me parece que de lo que se trata precisa y principalmente, aunque se reciban algunas gracias por añadidura, es que uno se canse de uno mismo y el ego reciba diariamente su correspondiente tollina de palos para meterlo en vereda, o sea, que deje de dar ruido y estorbar y desaparezca si es posible.

Últimamente me pregunto si hay necesidad de tanto rodeo; si no será mejor entrar directamente, bien directamente al trapo, con la nobleza de un toro bravo, o bien, poniéndonos en el lugar del torero, agarrando el toro por los cuernos; es decir, afrontando situaciones más normales de nuestra vida cotidiana y haciéndolo

sin objetivos ni pretensiones de ninguna clase. Por ejemplo, un paseo puede ser lo mismo que una meditación en postura zen o una oración de rodillas ante el sagrario, ya que los humanos somos caminantes —*homo viator*— que caminamos por la vida delante de los ojos escrutadores e inescrutables de nuestras entrañas, desde donde nos mira Dios escondido. Siempre que el paseo se haga sin ninguno de esos objetivos que pasan a formar parte contradictoriamente de lo que se quiere curar, o sea, que lo hagamos para adelgazar, para reducir el colesterol o la tensión arterial o para echar el rato rajando de esto y de lo otro con la pandilla mientras caminamos. El paseo, mejor sólo que bien acompañado. El que sale a pasear solo no sale a cazar ni a conquistar el mundo, sino a ver qué se encuentra en el camino. Su actitud no es depredadora ni proyectiva, sino receptiva.

Andar de manera totalmente pasiva, desentendida, abierta y disponible a lo que el mismo paseo nos ofrezca y depare, sea un olor —¡cuántos olores de toda clase, que nos dan dicha y ciencia, como dice el poeta Claudio Rodríguez!— o el encuentro con alguien que nos llama por nuestro nombre y está dispuesto a conversar unos minutos con nosotros. De lo que sea. Este paseo adquiere, me parece a mí, todo el significado de una verdadera meditación contemplativa.

Pienso además que lo mismo puede decirse de las tareas rutinarias habituales de nuestra cotidianidad, aquellas que hacían antes las mujeres y que ahora entran en el ámbito de lo que el neolenguaje del Gran Hermano llama «conciliación». La vida acarrea para cada cual una clase de tareas y actividades que uno no pide ni desea para sí y que por eso resultan engorrosas y son un fastidio para nuestro ego, pues las miramos como algo cuya ejecución nos impide hacer lo que deseamos hacer, esas cosas que nuestra imaginación viste de nobles ropajes y motivos. Pero entiendo que si tales rutinas engorrosas se aceptan porque sí, porque piden hacer lo que es de suyo, sin ninguna intencionalidad ni pretensiones propias, sin actitudes previas, ni positivas ni negativas, entonces tales

tareas adquieren también un sentido contemplativo, una forma de meditación. Aquí, en estas tareas humildes y enojosas, es donde adquieren todo su sentido real y práctico las palabras pronunciadas por Jesús como núcleo esencial del camino cristiano: «Niégate a ti mismo, toma tu cruz y sígueme». La cruz con la que uno debe cargar es uno mismo y es, sin embargo, la que procuramos en nuestras relaciones echar siempre sobre las espaldas del prójimo. Por eso, los milagros que Jesús obra sobre sordos, ciegos y tullidos siempre consisten en hacer que cada persona oiga, vea, se levante y se haga cargo de sí misma, pues de alguna manera echarse a uno mismo a las espaldas es echarse el mundo entero, como Atlas. Luego les dice: sígueme; que una vez puesto en pie con nuestra cruz al hombro y dispuestos a andar y a buscarnos, habría que entender quizá como un «acompañame». Es aquí, en el lugar de nuestra praxis de vida, en el vivir cotidiano, donde se lleva a cabo, si ocurre, el bautismo real de la persona, su transformación de fondo, su metanoia. Pues como dice Schopenhauer, pretender corregir los defectos de carácter —los del ego de cada uno— mediante discursos y sermones es como pretender que mediante cierta clase de cultivo una encina dé albaricoques.

La cruz que uno tiene que tomar sobre sí es uno mismo. Y cuando uno se hace realmente cargo de sí mismo, no podrá evitar hacerse cargo también de la cruz de los demás, pues nadie vive ni puede vivir solo. Así entiendo yo esa frase tan manida de «la caridad empieza por uno mismo». Pero si ponemos la carreta delante de los bueyes por no se qué exigencias morales o sociales con las que pretendemos quedar bien, acabaremos en nuestras relaciones cotidianas echando nuestra cruz sobre el otro en nombre de cualquiera de esas palabras tan bonitas y emocionalmente mágicas, como solidaridad, servicio, caridad, justicia social, apoyo mutuo, justicia social, etc. etc., que hoy forman el ronroneo del viejo fariseísmo. El ego es tan prodigiosamente astuto como un gato, un impenitente fariseo que cuando parece acariciarte rozándose contigo es él el que en realidad se está acariciando.

Quisiera añadir, ya puesto a hacer conjeturas atrevidas, que uno de esos trastornos psicológicos que padecen algunas personas, que llaman como ahora es habitual con unas siglas T.O.C. (trastorno obsesivo compulsivo), puesto que se refieren de manera general a tareas

que se hacen mecánica y compulsivamente sin poderlo evitar, pudieran quizá servir también de ocasión para ejercitarse en algo parecido a la meditación o al paseo.

Quien padece este tipo de trastorno lo pasa mal, desde luego; una auténtica tortura de la que no se puede librar, pues todo intento para evitarlo se convierte en un refuerzo del propio trastorno. Y, sin embargo, como digo, puede ser también una gracia, una oportunidad para la liberación, la sanación, la salvación de la persona. O sea, otra forma de meditación como el paseo o las tareas compulsivas del cuidado —cura, *Sorge*, que dice Heidegger—. De hecho, el trastorno consiste en que algunas de esas faenas habituales se repiten una y otra vez, de forma imperiosa e inacabable, como una especie de ritual de apaciguamiento, parecido a esas acciones que ejecutan los animales enjaulados en un zoo —recuerdo la lectura del libro de Desmond Morris, *El zoo humano*—, convertido en círculo vicioso, como he dicho. Algo se repite —y no tienen por qué ser siempre tareas sencillas del vivir diario, también el trastorno obsesivo compulsivo puede referirse a tareas supuestamente mucho más nobles y elevadas— para tranquilizar el ánimo y reducir la ansiedad y al repetirlo incrementa el nerviosismo y la ansiedad e induce a seguir repitiendo lo mismo. Como aquellos que no pueden dormir y cuanto más lo intentan menos pueden. Bastaría, creo yo, que aquel que padece el trastorno se olvidara de su afán de apaciguamiento y también de su culpabilidad por las repeticiones compulsivas, es decir, bastaría con dejar que la actividad en cuestión se realice porque sí, sin pretender obtener nada con ella y sin reprimirla por considerarla inapropiada o enfermiza y sencillamente observarse a sí mismo haciéndola, viendo desde fuera cómo se desarrollan esas tareas repetitivas y qué conllevan de consecuencias para que estas reviertan, como fuente de conocimiento de uno mismo, en pura investigación sobre sí, acerca de mi yo, mi ego, de mí mismo. ¿Y no es esto meditación?

El TOC, a mi entender, es el resultado de haberse convertido en hábito la búsqueda compulsiva de tranquilizarse a uno mismo mediante sustitutos para nuestra voluntad de acción y poder, nuestros deseos indeterminados o tal vez reprimidos. Y el TOC puede ser también, como yo creo, una oportunidad que el espíritu concede a la psique individual para liberar al ego. ¿Cómo? Cambiando el objetivo o la pretensión

de tranquilizar mi yo y sus afanes, su actividad de poder, convirtiendo nuestras tareas compulsivas en materia de indagación sobre sí mismo; es decir, afrontando sin ninguna pretensión de afirmación propia, como investigación desapegada de nuestro interés, explícito o inconsciente, observando lo que hago (o pienso, o digo, o escribo) ahí en el lugar mismo —aquí— y en el tiempo mismo —ahora— en que mi ego se manifiesta viendo cómo se manifiesta, como ejerce su poder. Pues la voluntad se objetiva en el ego y el ego se objetiva a su vez —queda representado— por mi cuerpo. ¿Y qué otra cosa más evidente y cercana tenemos a nuestra entera disposición para investigar sobre lo que somos que este cuerpecito sandunguero que llevamos siempre consigo y nos lleva a todas partes?

Precisamente es el cuerpo el que nos pone delante de una cuestión filosófico-teológica crucial: por qué Dios, si existe, ¿cómo es que consiente el mal? ¿Cómo es que deja en las pobres criaturas la responsabilidad de hacer el bien o el mal? Cuando dormimos y el corazón y las tripas siguen funcionando, ¿esto es cosa nuestra o no? ¿Es asunto personal o impersonal? ¿Funciona gracias a nuestra autonomía y libertad —bajo la responsabilidad humana y humanística de nuestra conciencia

(Sartre)— o es cosa de la providencia, divina o natural, para con las criaturas?

En el paseo meditativo, en todo cuanto sucede contemplativamente, es precisamente la conciencia de mi yo, mi ego, lo que se retrae y pasa a formar parte de toda la creación, de la naturaleza, del prójimo y del universo, como yo en sí mismas sustentadas las cosas y ellas y yo en aquello que se sustenta en sí mismo; es decir, de un todo que no funciona dependiendo de mi conciencia autónoma —que abandonamos enseguida como carga y la depositamos para nuestra comodidad en el heterónimo poder del Estado, ¡ay la ley de dependencia!—, sino que funciona por sí mismo, sin ningún fundamento que pueda nuestra conciencia apalabrar. Podemos llamar a ese sin fundamento Dios, Azar evolutivo o lo que sea; en cualquier caso, como dice el Maestro Eckhart, en todo lo que hagas, hacerlo sin por qué. Si, por ejemplo, obras por el reino de los cielos, o por Dios o por tu felicidad —eterna o mundana—, no obras como es debido, pues partes de lo externo. Y si buscas a Dios de un determinado modo, te quedas en el modo y pierdes a Dios.

La vida es un paseo; y el paseante, corazón y cabeza, deberá aprender a caminar por el camino de en medio.

RINCÓN BIBLIOGRÁFICO

Socialismo individualista

Felipe Trigo

True World of Books Dehli, 2021 (Impresión bajo demanda)

Ver a Felipe Trigo luchando en su *Socialismo individualista* (Mérida, 1904 y 1920) con las novedades emergentes en la historia es como asistir a una titanomaquia cuyo gigantesco protagonista se afana por construir su propio Frankenstein, el hombre del futuro. A tal efecto, inquiere con profusión de conocimientos que parten del pasado imágenes para el presente y el futuro de la humanidad a juzgar por la envergadura de los asuntos tratados. Este extremo hoy desconocido articula con la máxima libertad un discurso hipotético que al lector se le antoja todo un parto de la humanidad en él mismo. Espíritu inquieto, culto, interesado, tiene algo de cirujano con el cuerpo tibio del paciente encima de su mesa de operaciones casi sin anestesia. Trigo ha tenido maestros del arte médica, pero de quien más se fia es de su propia alquimia conceptual.

Socialismo individualista es un libro *in fieri*, cuyas perplejidades alumbran el camino de la gnosís al mismo tiempo que el de la prognosis y la diagnosis; a veces le vemos equivocarse, percepción fácil para quien contempla su faena más de un siglo después y además desde la barrera. Pero lo más interesante de un autor no son únicamente sus aciertos, sino sobre todo la magnitud de sus errores gracias a los cuales se producen en su interior fulguraciones veritativas espectaculares.

A pesar del título del libro nuestro autor no se mueve en la indefinición, es más bien *un alma socialista con posiciones claramente libertarias*¹. Valgan algunos indicadores de lo dicho:

A. CONTRA LA FRIVOLIDAD CONSUMISTA

«Según los tiranos caprichos de la Moda, unas veces rige el amplio mirriñaque combinado con el tormento del zapatito pequeño y otras la delgadez modernista con el potro del corsé y el reinado anemizante del vinagre; y en las orejas siguen nuestras mujeres clavándose los brillantes y rubíes, como las salvajes oceánicas, y en las muñecas siguen luciendo argollas de oro, como las esclavas egipcias, y en los escotes siguen brindando los senos condimentados con perlas, como las cortesanas de Roma. Cada moda que llega es recibida con hostilidad, pero impone otra violencia nueva y contraria: se acoge con burla al primer polisón resucitado, al primer gabán de vuelo, y dos años después lo ha aceptado todo el mundo con una tan general abdicación del sentido estético y de la voluntad, que los trajes ceñidos pasan a ser tan *cursis* e imposibles como las chupas de la Edad Media. Ahora bien, el lujo, sin la moda perdería su razón de ser, que se cifra en la ostentación de la variedad; la millonaria elegante que de pronto sustituye el raso por el terciopelo y el brillante por la esmeralda, lo hace porque ha visto que todas las burguesas llevan ya rasos y brillantes parecidos, más o menos ricos, más o menos falsos, pero de apariencia idéntica y de igual efecto “embellecedor”;

dual y el interés colectivo defendida por Rousseau. «Colectivismo e individualismo no son dos términos inconciliables; el porvenir demostrará que el individuo puede vivir muy libre en el seno de la comunidad» (Carlo Malato: *Philosophie de l'Anarchie*).

entonces varía sus ropas y sus joyas; vuelve a ser imitada y vuelve a variarlas; en su afán de singularidad, pasa a la extravagancia (claveles verdes, escarabajos vivos y tortuguillas exóticas, perros espantosos). “O es una prostituta o una duquesa”, dijo Alejandro Dumas (*La Dama de las Camelias*). Una titiritera o una cómica cubiertas de talcos y brillantinas y cristales puede estar tan bella, si lo es, como una reina, que lo sea; una friolenta notaria puede estar tan abrigada en un blanco boa de pieles de conejo, como una rusa emperatriz en martas cibelinas; el *lujo* pasará a la categoría de histórica salvada con sus terciopelos, con sus brillantes, con sus ridiculeces, con sus crueldades».

B. SOCIALISMO HUMANISTA

«El socialismo, que por su impulso actual es económico, por su esencia es mucho más, porque es progreso, y por lo tanto es ideal de perfección, y por lo tanto es amor, felicidad, anhelo de vida espléndida, y la Economía Política, como dijo Marx, son *los brazos y los pies que le han permitido levantarse y ponerse en marcha*. Hay, sin duda, un socialismo ideal antiquísimo, eterno como vaga aspiración filosófica, inofensivo porque solo fue un poema de cerebros generosos, y otro nuevo socialismo animado y vivo y fuerte por las máquinas. En mi sentir, son el mismo, son el *filosófico* y el *económico* que se han juntado, completándose y mereciendo el nombre de *socialismo antropológico*. Porque no es lo interesante el saber lo que las *leyes económicas* propendrán a transformar al hombre individual y colectivamente, con tales o cuales, sino saber si tales transformaciones encajan

1. Todo el individualismo ha nacido de esa antítesis absurda entre el interés indivi-

o no en las condiciones individuales y colectivas del hombre».

C. ABOLICIÓN DE LA HERENCIA

«En 1869 la *Asociación Internacional de Trabajadores*, decretó la abolición de la herencia bajo todas sus formas excepto la *forma sentimental* (prendas de amistad, de amor, de recuerdos queridos y personales); y yo pienso que este Congreso, anduvo más cerca de lo que haya de ser la venidera realidad que los *socialistas economistas*».

«Si al hombre se le impide trabajar para sus hijos ¿no se le privará del estímulo del trabajo convirtiéndole en un haragán que no haría nada, o lo menos que pudiese? El hombre se mata hoy trabajando por sus hijos, por dárles de comer, por juntarles una fortuna. Tan verdad es eso, y con tal ceguedad y tesón quiere el hombre conseguirlo, que es frecuente ver padres honradísimos emprendiendo negocios de moralidad equívoca con la obsesión del testamento. Considerando este hecho tristísimo, se me ocurre la alegría inmensa de esos padres cuyos hijos sólo con nacer serían partícipes de los bienes de la tierra en igual grado que los hijos de los otros. Tenemos por lo pronto un *beneficio innegable en la destrucción de la herencia*: la redención de esos míseros esclavos que se llaman padres de familia. Vale tanto como concederles la libertad, la facultad de vivir para sí mismo a que tiene derecho el hombre».

D. ROTACIÓN LABORAL

«Si son escogidas a voluntad de cada uno, ¿no habrá profesiones que no quiera nadie, como son todas las molestas y las inmundas? ¿Quién, pudiendo ser

catedrático, preferiría los bajos oficios de barrer las calles o limpiar las letrinas? Si el lector ha pensado así, permítaseme decirle que le ofusca el hábito de lo presente. Hoy es violento que un pocero de alcantarilla pueda obtener mañana la dignidad del hombre. Pero imposible ¿por qué?, ¿quizás no es un hombre el pocero de hoy? ¿No es más útil, con su olor a estiércoles, que el perfumado haragán de las tertulias? Creo que no puede darse un modo más gentil y lógico de unificar la profesión más baja de todas con una de las más brillantes. Enseguida se vería a un limpiador de comunes bañarse, perfumarse y quedarse convertido en un elegante *sportman*».

«Entre mi limpiabotas y yo media hoy gran distancia intelectual y de aptitud; pero llévase a un hijo mío y a otro del limpiabotas al mismo colegio desde los dos hasta los veinte años, ¡y quién sabe de parte de cuál de ambos quedará la desventaja, si quedaba en alguno! Lo probable es que no hubiese más genios ni talentos asombrosos, porque lo fuesen todos. Se cree ahora que una estatua representa un honor a un hombre de talento, y no es verdad; representa la estupidez de todos los tontos que la admiran».

E. ANESTATITISMO Y ROTATIVIDAD ASAMBLEARIA

«Los administradores públicos, desde los de un Gobierno central encargado de armonizar los intereses regionales, hasta los de las regiones, serían cargos honorarios, obligatorios para cualquier ciudadano elegido por el sufragio de los demás. La política, si place seguir llamando así a una función meramente administrativa (puesto que la verdadera

función política con facultad amplia de reformar lo reformable radicaría en los ciudadanos todos reunidos en asambleas magnas), habría dejado de ser un oficio lucrativo, sin perjuicio tal vez de continuar prestando al mismo tiempo los elegidos sus funciones individuales de tales trabajadores. Ser gobernante sería molesto, a no dudarlo; pero sería un deber cívico».

¡No es cariño eso, sino coalición de rencor de lobos dentro de una cueva contra la supuesta o real rapiña de otros lobos!

F. FEMINISMO

«Una mujer será libre cuando no necesite al hombre para mantenerse. Únicamente cuando sea libre de ese modo será cuando pueda amar y ser amada por el amor mismo».

«Si hoy muchas mujeres son gatas de salón, princesas tristes y cloróticas, muchachas histéricas y modernistas de *interesante belleza enferma*, mañana serían guerreras, serían Walkyrias..., tipos de belleza sana y fuerte creados por la actividad. Pocas aventajan en belleza de cuerpo y de cara a las artistas de circo. Esto con respecto a nuestras bellas, que no pasan de ser nuestras señoritas y nuestras artesanas, porque con respecto a las más numerosas, nuestras campesinas, no son más que muecas de la belleza ajada en flor por el hambre por la suciedad y por la fatiga: son viejas, las infelices, a los veinte años, sin haber sido jóvenes jamás». En *La Terre* Zola (1887), Zola ofrece un retrato terrible del mundo campesino francés a finales del XIX, donde el ansia de tierra puede llevar hasta el crimen y las costumbres mismas alcanzan un tremendo grado de bestialidad.

Carlos Díaz

Educar a la intemperie

Benito Estrella

RIL Editores, 2021. 248 pp.

Cuando uno se topa con un libro cuyo título es este, (y no precisamente por culpa del título), seguramente tendrá la tentación de pasar de largo, ¡se ha escrito tanto sobre el asunto, que podríamos creer haberlo leído todo al respecto! Pero si nos encontramos con un autor que no se limita a escribir sobre la educación sino que ha pasado la vida educando y, no de cualquier modo, sino llevando a cabo lo que en el libro defiende, entonces es otra cosa.

Nunca se entiende mejor un libro que cuando se conoce en persona al autor, fortuna que me ha sido concedida, a un autor además cuya vocación indeleble es la de educar para ser persona haciendo o ayudando, acompañado y acompañando, a hacer personas al mismo tiempo, mostrando desde quien se es lo que cree que se debe llegar a ser.

Educación es una labor en la que interviene toda la sociedad y por eso resulta algo tan complejo para quien gusta de la versatilidad de los argumentos y de su referencialidad. Cada escuela refiere a otras. Los distintos referentes con los que cada maestro planta su

tienda forman una sabiduría trasvasada cuya universalidad responde a la sinfonía de la vida y a los olores de la tierra. Por eso cada escuela es siempre distinta y a la vez sinérgica, no solamente por ella misma, sino por sus nutrientes. Ella propone unos valores tan distintos, y tan contrapuestos, que podrían colocarnos a la intemperie interminable, con tantos nexos con el pasado y tantas miradas hacia nuestro futuro. La vocación del educador es posible que consista en desbrozar de entre el bosque de ideas y propuestas sin propósito lo que necesita la persona para encontrar el hogar y su asiento a lo que debemos llegar a ser.

Benito Estrella nos expone con primor un camino, traza una propuesta con y de sentido. Lo que hace ser al maestro aquello que es consiste en dar testimonio y darlo para la vida. De lo primero conocemos al profesor Estrella, y no nos cabe ninguna duda. Respecto de lo segundo, el enseñar para la vida, me gustaría recordar que la vida no es una superficie lisa, sino que necesita de mucho estudio y de mucha dedicación

para convertir la vida en realidad rica, cultivable siempre de nuevo. Fuego y lava junto al mar.

Y eso también lo tiene este nuevo libro de Benito Estrella, cultivador culto de lo visible en lo oculto. Hay algo en el autor de *Educación a la intemperie* que nos remite a la prosa tersa, limpia, esencial, rigurosa, métrica, de nuestros clásicos, y en concreto de una forma muy especial a la del maestro Azorín, sobre el que nuestro autor ya ha escrito anteriormente de forma sistemática. Quienes lo conocemos nos lo imaginamos escribiendo con una pluma de ave mojada en la tinta de un cilindro y con un secante en la mano. No es posible disfrutar del contenido de un libro como este sin imaginarse la mano del autor y la curvatura de su espalda. Una pluma tan bien tajada como elevado su vuelo de ave.

Maestro de los de siempre, el silencio quedo y el corazón anhelante envuelven toda la sala y se expande por el jardincito amado, la flor de sus sueños. A nosotros nos deja en paz y nos llena de nostalgia.

Julia Pérez

La educación moral, una obra de arte.

Félix García Moriyón

Editorial PPC, Madrid, 2021, 150 pp.

Vaya por delante mi felicitación a Félix García por haber recibido de Editorial PPC el encargo de escribir un libro, algo que colmaría la aspiración de la inmensa mayoría de quienes no ven publicar sus libros, y ni siquiera con frecuencia recibir respuestas a sus ofertas. Y vaya después también nuestra felicitación a una Editorial que encarga por su parte escribir sobre Educación moral.

Aunque Félix García es sobradamente conocido en España y en Latinoamérica, no vendría mal recordar que es el padre de la *Filosofía para niños* en España, y que tan sólo eso hubiera bastado para calificarle como un Titán. La virtud que resalta en todo lo que Félix García lleva a cabo es producto de una ingente laboriosidad. Pocas personas como nuestro autor trabajan tanto y animan a trabajar tanto.

Siendo mucho lo anterior, lo más específico es que nuestro autor sea gran amante de la investigación en común; no solamente es un hombre orquesta, sino que es un creador de bandas, dicho esto último en el mejor de los sentidos, bandas de música, es decir, de obras de arte, como se refleja en el título de esta última obra: *La educación moral, una obra de arte*. Una obra de arte que no cesa, que invita a ir más

lejos, o sea, a vivir con mayor plenitud, a crecer como personalista comunitario.

El problema es que hay demasiado ruido para las buenas sinfonías, y que el gusto estético de nuestros días no siempre es, a su vez, de buen gusto. Esta expresión la deja clara Félix García, pero sin enfadarse. Tiene una mentalidad sajona, un poco flemática al menos en lo referido a la práctica teórica. De todos modos, probablemente algunos tengan la sensación en estas páginas de un exceso de casuística donde son tantas las excepciones que éstas se convierten en regla; no siempre se encuentra resaltado con visibilidad el hilo conductor, en favor de la virtud del menudeo, dicho sea con respeto, en un universo tan tenso como el de la enseñanza de valores. Como el propio autor admite, no es siempre Hegel —tan englobante— el prototipo de maestro.

Esta característica suya, si no estoy excesivamente errada, le ha convertido en un eslabón de oro y un referente obligado en su diálogo con los numerosos colectivos en los que se bate el cobre, desde los sindicalistas a los feministas, y ello siempre con lenguaje sencillo al que no molestan las palabras 'virales', ni las nuevas formas de expresión verbal. Estaría queriendo, de todos modos, decir lo contrario de lo que estoy diciendo si dijese que oculta su asertividad, y mucho menos que primaran en la obra de nuestro pensador las tonalidades del camaleón. Félix García es un lujo en medio de las dos Españas, de las que es rompeolas.

Durante más de cuarenta años ha estado Félix García a pie de obra, y por ello sería imposible resumir lo mucho y muy documentado que estas páginas contienen, al menos yo no sé resumirlas,

razón por la cual prefiero concluir esta dolorosamente breve recensión de una obra tan politonal con estas palabras del autor: «el objetivo (de la educación oral) será siempre lograr un pleno desarrollo moral de la persona y de la sociedad, pero la vida real nos impone ser muy modestos en nuestras expectativas, dado que el logro parece que se escapa siempre de nuestras manos. Parece una tarea propia de Sísifo, pues, cuando estamos a punto de llegar a la meta, la piedra se va rodando hasta llegar al punto de partida» (p. 70). Los caminos al uso no siempre agradan al profesor García Morillón, pero él dice su canción a quien con él va: a nuestro autor no le agradan la películas pedagógicas al estilo de la posmoderna *La naranja mecánica* (p. 73), pero ahí sigue.

Julia Pérez

Con una mujer cuando llega el fin. Conversación íntima con la muerte

Enrique Bonete Perales

BAC, Madrid, 2021, 122 pp.

Su autor, catedrático de ética en la ciudad de Unamuno, y por él influido, se plantea de nuevo el tema de la muerte, y esta vez de forma autobiográfica, con el formato de diálogo socrático. Desde la primera página quedo atrapado como lector, y no puedo dejarlo hasta la final, no precisamente porque el libro sea o no breve. Si la muerte de un muerto te lleva en su barca con vigor, es que ha de tener mucha potencia de remo.

De repente, el filósofo autor del libro sufre un problema cardíaco que le lleva al hospital, evento narrado con pericia, fluidez y agudeza psicológica. Asustado por el manotazo duro cuando estaba con su amada esposa, es dado pronto de alta del hospital de urgencias, pero de nuevo en casa vuelve a sentirse al borde de la muerte. Entonces es visitado por una señora elegante, más allá de las edades del tiempo, con unos ojos negros infinitos e insondables, cuya

presencia, lejos de infundir pánico, genera sosiego en nuestro autor. Resulta que la Parca, la Pelona, la Huesuda, la Calaca, es una gran dama casi maternal «que protege a sus hijos y en su regazo los conduce hacia moradas totalmente desconocidas». Más que el barbero de Caronte, la hermana muerte de San Francisco.

Ya están frente a frente los dos personajes, el Filósofo (el propio Enrique Bonete) y la Muerte, como en la obra de Dürero. Aquél había publicado valiosos libros sobre ella, pero ahora la contempla en su verdadera efigie; no habla sobre ella, sino con ella. El filósofo sabe mucho del morir, y no se siente humillado ni aturrido ante la empoderada dama de negro. Unidos ambos por sus respectivos trajes negros, inundan de suave luz la estancia. Y el diálogo comienza: frases breves, profundas, claras, sin retórica ni afectación, sin

espectáculo, a vida y muerte. Ella habla a él de tú, y de «vosotros los filósofos»; él, con máxima deferencia, de usted. «Te diré, asegura la dama, que casi nadie quiere hablar conmigo. No es posible dialogar con personas que me esquivan con pánico o pesadumbre cuando ven que estoy muy cerca, si se aterran ante mi llegada y desean con desesperación agarrarse a la vida».

Máxima perplejidad del filósofo, nuevo Segismundo: «¿Estoy entrando en un dormir eterno o en un morir con despertar?», ¿en un teológico tiempo intermedio, no mensurable en minutos, ni en horas, ni en días? Ella comienza: «Tengo la impresión de que mi amenaza es lo que más os impulsa a filosofar». Y él: «Si bien su cercanía impulsa a convertirnos en pensantes insaciables, lo más curioso de todo es que, en realidad, no sabemos qué pensar de su actividad, ni cuando a otros

afecta ni si en torno a mí merodea. Resulta usted conceptualmente inasimilable. Aunque también genera nobles meditaciones en torno a lo que significa “ser” y “dejar de ser”; en otros términos, nos hace pensar en cómo es mejor vivir». Ella no lo niega, pero prefiere insistir: «Considero que una razón principal de vuestro temor, casi instintivo, se deriva, en parte, de la impresión que os produce mi intervención en el organismo: os resulta muy desagradable cualquier cadáver. Constatáis, en efecto, que se descompone y huele mal. La corrupción que acontece en un cuerpo tras mi trabajo impacta de tal modo en vuestra mente, que yo os resulto repelente. Por tanto, creo que no es la caída en la “nada” lo que origina vuestra visión de que soy terrorífica, sino algo mucho más material: el impacto visual (e imaginativo) del cadáver». De repente la Muerte está filosofando con el Filósofo que está muriendo; ella no lo sabe todo de los vivos, como tampoco el filósofo sabe todo de los muertos. Como fuere, agradece honestamente a la Señora los servicios prestados: «Con su llegada, con su ataque a la vida, el bien y el amor relucen todavía más que durante la existencia cotidiana». «Pues sí, añade ella, la bondad y el servicio al otro brillan con mayor nitidez cuando yo destruyo a una persona noble. En determinadas ocasiones soléis pensar que mi afán principal es apagar toda huella de bien y de amor en la tierra. Pero no es así. En realidad, soy incapaz de oscurecer las obras de entrega, de servicio mutuo, de altruismo. Es verdad que actúo en vuestro cuerpo, mas no puedo, por mucha fuerza que me atribuyáis, restar un ápice de luz a la acción moral desinteresada, amorosa, que tantas veces contemplo con admiración en las vidas humanas». Y él: «Por lo que veo, a

pesar del poder de destrucción que usted manifiesta, no está en sus manos el control del impacto ético que se produce detrás de la desaparición de una persona noble. Me alegra saber que no podrá destruir del todo los efectos de una vida moral en el resto de los humanos, más duraderos de lo que cabe imaginar. Por consiguiente, aunque usted continúe eliminando a sujetos bondadosos, como si de insectos se tratara (perdón por la comparación), el bien realizado por ellos influye en quienes los admiraron y alabaron mientras vivían... Yo creo que si usted nunca nos quitara la vida no sabríamos por qué es mejor esta o aquella acción, qué valor debemos conceder a la libertad, al amor, a la búsqueda del bien». «Por tanto —asiente ella gozosamente— resulta claro que gracias a mí podéis tomaros mucho más en serio la vida moral y captar mejor qué es lo esencial para alcanzar experiencias gratificantes de felicidad... Aunque te cueste creerlo, mi misión es conducir a las personas hacia una nueva experiencia de amor, sin duda más espiritual que carnal; debéis saber, y os cuesta mucho asimilarlo, que la realidad antropológica que os constituye no se reduce a la materia, a la carne, a lo que podéis tocar».

A estas alturas, el Filósofo y la muerte parecen haber contraído un casto connubio, nunca fuera Filósofo de Dama tan bien seducido: «Es imposible para un ser humano, dice él, asomir con coherencia el absurdo total». La Señora reivindica el lugar de su vida en la muerte con una perspectiva profundamente logoterapéutica; el absurdo consiste en dejarla fuera de la vida, porque vida y muerte se copertenecen: «Tenéis que admitir que yo formo parte de ella de modo intrínseco. Desde que un ser humano empieza a gestarse en

el seno materno, ahí estoy yo...; a pesar de que mi obra suele ser interpretada como destructiva del cuerpo y del amor, acabo suscitando en el corazón de muchos humanos (no de todos, claro) un anhelo de inmortalidad para las personas amadas que han desaparecido. Así pues, aun pareciendo en un primer momento que el afecto es anulado por mi fuerza exterminadora, lo que en tantas ocasiones promuevo no es otra cosa que un mayor crecimiento de la capacidad de amar... He comprobado que aquellas personas que mantienen una esperanza firme en lo que llamáis «más allá» se dejan acoger en mis brazos y me miran con algo más de paz y serenidad. Por el contrario, quienes no conciben en su corazón y en su mente tal posibilidad (la de pasar a una nueva realidad tras mi llamada) experimentan una tristeza y un desconsuelo profundos (no todos, claro está) al ser conscientes de que su ser va a desaparecer muy pronto. Han tenido algunas oportunidades durante la vida de captar que soy una energía que les conduce hacia un nuevo mundo. Pero han rechazado tal perspectiva, han desconfiado siempre».

Aquí llegados, el Filósofo queda estupefacto: «Sorprende lo que está expresando, dice a la Señora. Parece mentira que, siendo usted quien acaba con la vida, al mismo tiempo esté abogando ahora por una posible inmortalidad... Pero entonces estamos coincidiendo con el núcleo del cristianismo, que ha ofrecido desde hace veinte siglos una esperanza plausible sobre el destino humano». La Señora, lejos de redargüir, asiente: «Tienes razón. Has de saber que mi fuerza aniquiladora está sometida al Eterno Viviente, que se encarnó y se manifestó en la historia... El Eterno Viviente, y sólo Él, me

indica a quién tengo que llamar, sacar del mundo espacio-temporal. Cumpla sus mandatos. Te costará creerlo, pero es la pura verdad. Él y sólo Él lo conoce todo, especialmente lo más íntimo del corazón de los miles y millones de personas que viven ahora en la tierra, durante cada minuto, cada hora, cada día, sea breve o longeva la existencia». Dicho esto, las últimas palabras del Filósofo son: «Jamás hubiera podido imaginar que la energía destructiva que los humanos hemos llamado La Muerte (personificada en una mujer locuaz, erudita y elegante) tuviera que recordarme minutos antes de cerrar los ojos aquel instante remoto difundido para el bien de toda la humanidad, ya casi olvidado en nuestro mundo ajetreado y un tanto desnortado. Sus palabras han sido una luz radiante, consoladora... Sí, estoy preparado. Puedo ya dormir en paz, viajar con una compañera tan afable y maternal como usted hacia la "otra orilla" donde espero que me acoja en su seno El Eterno Viviente».

Al lector le parece este *Con una mujer cuando llega el fin* un giro verdaderamente copernicano respecto de cuantas rancias mitologías sobre la muerte

en el mundo han sido y son, y en ellas incluyo la *Preparación para la muerte* de Erasmo de Rotterdam. El lector, aficionado a la logotanátopia, nunca hubiera sabido decirlo ni de lejos tan hermosamente como lo argumenta aquí el Filósofo Bonete. Su relato es humilde, pero al mismo tiempo brillante en la defensa de esta máxima: que el amor es más fuerte que la muerte, y que la vida es una ocasión para supervivir en la plenitud de los eones. Y, lo más admirable de todo, es que hasta la muerte lo reconoce. He ahí la naturaleza socrática de este hermoso libro.

Una vez concluido el fascinante diálogo, no puede el lector dejar de seguir preguntando como convidado de piedra al Filósofo y a la Dama: ¿Estuvo la Muerte viva alguna vez?, ¿nació muerta?, ¿murió ella también y por qué motivo?, ¿está viva y muerta al mismo tiempo?, ¿cómo es su vida si es que vive, y por qué influye en la nuestra, si está muerta? ¿Y qué pasó en ella para transustanciarse con tanto poder?, ¿podríamos nosotros los aún vivos hacerlo mismo anticipando prolépticamente nuestra muerte?, ¿o será que al morir vivimos y al vivir morimos?, ¿es el

presente un tiempo-muerto-y-vivo, para-la-muerte y a la vez con-la-muerte, es esa su estructura proposicional, mas no contra la muerte?, ¿acaso tememos, más que la pérdida del gozo narcisista de vivir (que algunos no conocen), la desgracia de vivir eternamente la muerte? En fin, ¿no será irreal tomarse en serio la realidad de la muerte, y mucho más real reconocer que la muerte no viene de fuera, sino que es el precio de la finitud, de la contingencia, de la cadencia de la decadencia, de su caediza condición, del vivir enfermo e infirme, a tumba abierta? Y, sobre todo, ¿es el Amor más fuerte que la muerte?

Cuando está tan de moda todo lo trans, he aquí este trans, esta reflexión brillante sobre las postrimerías como transcategorías en este *Con una mujer cuando llega el fin. Conversación íntima con la muerte*. El Filósofo con La Muerte ha escrito un excelente manual dialógico, y recibido el doctorado *mortis* causa por la Señora Muerte. Le ha colgado la cruz en su pecho, y después de eso el Filósofo ha muerto.

Carlos Díaz

Del hombre carnal al hombre digital.

Agustín Domingo Moratalla,

Vitaminas para una ciudadanía digital, TEELL, Zaragoza, 2021.

Es sugerente el título de este nuevo libro de Agustín Domingo Moratalla, porque nos hace pensar enseguida en la realidad de este cambio tan sustancial al que asistimos desde que las nuevas tecnologías capitanean nuestras vidas. Lo publica, además, una editorial zaragozana, de la que no puedo dejar de decir a qué corresponde su nombre: a las iniciales de las palabras que forman la frase «Todo Está En Los Libros» ... Seguro que este nombre simpático agradará a los lectores de *Acontecimiento*. Autor y editorial, en cualquier caso, nos ofrecen unas reflexiones necesarias sobre el tiempo presente, pues estamos asistiendo a una significativa transformación antropológica cuyas consecuencias no sabríamos predecir, pero ya se dejan notar, y de qué manera. Ante tal «metamorfosis», es esencial que nos planteemos cómo orientarla, considerando los pros y los contras de esa escalada de digitalización en la que ya estamos sumidos y de la que tanto se sirven y se servirán muchos de los poderes que dirigen nuestras sociedades. La reflexión es urgente, muy amplia, amén de interesante y apasionante para muchos.

Como esperarán los lectores, este libro aborda el cambio digital desde muy diversos planos, y lo hace por medio de ensayos breves en los que prevalece un fondo edificante que no pierde de vista lo que constituye el núcleo de lo humano, es decir, los valores morales, los que nos construyen

humanizándonos; de ahí el subtítulo: «Vitaminas para una ciudadanía digital», pues el cambio es tan sorprendente, que necesitamos aliento y fortaleza para asumirlo y abordarlo desde la libertad y sin perder el norte. Agustín Domingo Moratalla reflexiona sobre el cambio generacional: la juventud que viene —y la que ya está aquí—, porque no hay duda de que los jóvenes de hoy serán los ciudadanos que regirán las sociedades de mañana; se detiene también en cuestiones educativas de primer orden, tan traídas y llevadas por los distintos partidos políticos; considera igualmente, como peso equilibrador en la balanza educativa, viejas actividades como los campamentos de verano y otras acciones comunitarias en las que se hacen realidad los encuentros, imprescindibles para no perder la esencia abierta de lo personal, pues es obligado combatir el individualismo al que podría llevarnos el uso incontrolado de las nuevas tecnologías. Aborda asimismo cuestiones políticas desde la óptica de las transformaciones digitales, haciendo hincapié en el tratamiento de lo público, al tiempo que se detiene en temas tan centrales hoy como la bioética y las diversas orientaciones que se están dando a esta, y otras discusiones imprescindibles sobre los seres humanos en este cambio que abarca todos los aspectos imaginables de lo que al hombre concierne. El autor no se olvida, por ejemplo, de los cambios que lo digital introduce en el mundo religioso, o

de realidades que ya son hechos fehacientes como la presencia entre nosotros de la inteligencia artificial. En el libro aparecen autores que han tratado el tema del cambio antropológico que supone lo digital y que interpretan el presente, como el filósofo alemán de origen coreano Byung-Chul Han y otros; a veces, en conversaciones con clásicos como Ortega o Ricœur, por poner algunos ejemplos. El escritor Pablo D'Ors también tiene presencia en el libro, sobre todo en lo que al aspecto espiritual se refiere, o al de la tan necesaria escucha en tiempos de prisas excesivas. El autor presenta asimismo el nacimiento de una suerte de humanismo digital, cuyos representantes serían los profesores que tratan de integrar lo clásico y lo nuevo, mostrando nuevas formas de aprendizaje que no dejen de tener en el centro los valores de siempre y las grandes preguntas que identifican al ser humano, pues de lo que se trata es de atender a una nueva ciudadanía, integrarse en ella y, de alguna manera, construirla juntos.

El lector de *Acontecimiento* encontrará en este libro reflexiones, sugerencias, retos, y no pocos aspectos sorprendentes del cambio cultural y moral al que asistimos inexorablemente, además. El libro resultará especialmente valioso a educadores, a padres, y a cualquier ciudadano interesado en los cambios sustanciales que protagonizan nuestro presente.

Carmen Herrando

■ Análisis



El suicidio una muerte desgarrada

PRESENTACIÓN

LUIS FERREIRO
Presidente del I. E. Mounier

Un solo caso de suicidio de una persona cercana provoca un terremoto en nuestras vidas, al presentarse como un escándalo que remueve nuestras conciencias ante una muerte que, a primera vista, se nos antoja absurda y nos arroja a la cara preguntas que no sabemos contestar. ¿Preguntas póstumas que aquel que se ha matado nos dirige o preguntas sobre el sentido de nuestra propia vida y muerte que nunca nos hemos formulado? ¿Por qué se ha matado? Pero también, ¿por qué seguir viviendo? ¿Acaso será cierto aquel aserto de Camus de que «el único problema filosóficamente serio es el suicidio», eco de aquel «ser o no ser» de Hamlet?

Problema existencial, personal, pero también problema social porque, como vio Durkheim, hay un componente social que linda con lo impersonal y que influye en la decisión personal de matarse. Como si fuera un experimento para corroborar esas tesis recordemos un caso notable. En el año 2019 la cúpula empresarial de France Telecom fue condenada por acoso moral sobre sus trabajadores, haciéndola co-responsable del suicidio de 19 trabajadores y de 12 intentos fallidos entre 2007 y 2010. Privatizada la empresa estatal, fue un acoso premeditado con el objeto de forzar a 22.000 trabajadores, entre un total de 120.000, a abandonar la empresa. Las condiciones de trabajo degeneraron hasta crear un clima de angustia que fue decisivo para algunos, no ya para abandonar la empresa sino para abandonar sus vidas.

Si ampliamos la escala, la OMS habla de una pandemia suicida que produce cerca de 800.000 casos de muertes al año. En 2020 hubo en España 3941 suicidios, más de 10 cada día, 8,31 por 100.000 habitantes. Es obligado preguntar: ¿qué está pasando?

En la línea de Durkheim las respuestas hay que buscarlas no solo en la psicología, sino también en una sociología y en una antropología de las tinieblas humanas que indaguen en el sentimiento del absurdo y en sus fuentes. Porque es casi seguro que las causas están en una economía implacable, en una sociedad con fuertes tendencias a desarrollar una vida anómica e

impersonal, y en una cultura que coquetea con el absurdo y tiende a romper los fuertes lazos que deben unirlos al gozo de vivir, en lugar de exaltar el valor de la vida.

Sabemos que hay culturas que son más tolerantes que otras al suicidio como algunas orientales. La nuestra no lo ha sido, cayendo incluso en un despiadado rechazo del suicida. Pero la tendencia ha cambiado. Una actitud social apropiada ante el suicidio es un factor que puede evitar muchas muertes. Un enérgico rechazo ético del suicidio no es incompatible con la piedad para el suicida y, sobre todo, para corregir el entorno vital que impele al suicidio.

Según Paul-Louis Landsberg, «el estoico es un hombre que puede morir desde el momento en que la razón se lo mande», con él el suicidio se presenta como una culminación de la libertad y la racionalidad. Por ello, hoy surge la tentación de la permisividad como una apología débil del suicidio, que disimula un individualismo indiferente a la vida de los otros y a la propia. Pero ni es la sublime libertad para «salirse del teatro cuando la obra nos aburre» ni el mandato de la razón la característica contemporánea de los suicidios, sino más bien la irracionalidad, la desesperación y el sentimiento del absurdo.

Por eso hay que volver al sentido más íntimo de la persona como punto de partida para descubrir que tenemos, de hecho, la libertad inmediata para ser inhumanos de la que tenemos que liberarnos. Landsberg así lo reconocía: «El hombre es el ser que puede matarse y que no debe hacerlo». Por ello, a veces, no matarse representa un heroísmo supremo. Pero, ¿desde cuándo y por qué se ha de admitir que el hombre esté hecho para la comodidad y no para la lucha y la resistencia? De ahí que Landsberg defendiera que «la moral cristiana no es una moral del término medio y de la cobardía, sino que nos exige un heroísmo más profundo, más absurdo, en cierto sentido, más intransigente que cualquier otra moral». En un mundo secularizado, acaso ¿no deberíamos salvar esta verdad de la moral cristiana para cualquier otra moral? 

EL SUICIDIO, CUANDO TODA LUZ SE APAGA

JOSEP ARAGUÀS REVERTER

Psicólogo Clínico y Terapeuta Familiar¹

Otra vez abriré camino en el desierto,
y ríos en la soledad (Isaías 43,19)

INTRODUCCIÓN PERSONAL

Como suele suceder al disertar en pequeño formato, sobre temas de tal envergadura, siempre se corre el riesgo de no ser suficientemente objetivo en su abordaje o de no satisfacer adecuadamente aquellas cuestiones más relevantes.

Recuerdo muy bien, que, al inicio de mi trabajo como terapeuta, la posibilidad de suicidio en alguno de mis pacientes era el tema que más turbación me producía. Y he de confesar que sigue siendo así, después de treinta y cinco años de ejercer la psicoterapia.

Cuando he sabido que algún ex-paciente *había muerto por suicidio*, todos los cimientos de mi vida y de mi profesión se han sacudido de tal forma que he tenido que luchar con firmeza para no abandonar mi labor asistencial. Sentimientos de culpa, de inadecuación y de impotencia me han golpeado con tal fuerza que se ha vuelto muy difícil poder procesar esta forma de pérdida. Sólo la supervisión profesional y el poder hablar a fondo con colegas de lo sucedido —y cómo me sentía—, me han devuelto la serenidad, permitiéndome continuar en mi profesión; eso sí, acrecentando en mí un mayor sentido de fragilidad y humildad.

La *Psicología Dinámica* y el *Psicoanálisis* han trabajado en profundidad los conceptos de *Transferencia* y *Contra-transferencia* que ocurren en la relación asistencial y de hecho en toda relación personal. Si la *Transferencia* se refiere al impacto emocional (deseos, expectativas, carencias insatisfechas sentimientos profundos a menudo inconscientes) que el terapeuta provoca en el paciente, la *Contra-transferencia* supone asimismo el impacto emocional que el paciente produce en



1. Licenciado en Psicología por la Universidad de Barcelona. Master en Terapia Familiar por Andover Newton Theological School, Boston.
www.joseparaguas.es.

el terapeuta (sentimientos de poder, de ser experto, de salvador, de tenerlo todo bajo control, de resultar imprescindible).

Resulta esencial que en la supervisión se pueda analizar la *Contra-transferencia* existente para no crear dependencia, ni inmadurez, ni cualquier otro daño en los pacientes que atendemos. Y al mismo tiempo, provocar a través del proceso asistencial, que las personas asuman sus vidas y sus decisiones con plena madurez y responsabilidad. Ni que decirlo, que la *Contra-transferencia* después de un suicidio, ya sea en un terapeuta, en un familiar o en alguien conocido resulta inevitablemente ser muy dolorosa y compleja.

Sin dar espacio para la vanagloria, seguramente muchos de nosotros —a veces, incluso sin ser conscientes— hemos evitado la *muerte por suicidio* a otras personas. Una llamada oportuna, una tierna conversación, una palabra de ánimo, una escucha compasiva, un acto del corazón...

Es un hecho notorio, que, por un suicidio consumado, existen muchas tentativas de suicidio.

Me compartía una vez un paciente al cual yo trataba por su excesiva adrenalina e impulsividad, que circulando ya bien entrada la noche hacia su casa, miró hacia arriba de un puente. Le pareció ver a un hombre en actitud sospechosa, así que, parando su vehículo, corrió hasta donde se encontraba aquel hombre y, justo cuando éste ya se iba a lanzar desde el puente, lo agarró, lo noqueó y llamó a una ambulancia. Nunca supe quién era ese hombre y qué razones le impulsaban a querer poner fin a su vida. Pero su actitud impulsiva, decidida y altruista, evitó una tragedia. De esta forma, mi paciente impulsivo y ansioso, se transformó como nos sucede a muchos de nosotros, en un *sanador-herido* (concepto atribuible a Henri Nouwen). Alguien que, debido a sus heridas, providencialmente pudo traer sanidad a otros.

Inicialmente, quisiera dejar una reflexión semántica, pero con importantes consecuencias psicológicas. Me parece más correcto hablar de *muerte por suicidio*, que no expresar que *alguien cometió suicidio*. Cuando utilizamos el verbo *cometer* o alguno de sus sinónimos, se da a entender que la persona libremente escoge poner fin a su vida, haciendo uso de una acción intencional. Pero la abrumadora realidad es que la mayoría de personas que llegan al suicidio nunca lo hacen con pleno uso de su libertad, sino que actúan

sobrepasados por su dolor y su desesperación. A ello hay que añadir que en muchos casos de suicidio hay un componente claro de insanidad mental o emocional profundos. Esta insanidad es inducida muchas veces por un consumo de tóxicos —legales o ilegales—. Así que, por diversas razones, la persona puede llegar a ver estrechada su perspectiva vital, encontrando en el suicidio la única salida.

ESPECTRO DE CONDUCTAS SUICIDAS

La muerte por suicidio es multicausal, no se puede hacer depender de unos factores concretos o circunstancias determinadas. He conocido pacientes para quienes el intento de suicidio ha sido un acto netamente impulsivo, como respuesta a una frustración difícil de asumir (debido a una ruptura relacional o a una pérdida). En cambio, para otras personas, el suicidio ha significado el final de una larga lucha, después de convivir durante años con sentimientos de profunda desesperación y falta de estabilidad emocional.

También sabemos que hay enfermedades mentales graves, tales como el *Trastorno Bipolar*, el *Trastorno Depresivo* profundo o el *Trastorno Límite de Personalidad*, que aumentan la probabilidad de suicidio. Por supuesto el consumo patológico de alcohol, de drogas o incluso de medicación psicotrópica sin control, pueden ser *factores de riesgo* muy importantes. Señalaría asimismo como *factor de riesgo para el suicidio*, el haber sufrido antecedentes familiares de primer grado por suicidio. Sobre todo, si no se ha podido trabajar el tema en profundidad a nivel psicoterapéutico, las personas pueden quedar muy marcadas.

Dado que el suicidio comporta para la familia *un duelo muchas veces prohibido y estigmatizado*, las personas que han sobrevivido al suicidio de un familiar bloquean sus sentimientos y los patologizan. Con ello aumentan el riesgo de ansiedad, de depresión, de estrés postraumático e incluso de conductas suicidas para ellos mismos.²

Quizás subrayar, que el alarmante crecimiento del suicidio entre jóvenes y adolescentes, sea debido a una combinación de los factores anteriormente citados con los factores propios de la etapa evolutiva (caracterizada por su fragilidad emocional) y factores sociológicos imperantes en la actualidad.³

2. Garcíandia Imaz, José Antonio. *Familia, suicidio y duelo*. Universidad Pontificia Javierana. Bogotá 2013.

3. Desde aspectos neurobiológicos (predisposición genética), la desesperanza, los trastornos psiquiátricos, el embarazo, el *bullying* escolar (maltrato escolar), el *ciberbullying* (maltrato cibernético), el desempleo y el consumo indiscriminado de la tecnología. Revista Médica Hospital General de México, 2013.

Por último, añadiría a este amplio espectro de factores precipitantes del suicidio, *el mantenimiento de una actitud suicida*. Personas que tienen actitudes o hábitos de riesgo vital durante años en su vida, pero que se muestran incapaces de modificarlos. Desde personas que descuidan gravemente su salud, personas con hábitos altamente nocivos, personas con conducción temeraria o incluso aquellas que buscan el riesgo de forma innecesaria.

CUESTIONES RELEVANTES EN CUANTO AL SUICIDIO

- No es cierto que *la gente que intenta suicidarse, quiera sólo reclamar atención*. Es una idea que debemos desterrar de nuestra mente. De hecho, se requiere mucha experiencia profesional para poder diferenciar entre un paciente histérico que usará la posibilidad de suicidio para manipular a su entorno, de alguien que está verbalizando una posibilidad real de suicidio. Por lo tanto, siempre que una persona exprese —de forma verbal o por escrito— la idea de *muerte por suicidio*, debe concederse la debida importancia y examinar a fondo las razones que sustentan tal afirmación, para valorar si obedece a una posibilidad real.
- No se ha de confundir *la desesperanza temporal* propia de ciertos momentos de desánimo y desmotivación, donde a la persona le cuesta vivir o plantearse un futuro, con *la ideación suicida* en que la persona concibe planes o estrategias concretas, acerca de cómo acabar con su vida. De nuevo, no siempre es fácil diferenciar entre un vago pensamiento y una determinación. Sólo un conocimiento cercano de la persona y una conversación íntima y pausada nos ayudarán a clarificar la situación.
- A veces *se cree que la muerte por suicidio es siempre predecible*. Se ha trabajado desde la clínica en cuestionarios específicos de prevención, que se administran a los pacientes con riesgo de suicidio. Pero diversas investigaciones sobre el tema —algunas recientes— han demostrado que ni siquiera los especialistas clínicos pueden predecir al cien por cien el suicidio.⁴

Se trata de una muerte inesperada, que siempre sorprende y que sin duda dejará muchos interrogantes abiertos. Sin duda, se ha de mejorar y aplicar todo el trabajo posible en prevención y tener cada vez más profesionales bien formados, pero finalmente hemos de asumir que no siempre podremos impedir lo inevitable.

- *Se ha de liberar a la muerte por suicidio del estigma al que viene asociado*. Hablar en profundidad de las causas del suicidio, de los posibles planes de prevención e incluso de la ayuda a los familiares y amigos que *sobreviven al trauma del suicidio*, sigue costando mucho.

Paradójicamente no estamos tratando de un problema marginal o con poca significación social, sino que ha pasado a ser la causa de muerte no natural más importante en nuestro país y que además está afectando cada vez más a una población juvenil.⁵ Probablemente dicha estigmatización esté impregnada en nuestro *inconsciente colectivo*, donde existen desde componentes religiosos,⁶ componentes profesionales —la incapacidad profesional para intentar frenarlo—, hasta los ya citados componentes emocionales que las familias deben afrontar —la culpa y la vergüenza—. Es necesario reivindicar que la forma como una persona muere no siempre le va a restar dignidad o brillantez a su vida.

- *No resulta aconsejable publicar detalles específicos acerca del suicidio*.

Si bien se requiere hacer visible el tema del suicidio a nivel social y trabajar en mejorar los campos de prevención y terapia, se ha visto que ser demasiado explícitos en detalles y conductas, produce resultados adversos. Hay personas que son *demasiado vulnerables* debido a su *insanidad* mental al material expuesto. Y en el caso de personas jóvenes puede producirse un *efecto imitativo* ante las conductas presentadas, que favorezca aun más el riesgo de suicidio.

4. John Sommers-Flanagan. Infallibility comes to terms with a client's suicide. *Psychotherapy Networker*, July-August 2021.

5. El suicidio es la principal causa de muerte entre jóvenes de 15-29 años. Durante el año 2020 han fallecido por suicidio 3941 personas (74% hombres y 26% mujeres). Fundación Española para la Prevención del Suicidio.

6. Aunque la Iglesia Católica ha modificado desde el siglo pasado su doctrina en cuanto al suicidio, lo cierto es que, durante muchos siglos, el suicidio era considerado en el Catecismo Católico como un pecado mortal y la persona muerta por suicidio era proscrita en su funeral y en su lugar de entierro.

ESTRATEGIAS EN CUANTO A LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

- Nunca debemos asumir *el rol de superhéroe* en términos terapéuticos o asistenciales. Cuando existe una leve sospecha que indique un riesgo de suicidio, se debe pedir ayuda y derivar a la persona a un centro especializado. Todo ingreso psiquiátrico es traumático, pero nada es comparable a la muerte. Subrayo el término *especializado* porque muchas personas antes de fallecer por suicidio han sido visitadas el mismo día o con poca anterioridad, por algún médico de familia o servicio de urgencias general.

La *sospecha de suicidio* es de las pocas excepciones donde se debe romper el secreto de confidencialidad, al cual están sujetos los sacerdotes, pastores o terapeutas.

Es bueno compartir nuestra intuición con otras personas, supervisarse, buscar su apoyo e incluso contar con instituciones para hacer frente a algo tan complejo.

Se ha comprobado que no sirve de mucho tener el compromiso de la persona acerca de que no va actuar contra su vida o incluso contar con un formulario firmado. Esto puede desculpabilizar legalmente al psicólogo, pero se ha demostrado que es inefectivo a nivel de prevención de riesgos.

- La herramienta más eficaz siempre en términos de prevención de suicidio pasa por estar conectado relacionalmente, contar con *una relación significativa*. Sólo en el contexto de tal relación, la persona con *ideación suicida* se torna capaz de verbalizar sus ideas y sentimientos más terribles, por dolorosos que resulten.⁷
- Una vez que la relación personal es sólida, resulta imprescindible establecer *un plan de seguridad*, dado que puede haber una recurrencia en la conducta suicida. La persona en riesgo de suicidio debe

poder identificar aquellos *puertos seguros a los que acudir* en caso de turbación (fe, familia, amigos, médicos). Se debe restringir el acceso a los medios utilizados en *la ideación suicida* (medicación, armas, conducción, soledad, etc.). Y, por supuesto, poder realizar un seguimiento adecuado acerca de cómo va la persona evolucionando y distanciándose de su ideación. Si la persona no colabora en la elaboración de dicho *plan de seguridad*, significa que el riesgo de suicidio sigue siendo muy alto.

- *Salir de la oscuridad siempre es posible*. El antídoto para el suicidio pasa por *la esperanza*. Sólo la muerte nos deja sin esperanza de resolución con respecto a la totalidad de problemas que nos golpean en esta vida.

Cuán sanadoras pueden resultar *unas breves palabras* que emanan de un corazón compasivo. Es algo que me conmueve con el paso de los años; cómo algunos de mis pacientes recuerdan con tanta viveza y emoción profunda una expresión o una pequeña observación que hice para afirmarles o animarles.

El suicidio nos lleva a desviar *el foco de la esperanza*, dejando de considerar cualquier atisbo de mejora o de resolución. Nos lleva a apagar la luz, no sólo de nuestra vida, sino la de muchas más personas, para quienes nuestra vida es importante.

He iniciado este artículo con un poderoso y terapéutico texto bíblico del profeta Isaías, a quien le tocó ministrar históricamente a un pueblo derrotado y humillado por sus adversarios militares, que vivía en el exilio geográfico y existencial. Un pueblo que *casi lo* había perdido todo —humanamente hablando— y al cual, el profeta le invita a mirar con otros ojos y a considerar otras realidades, más allá de sus propios recursos.

No hay desierto lo suficientemente extenso que no se pueda finalmente cruzar. Ni soledad tan árida que no se pueda transformar. 

7. Por *relación significativa* entiendo haber creado un clima de confianza, de libertad, de aceptación y de compasión. Sólo en ese clima relacional es posible verbalizar la desesperanza y la deriva existencial.

ALGUNAS REFLEXIONES SOBRE LOS DATOS DE SUICIDIO

ANTONIO SAA REQUEJO

Dr. Ingeniero Agrónomo

Intentamos en este trabajo echar un vistazo a los datos de España sobre el suicidio y reflexionar sobre ellos, para contextualizar desde una perspectiva más amplia la avalancha de informaciones que nos hablan de su incremento y otras que ligán este fenómeno a la pandemia.

Todos los datos de tasas los hemos pasado a tasas de incidencia por cien mil habitantes para hacerlos comparables y no hacerlos dependientes de la variación de la población de referencia (general o de grupos); a este tipo de tasas nos hemos acostumbrado, desgraciadamente, con la pandemia.

Podríamos buscar datos internacionales, pero sería aún más problemática su interpretación por las diferencias tan importantes que se encuentran entre países. Y no sólo eso, sino por los diferentes sistemas de recogida y procesado de datos. Recogeremos simplemente unos datos de contexto en base a datos del Banco Mundial¹ que, a su vez, sintetiza informaciones de la Organización Mundial de la salud (World Health Organization, Global Health Observatory Data Repository) y que son datos de 2019 en su mayoría. En el extremo inferior está Barbados con una tasa de 0.6 y tras varias pequeñas islas o colonias turísticas de clima cálido nos

encontramos a Jordania con 1.6 y Siria con 2.2. En el extremo opuesto tendríamos a Lesotho con 72.4 (¡100 veces mayor que la tasa mínima!), seguida de Guyana (40.3), Eswatini (29.4) y Corea (28.6). En general, a los países enriquecidos les corresponden tasas más altas que a los países empobrecidos. No obstante, hay algunos valores curiosamente altos en India y el corredor centro-oriental de África. También destaca, por sus altos ratios, Rusia. Después entrarían Australia, el cono sur de Iberoamérica, EE. UU. y parte de Europa. Aunque puede resaltar más o menos una zona según los rangos que se tomen para hacer los mapas o cambiar los años de datos en países con valores muy cercanos a los límites de los rangos. Por ejemplo, se puede comparar el mapa de 2017 con categoría $>20^2$ y el de 2014 con categoría $>15^3$.

En España suministra datos el Instituto Nacional de Estadística (INE, www.ine.es). La última actualización a fecha de este trabajo es de 10/11/2021 e incluye los datos de 2020; por ello, previsiblemente habrá que esperar bastantes meses para tener los de 2021.

De los múltiples conjuntos que podríamos presentar, seleccionamos los que entendemos más relevantes para tomar perspectiva.

GRUPOS de EDAD	1-14	15-29	30-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95+
Diferencia 2020-2019	0.11	-0.21	0.11	0.47	0.01	0.71	1.60	0.77	0.48	0.90	-1.26	3.00	1.28	3.01	6.99
>M+1xDT	SI	NO	NO	NO	NO	SI	SI	SI	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO
>M+2xDT	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO

Tabla 1. Cálculo por grupos de edad de la tasa de suicidio relativa en 2020. Diferencia 2020-2019, diferencia entre la tasa de 2020 y 2019; >M+1xDT, valor de 2020 mayor que la media más una vez la desviación típica del periodo 2000-2020 ; >M+2xDT, valor de 2020 mayor que la media más dos veces la desviación típica del periodo 2000-2020. Elaborado a partir de datos de INE.

1. <https://datos.bancomundial.org/indicador/SH.STA.SUIC.P5>.

2. <https://elordenmundial.com/mapas-y-graficos/mapa-tasa-suicidios-mundo/>.

3. https://elpais.com/sociedad/2014/09/04/actualidad/1409826684_450206.html

En primer lugar, en la Tabla 1 recogemos las tasas de suicidio por edades (referidos a las dos últimas décadas, aproximadamente) según la división etaria que aporta el INE. Se aprecia en cuanto medias que la tasa de suicidio va creciendo en general con la edad. Se parte de una tasa ínfima en 1-14 años que ya crece apreciablemente en el grupo de 15-29 años. En la zona media vital, podríamos decir de 50 a 69 años, se estabiliza. A partir de los 70 o 75 años se incrementa, pero con 2 excepciones, el periodo 85-89 y el de más de 95 años.

Por otra parte, recogemos en la misma Figura 1 la variabilidad (como coeficiente de variación en % y representada en barras rayadas) de los datos en el periodo. Cuanto más elevada sea esta variabilidad, más diferencias podemos encontrar en el número de suicidios de unos años a otros; cuanto más reducida, más estable el valor a lo largo de los años, el número de suicidios de año en año varía menos. Así encontramos que las mayores variabilidades están entre los niños (1-14 años) y los mayores de 95 años. Este hecho estaría indicando que los suicidios a estas edades son sucesos relativamente circunstanciales y por ello poco estables en el tiempo. Nos atrevemos a apuntar que este comportamiento estaría reflejando una diferencia en la conciencia, autonomía personal, capacidades, etc. En el caso de los niños también habría que comentar que el concepto de muerte como proceso irreversible se puede alcanzar sobre los 12-13 años. Los grupos más próximos a estos extremos (15-29 y 85-94) presentan también variabilidades algo más altas.

Resalta ya, por tanto, que se está haciendo mucho hincapié informativo en los jóvenes, pero el problema en mayores es más acusado; sin que ello quiera quitar un ápice de importancia a la incidencia en cualquiera de los grupos. El hecho de una sola persona que muera por su propia mano ya ha de alertar a la sociedad para

revisar cómo estamos en relación a nuestra capacidad humanizadora y de atender a la persona que sufre.

También resalta que con sólo los datos de 2020 se esté atribuyendo a la pandemia un efecto significativo sobre el suicidio (a veces englobado en la salud mental general). Por ello hemos calculado en la Tabla 1 algunos índices comparativos.

Si comparamos los datos de 2020 con 2019, suben 3 puntos o más su tasa de incidencia los grupos por encima de 80 años (a excepción del grupo especial ya indicado de 85-89, que sólo sube 1.28 puntos), llegando en los mayores de 95 años a un incremento de 6.99 puntos. En el resto de los grupos etarios sólo cambian más de un punto (además del ya indicado de 85-89 años) el de 55-59 años que sube y el de 75-79 años que baja. El grupo de 15-29 años baja 0.21 puntos. Sin embargo, como ya hemos indicado la variabilidad interanual es alta y podemos abordar también la valoración de esta incidencia en 2020 en relación con la serie anterior 2000-2020 y su variabilidad. Desde esta perspectiva no encontramos ningún dato de 2020 que esté por encima de la media y 2 veces la desviación típica (lo que suele usarse para localizar valores extraordinarios, 2.2 % de valores más altos). En el caso de considerar una vez la desviación típica sobre la media (valores altos, pero no extraordinarios, 15.8 % de los valores más altos) encontraríamos una incidencia mayor en 2020 entre 1-14 años y entre 50-64 años. Tómese conciencia que, aunque en valor absoluto las personas mayores eran las que más incrementaban sus tasas de suicidio, puestos en términos relativos a su variabilidad interanual, estos incrementos no son tan relevantes.

Aportamos estas reflexiones no para minimizar la gravedad de la situación sino como motivo de denuncia de la escasez crónica (que viene de lejos) de medios públicos (y tal vez también privados) para una atención continuada, ajustada y personalizada de quienes padecen

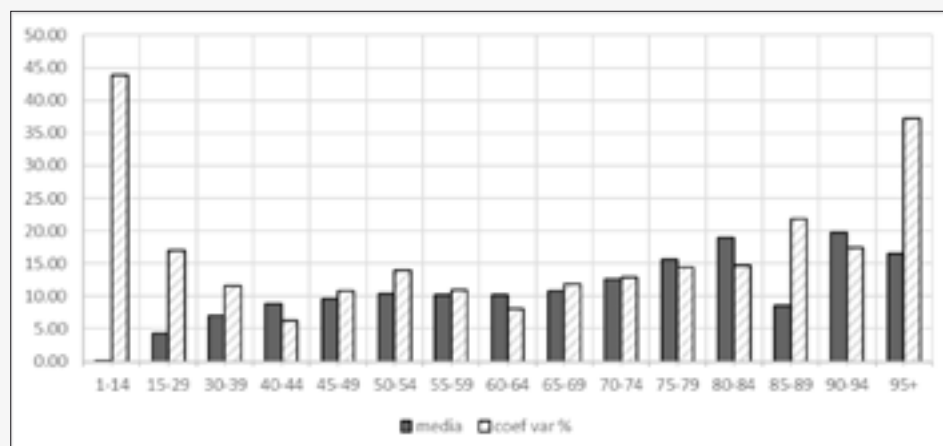


Figura 1. Tasa de suicidios (por cien mil habitantes) por grupos de edad en el periodo 2000-2020. Elaborado a partir de datos de INE.

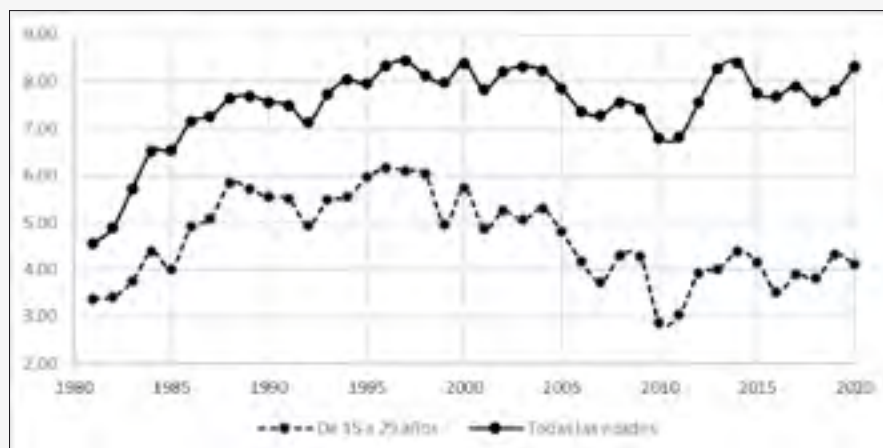


Figura 2. Tendencia de la tasa de suicidio (por cien mil habitantes) desde 1981 a 2020, para la población total y para la población de 15 a 29 años. Elaborado a partir de datos de INE.

estos problemas y de sus familias. Seguro que a la mente y al sentir de cada uno se nos pueden hacer presentes algunas historias de vida más o menos cercanas.

Creemos necesario tener esta visión global del fenómeno del suicidio en España para que la focalización de la atención sobre unos grupos no pueda significar en ninguna medida, el olvido de otros. De ahí este esfuerzo de objetivar la información.

Siguiendo con nuestro análisis, planteamos aproximarnos a la variación interanual de la tasa de suicidios. En la Figura 2, encontramos la evolución de la tasa para el total de la población. Con este tipo de gráficas podemos tener una perspectiva más amplia pero también incluir valores heterogéneos obtenidos con distintas metodologías de registro y conteo, incluida la tendencia al ocultamiento del hecho del suicidio en distintas épocas. Se observa claramente un incremento de las tasas de suicidio desde 1980 a 1997, quizás asociado a un crecimiento económico (recuérdense los datos según riqueza a nivel internacional) y pérdida de valores tradicionales. Si nos fijamos en los datos más recientes, tendríamos una relativa estabilidad entre 1995 y 2004; un posterior descenso hasta 2010 (aunque con un pequeño incremento relativo en 2008) y, finalmente un incremento hasta 2014 para más o menos estabilizarse después.

Hemos comparado esta tasa de suicidios con algunas variables socioeconómicas, como el porcentaje de variación interanual del PIB⁴ o la tasa de paro⁵ y, aunque en algunos momentos se pudiera argumentar cierta causalidad, esta no es consistente en todos los momentos, apuntando así a una multicausalidad en el fenómeno del suicidio.

En la misma Figura 2, encontramos la evolución de la tasa de incidencia en las personas entre 15 a 29 años, que podríamos asimilar a jóvenes (y del que más se suele hablar recientemente). Destaca que su variación relativa es similar a la de la tasa general de la población; cuando una sube (o baja) la otra también. Curiosamente la mayor discrepancia a este patrón es el año 2020, donde sube la incidencia general (que ya estaba subiendo en 2019) pero baja la de 15-29 años (que también estaba subiendo el año anterior); curiosamente decimos porque pone en cuestión la subida por la incidencia de la pandemia en jóvenes. Esto nos permite insistir en que la multicausalidad de este fenómeno lo hace muy complejo y descarta cualquier simplificación. Incluso desde una perspectiva de reflexión sobre datos estadísticos, al margen de su complejidad como fenómeno humano existencial, nos lleva a la dimensión de misterio.

No sólo encontramos gran variabilidad temporal, sino que también encontramos gran variabilidad espacial en la propia España. En la Tabla 2 se recogen datos por Comunidad Autónoma (aunque sólo para el año 2019, por lo que puede variar en otro espacio temporal) con tasas entre algo más de 11 (en Galicia y Asturias) y menos de 6 (en Madrid, Melilla y Ceuta), sin que aparezca un claro patrón espacial norte-sur, este-oeste o similares.

En cuanto a sexo, hay que indicar que la incidencia en hombres es unas 3 veces mayor que en mujeres (muy estable en el periodo 2000-2020). Esta diferencia ya se observa en el grupo etario de 15-29 años, pero no en el de 1-14 años, lo que incide en la peculiaridad de este grupo (como hemos visto anteriormente).

4. https://www.abc.es/economia/abci-confirma-desplome-historico-cayo-52-por-ciento-hasta-marzo-covid-19-202006300920_noticia.html.

5. https://elpais.com/economia/2016/04/28/actualidad/1461866236_955613.html.

Algunos autores analizan los suicidios en el contexto de las causas de muerte, dónde a veces se distingue entre causas naturales o no. Pero en ese contexto cabría preguntarse, por ejemplo, qué parte de la incidencia del cáncer es natural y cuál inducida por las formas de vida y la contaminación ambiental, más aún en jóvenes, donde la vejez celular no es tan probable.

Otras veces, el suicidio se pone en contexto de las causas de muerte por causas externas, indicando que es la causa más probable de ellas. Sin embargo, según se aprecia en la Tabla 3, esto es dependiente del seccionamiento que se haga de los grupos de causa. Si juntásemos todos los accidentes, estos serían casi tres veces mayores que los suicidios. O visto de otra forma, si subdividiéramos las causas de suicidio en, por ejemplo, las formas de realizarlo, tendríamos categorías de menor incidencia.

Para complementar esta breve aproximación realizada desde la frialdad de unos datos, queremos destacar que su verdadera intencionalidad es la de favorecer la reflexión y realizar una llamada de atención para intentar no acercarnos (independientemente del campo de conocimiento desde el que lo hagamos) al fenómeno humano del suicidio con una actitud superficial y cosificante, sino desde el mayor respeto a la dignidad humana y buscando una mayor conciencia de la responsabilidad personal y social que tenemos en relación con él y como búsqueda de respuestas de prevención y ayuda; en general, de búsqueda de un desarrollo de cada ser humano en su esencia y sentido. Los números son como fotos de una situación social muy dolorosa que siempre nos ha de remitir a la existencia doliente de las personas y a su necesidad de sentido, aún con el clamor de estar mirando hacia la muerte cuando verdaderamente estamos llamados a la vida.

Destacamos la necesidad de contextualizar los datos y evitar lo que podríamos llamar el «síndrome del récord», donde todo el mundo se afana por ponerse por delante de los otros porque él es el «más». El *magazine* más visto de la mañana (¿hay más personas que

CCAA	Tasa 2019
Melilla	4.62
Ceuta	4.72
Madrid	5.60
Navarra	6.73
Cataluña	7.24
Baleares	7.57
Aragón	7.73
Cantabria	7.92
País Vasco	8.11
Murcia	8.17
Extremadura	8.62
Valencia	8.79
Castilla-La Mancha	8.85
Rioja La	9.15
Andalucía	9.42
Castilla y León	9.50
Canarias	9.66
Galicia	11.30
Asturias	11.93

Tabla 2. Tasas de suicidio de 2019 por comunidades autónomas. Elaborado a partir de datos de INE.

están viendo series?), el partido de fútbol del año (¿y para los padres que están asistiendo al primer juego de su hijo?), el partido político con más perspectivas de ganar las elecciones (¿en qué «cocina» de datos?), el mes más seco de la década (¿pero si se exigen 30 años sólo para obtener una media!) o la persona que lanza más lejos escupiendo un hueso de aceituna (¿cuántas cosas se podrían lanzar y con cuántos medios?), serían algunos ejemplos de este síndrome que intenta que se valore más lo que se quiere promocionar (y en el fondo lo que se anuncia o publicita). Deberíamos tener más claras nuestras categorías axiológicas en lugar de dejarnos obnubilar por las estadísticas; no dejar estas de lado, pero sí darles el valor contextual adecuado, en sí mismas y en nuestra cosmovisión. 

CAUSA	Hombres	Mujeres
Total	44.3	24.6
Accidentes de tráfico	6.3	1.6
Otros accidentes de transporte	0.8	0.1
Caidas accidentales	7.7	6.3
Ahogamiento, sumersión y sofocación accidentales	7.2	6.6
Accidentes por fuego, humo y sustancias calientes	0.5	0.3
Envenenamiento accidental por psicofármacos y drogas de abuso	2.4	1
Otros envenenamientos accidentales	0.5	0.3
Otros accidentes	5	3.5
Suicidio y lesiones autoinfligidas	12	3.7

Tabla 3. Tasas de mortalidad (por cien mil habitantes) por causas externas. 2019. INE.

VEJEZ Y SUICIDIO

ALEJANDRO ROCAMORA BONILLA

Psiquiatra

1. VEJEZ Y SUICIDIO

Son los dos conceptos sobre los que vamos a reflexionar en el presente artículo. Necesariamente no van unidos, pero en ocasiones se entrecruzan provocando la angustia en el contexto que se produce.

En primer lugar, diremos que la vejez es un periodo de la vida (se considera que a partir de los 65 años uno es viejo) y el envejecimiento es un proceso que se inicia con el nacimiento y finaliza con la muerte. Así, pues, el envejecimiento es un fenómeno histórico y global de la persona. Afecta a su dimensión biológica, psicológica, social y funcional. Lo que no se deteriora ni enferma, según V. Frankl, es la dimensión espiritual o noética de la persona. Sin embargo, el envejecimiento no se debe considerar sólo como un proceso hacia el deterioro integral de la persona, sino también como un proceso continuo de plenitud. Para V. Frankl la vida es un círculo, que concluye con la muerte (Frankl, 1987, p. 168).

No se es viejo desde un momento determinado. Por eso parece mejor hablar en términos dinámicos y utilizar expresiones como envejecer o envejecimiento. Es lo que estudia la gerontología.

A este respecto la OMS maneja dos conceptos de envejecimiento: uno, «el envejecimiento activo» (cfr. OMS, 1999) que se refiere al proceso de optimización de las potencialidades de salud y los recursos (psicológicos, sociales, etc.) con que todo anciano cuenta, y otro, el que hace referencia a la importancia de iniciar desde la niñez hábitos y estilos de vida saludables, haciendo prevención temprana de algunas enfermedades y discapacidades (cardiopatías, enfermedades motóricas, etc.). Es lo que se denomina «envejecimiento saludable» (cfr. OMS, 2015).

Podemos afirmar que en el siglo XXI el envejecimiento se contempla como un proceso con posibilidades evolutivas, atendiendo más al potencial de la senectud que a los problemas de esta época de la vida.

La existencia es un proceso con un largo o corto recorrido. Lo importante, más que el recorrido, es cómo

se vive. Eso sí, siempre es fundamental vivir cada momento con plenitud.

Simplificando mucho, la edad se puede vivir de dos maneras negativas: por exceso o por defecto. La primera presupone que tenemos cualidades de la que carecemos: así, el adolescente que actúa y vive como un adulto (asume la responsabilidad de su casa, cuida de los hermanos pequeños, etc.), o el anciano que viste como un adolescente, actúa como un adolescente y desea realizar actividades deportivas como un adolescente. En ambos supuestos, el adolescente y el anciano están abocados al fracaso, que se puede manifestar por la angustia o incluso por la desesperación. La solución está en «acomodar» sus objetivos a su edad y «asimilar» las deficiencias y posibilidades de la edad del adolescente y del anciano.

Por otra parte, el otro término de nuestra exposición es el suicidio. Este es una vivencia compleja, multidimensional y multicausal. No podemos, pues, centrarlo todo en un solo estresor (vivencia de la pandemia, muerte de un hijo, etc.), sino que hay que admitir que la conducta suicida es poliédrica, con diferentes caras: biológica, social, psicológica, situacional y acontecimiento estresante. Sería un reduccionismo si declaramos que una persona se ha suicidado por su diagnóstico de cáncer o por su ruptura sentimental, o por ser viejo, por poner solamente tres ejemplos. Eso sí, podemos afirmar que toda vivencia estresante puede ser un factor coadyuvante que nos lleve al suicidio. Es falso, pues, afirmar que tal persona se ha suicidado por esta u otra causa; es mejor afirmar que tal persona con una situación personal, social o psicológica especial, más la vivencia de su vejez, ha optado por el suicidio.

Lo que ocurre es que se confunde el factor precipitante o coadyuvante con el factor causal directo. Debemos recordar que la vivencia suicida generalmente es un proceso, que puede durar días, semanas o incluso años (excepto en los suicidios impulsivos) y que, además, como hemos dicho antes, es multicausal. Es por lo que no podemos decir que la vejez es la causa de

los suicidios. A lo sumo podemos afirmar que la etapa de la vejez, por ser un período de pérdidas (pérdida del rol personal y social, pérdida de la actividad laboral, pérdida de la salud, etc.) puede contribuir, no determinar, al posible aumento de las conductas suicidas en esta etapa de la vida.

Cada persona es única e irreplicable como la huella que llevamos en nuestro carnet de identidad. Cada uno se enamora a su manera, sufre a su manera o muere a su manera. Y también, cómo no, cada uno resuelve sus conflictos a su manera o se plantea su existencia a su manera... incluso su forma de vivir y de morir. Por esto, el suicidio siempre tiene un sello personal e intransferible, por lo que no sirven generalizaciones a la hora de las intervenciones terapéuticas, y mucho menos cuando se quiere dar una explicación causal única de ese comportamiento.

También es necesario decir que toda conducta suicida, aunque es personal e intransferible, no es constitutiva del ser viviente, y por esto aquí hablaremos de la persona que se ha suicidado, y no del suicida. Nadie es un suicida, sino una persona que ha tenido ideas de muerte, ha hecho un acto contra su vida o se ha suicidado. Y, además, no existe el suicidio, sino los suicidios. Esto último se puede defender pues no existen dos suicidios iguales, ni mucho menos se vive de la misma manera la «situación» que ha llevado a la muerte.

2. SUICIDIO EN LA VEJEZ: ESTADÍSTICA, CARACTERÍSTICAS, TIPOS Y MITOS

Algunos datos estadísticos

Con frecuencia se habla del incremento de los suicidios en los jóvenes, pero poco o nada se dice del incremento de los suicidios en los ancianos. La realidad es que el número de suicidios en ancianos ha aumentado y seguirá aumentando. Según Pérez Borrero (2012) en el año 2030 el suicidio en ancianos será el doble que el actual.

Según la Fundación Española para la Prevención del suicidio (2021) podemos señalar estos datos en la población en general:

- El suicidio provoca en torno a 800.000 muertes en el mundo al año, más que las guerras y los homicidios o más que el cáncer de mama.
- Cada 40 segundos una persona muere por suicidio en el mundo y otra lo intenta cada 2 segundos.
- En España fallece por suicidio una media de 11 personas al día, 1 cada dos horas y cuarto.
- En España en 2020 han fallecido por suicidio 3.941 personas casi el triple que por accidente de tráfico

y 85 veces más que por violencia de género. A ello hay que sumarle los intentos de suicidios y las personas que tienen ideas suicidas.

- El suicidio es la segunda causa de muerte en la juventud española (de 15 a 29 años), detrás de los tumores.

Otros datos (INE, 2021):

- En el año 2020 se han producido más de 1.000 suicidios en personas mayores de 70 años y entre menores de 29 años un total de 314.
- El suicidio en personas mayores de 79 años ha aumentado en un 20 % respecto al 2019, tanto en hombres como en mujeres.

Características

Pérez Borrero (2012) señala algunos rasgos propios del suicidio en ancianos:

- a. *Los ancianos realizan menos intentos de suicidio que los jóvenes:* por cada anciano que se suicida lo han intentado cuatro, mientras que por cada joven que se suicida lo han intentado doscientos, y en la población adulta por cada suicidio ocurren entre 15 y 20 intentos de suicidio.
- b. *Los ancianos son más reflexivos:* el anciano, generalmente, no se suicida de forma impulsiva, sino tras un largo periodo de análisis donde valora los pros y contras de la conducta que va a realizar.
- c. *Los ancianos proporcionan pocas señales de aviso:* en ese largo proceso de elaboración el anciano, generalmente, no comunica a nadie su intención de morir y, por lo tanto, es más difícil de prevenir y evitar el suicidio.

Entre las señales de alarma podemos indicar las siguientes: decir con frecuencia que desea morir pues no soporta la situación de su vida o no quiere ser una carga para la familia, entre otras; ser muy reticentes a tomar los tratamientos médicos, abandonar todo contacto social o la propia alimentación; estar excesivamente preocupado por hacer testamento y sobre todo si ha escrito una nota de despedida. En todos estos casos es necesario una exploración clínica más exhaustiva para definir, en lo posible, el nivel de riesgo suicida.

- d. *El anciano utiliza métodos letales:* el 85 % de los suicidios en ancianos es por ahorcamiento, armas de fuego y precipitación de lugares elevados. Métodos drásticos que dificultan enormemente la posibilidad de rescate.

Tipos

Aunque, como hemos dicho antes, la conducta suicida es multidimensional, de forma didáctica, podemos

agrupar el suicidio en el anciano en diferentes tipos. Esto nos puede ayudar a poder implementar la ayuda terapéutica más adecuada. He aquí mi propuesta:

1. *Suicidio escape*: la vejez es una etapa de la vida proclive al deterioro (somático, psicológico y social) y a las pérdidas (de la salud, familiares, trabajo, etc.) y, aunque es verdad que el anciano puede tener más herramientas de afrontamiento (solo por haber vivido más), también es cierto que en algunas ocasiones la desesperación y desesperanza pueden hacerse presentes. Imaginemos una situación de un anciano de gran sufrimiento físico o psíquico, nulos lazos sociales, gran dificultad para ser autosuficiente (nula movilidad, etc.), todo ello puede contribuir a pensar en el suicidio como forma liberadora de esa situación tan estresante.
2. *Suicidio balance*: también la vejez es un tiempo para mirar al pasado y reflexionar sobre los aciertos y fracasos en la vida. Si el balance es negativo, y dado que existe poco tiempo para rectificar, el anciano puede contemplar el suicidio como una solución. Aunque la realidad es que ninguna vida es un fracaso absoluto y siempre habrá un punto de apoyo para querer seguir viviendo. Es el pensamiento de V. Frankl (1978, p. 96): «la vida tiene siempre, incondicionalmente, un sentido y que el suicidio carece siempre de él», y esto lo dijo V. Frankl que había estado durante varios años en varios campos de concentración nazis.
3. *Suicidio por «vacío existencial»*: como bien dice Noblejas (2000, p. 94) el vacío existencial se manifiesta a través del aburrimiento y la indiferencia y es una condición de la falta de sentido en la vida. En los ancianos se pone de manifiesto por una muestra de abandono de todos los focos de interés (familia, hobbies, etc.) y una falta de estímulo para seguir viviendo. Lo que predomina en el anciano es un sentimiento de que su vida ya no tiene ningún sentido. No tiene ningún proyecto de futuro y el presente es anodino y una repetición del día anterior. Esta situación se complica aún más cuando el anciano vive solo. La única puerta que contempla el anciano, puerta falsa, es el suicidio.
4. *Reunión mágica*: se llama así al suicidio que se produce en la vejez, que tras la muerte del esposo/a, el doliente no soporta esa situación y se suicida para estar con el otro/a. Se da sobre todo en parejas con una convivencia de cuarenta o más años y con un vínculo muy estrecho.
5. *Suicidio «para no ser una carga»*: hay que recordar que estamos en una sociedad en que uno vale en

tanto uno produzca algo. Silogismo: como el anciano no produce, no vale. De ahí que, en muchas ocasiones, el anciano se considere una carga para la familia y el suicidio se puede considerar como un alivio para el resto de la familia.

6. *Suicidio pasivo*: es una forma enmascarada de procurarse la muerte, generalmente mediante el abandono de la alimentación o mediante el incumplimiento de tratamientos médicos esenciales para la vida.

Mitos

Sobre el suicidio en los ancianos se han ido generando «leyendas urbanas» que, de tanto repetirlas, parece que son verdaderas. Entre esas ideas, que existen en nuestra cultura occidental, indicamos las siguientes:

1. *El suicidio en los ancianos es racional y por lo tanto justificable*: ante este aserto se podría concluir que no se puede hacer nada por evitar el suicidio en los ancianos. Pero, aunque es cierto que este tipo de suicidios son reflexivos, no quiere decir que el sujeto lo ejecute con plena libertad. Como antes hemos descrito, el anciano se encuentra en una etapa de su vida con muchos condicionantes (físicos, psicológicos, sociales y familiares) que no le ayudan a tomar una decisión libre. Procede, pues, una intervención psicológica para que mantenga la vida.
2. *Todos los suicidios en ancianos se producen por padecer una enfermedad terminal o incapacitante*: aunque es cierto que esa situación de enfermedad es un factor de riesgo, no obstante, como hemos descrito antes, el anciano puede llegar al suicidio por otras motivaciones: reunión mágica, balance de la vida, etc.
3. *La depresión en el anciano es un fenómeno normal, es propia de la edad*: es falso. El anciano se puede deprimir, pero también puede y debe disfrutar de la vida. La depresión, pues, no va unida a la vejez. Más bien, podemos afirmar, que la depresión se produce en cualquier etapa de la vida: infancia, juventud, adultez y vejez.
4. *Todos los ancianos que se suicidan viven solos*: aunque es cierto que el vínculo sano (con familiares, amigos, etc.) es un factor protector del suicidio, esto no quiere decir que el anciano que vive solo irremediablemente se va a suicidar.
5. *Solo los ancianos que padecen una enfermedad mental se suicidan*: es falso. Aunque es verdad que padecer una enfermedad mental grave es un factor de riesgo, esto no quiere decir, que la persona que la padezca está determinada a suicidarse.

3. ALGUNAS CLAVES PARA LA PREVENCIÓN

El suicidio es un «acontecimiento» (vivencia personal de un suceso) que puede hacerse presente en la vida del anciano. Según las estadísticas que hemos indicado más arriba, el riesgo de suicidio en el anciano es mayor que en el joven. ¿Qué se puede hacer para prevenir el suicidio en los ancianos?

Independientemente de las acciones que la propia OMS (2014) refiere para el suicidio en general, aquí nos detendremos en las acciones propias para prevenir el suicidio en los ancianos:

a. Educar para la vejez: es imprescindible que la vejez no solo se contemple como una etapa de deterioro físico, psicológico y social, sino también como una oportunidad para cerrar de forma sana una vida. Es el momento del perdón (perdonar y perdonarse), la reconciliación y realizar lo que no se ha hecho antes.

Por tanto, podríamos afirmar que la vejez es la etapa del deterioro, pero también puede ser de la plenitud. En definitiva, deberíamos realizar lo que la OMS (2015) ha llamado «envejecimiento saludable», que comienza con la infancia y termina con la muerte.

En la vejez, pues, hay que aceptar las limitaciones que conlleva, pero también hay que reforzar las posibilidades que trae consigo: experiencia, creatividad, sabiduría, etc.

b. Importancia de un «nosotros» acogedor: en cualquier edad es importante el vínculo con los otros, pero es en la tercera edad donde el contexto familiar y social se hace imprescindible para desarrollar la vida. Por esto, un «nosotros» acogedor y respetuoso con el anciano es el mejor factor de protección de cara al suicidio.

c. Encontrar el sentido: cada persona, cada anciano debe esforzarse por encontrar el sentido a esa etapa de la vida. Para unos será cuidar de los nietos, para otros dar ejemplo de paciencia ante la adversidad, y para otros transmitir a los demás lo que la vida les ha enseñado, por poner solamente tres ejemplos.

d. Aceptar sus limitaciones: Aceptar supone adaptarse a la nueva situación («buena o mala») no de forma pasiva o resignada, sino provocando sacar el mayor beneficio de lo que en principio no es deseado: en nuestro caso, el deterioro propio de la edad. 

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Frankl, V. (1978). *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia*. México (2.ª ed.): Fondo de Cultura Económica. (original de 1946, revisado en 1971)
- Frankl, V. (1987). *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder. (original de 1984).
- Fundación Española para la Prevención del suicidio (2021). «Suicidios España 2020». Recuperado de <https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio-2020/>
- INE (Instituto Nacional de Estadística) (2021). Defunciones según la causa de muerte. Año 2020. Recuperado de https://www.ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176780&menu=ultiDatos&idp=1254735573175
- Noblejas, M. A. (2000). *Palabras para una vida con sentido*.: Desclée De Brouwer.
- OMS (1999). 52 Asamblea Mundial de la Salud envejecimiento activo. Recuperado de <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/84566/s7.pdf;jsessionid=D677B74B8100F0984F09007C90AA-429F?sequence=1>
- OMS (2015) «Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud». Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf
- OMS (2014). «Prevención del suicidio. Un imperativo global». Ginebra. Recuperado de http://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/exe_summary_spanish.pdf
- Pérez Borrero, S. (2012). «Factores de riesgo suicida en el anciano». Recuperado de <https://www.scielo.br/lj/csc/a/4nt6Fjkt4N-nXWtvHnc6zXF/?lang=es>

ACERCAMIENTO AL SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

Una reflexión desde la logoterapia

M.^a ÁNGELES NOBLEJAS DE LA FLOR

Dra. Filosofía y Ciencias de la Educación

Desde el primer momento de la presente aproximación a un intento de comprensión del fenómeno del suicidio en adolescentes y jóvenes, como una concreción del fenómeno humano del suicidio, me sentí inmersa en el océano de la complejidad del conocimiento. Una realidad tan poliédrica y con diversidad de variables y elementos intervinientes en cada una de sus caras que, irremisiblemente, te sitúa no ya solo ante un enigma sino ante el misterio de la existencia humana.

Según la OMS la adolescencia es la etapa de la vida que transcurre entre los 12 y 19 años. Actualmente, parece que la niñez se está acortando, la adolescencia se está alargando hasta los 24-25 años y la juventud hasta los 30-35 (incluso pudiendo ser una pretensión para toda la vida), por las dificultades con que se encuentran los jóvenes para delinear y desarrollar el propio proyecto de futuro. Estos rangos, sin embargo, cambian con muchos factores socioculturales.

Rocamora (2017) nos confirma la singularidad de cada persona: «La conducta suicida (el acto de morir aquí y ahora, de una forma determinada y por propia mano) es exclusivamente humana, pero presenta tantas aristas como personas que intentan suicidarse, y en ocasiones, cada hecho en sí, puede tener lecturas diferentes» (p. 26).

Podemos avanzar algo en nuestra limitada comprensión a partir de algunas visiones ónticas, principalmente psicoeducativas (no vinculadas a diagnósticos clínicos), en diálogo con la perspectiva del *sentido en la vida* de la logoterapia.

HACIA UNA COMPRENSIÓN GENERAL

Partimos de tres afirmaciones sobre lo que no es la conducta suicida para apuntar hacia su definición: 1) el suicidio ha de considerarse no como un acto aislado sino como un proceso que finaliza en la propia muerte; 2) la conducta suicida no es solamente un problema de

salud mental sino un problema de salud pública; 3) no ha de entenderse como consecuencia de valor o cobardía personal sino como producto de diversas circunstancias (cfr. Rocamora, 2014, y comunicación personal).

Así, se entiende el suicidio como una crisis, que es comprensible con la historia del sujeto y las circunstancias presentes del mismo. En esta línea, se señala que el suicidio del adolescente es un proceso que puede desarrollarse en tres fases: a) fase inicial, con problemas emocionales en la infancia; b) fase de escalada, con la propia crisis evolutiva de la adolescencia que esencialmente es inestable; c) fase precipitante final, en la que aparecen situaciones conflictivas personales y relacionales, que se viven como insuperables.

También hemos de considerar la comprensión que de la muerte puede tener cada persona. El significado de la muerte (sobre todo su irreversibilidad) no se comprende hasta los 9 años y menos aún la muerte propia (por el pensamiento mágico, el niño no llega a comprender que él pueda morir). A partir de los 12-13 años, con la adquisición del pensamiento abstracto, es cuando se alcanza. En la adolescencia y juventud se va avanzando existencialmente en la comprensión de esta finitud; pero en una situación de inmadurez personal, propia del ciclo vital (aunque dependiendo de los contextos) se puede instalar el dinamismo del suicidio.

Podemos decir que, para el adolescente y el joven, el suicidio no es solamente la forma de morir, sino que puede tener otros significados (cfr. Rocamora, 2014): 1) huida de una situación insoportable, 2) petición de ayuda, 3) autoagresión (normalmente ligado a una culpa), 4) hetero-agresión (castigar a otros con su muerte), 5) control mágico de la situación.

La conducta suicida en los adolescentes no es frecuente que sea planeada cuidadosamente; aunque la ideación suicida ha podido estar presente durante largo tiempo, el acto suicida se realiza bajo un fuerte impulso repentino.

Es importante desechar la idea de que el suicidio en el adolescente es una forma de llamar la atención, de

chantaje o un simple berrinche, pues, aunque esto fuera cierto, el riesgo de muerte existe. Toda conducta suicida es una pregunta que el adolescente lanza a su entorno ante la imposibilidad de expresar de otra manera más sana su vivencia de angustia. Podríamos considerar la muerte por suicidio como una denuncia y un ataque hacia una sociedad que se muestra insensible ante el dolor y sufrimiento de las personas que se encuentran en situación de anomia y/o donde los vínculos sociales, los valores y las normas son demasiado débiles para favorecer un compromiso de la persona con su propia vida y con el colectivo.

La vivencia suicida tiene un contexto complejo pues abarca desde lo político y económico hasta otras variables estructurales familiares y sociales y la tradición cultural (ej., culturas en las que está o ha estado incorporado el suicidio como conducta habitual para mantener el honor personal o familiar, o para favorecer la supervivencia del clan; o simplemente es más habitual sin conocerse las causas).

La revisión de los estudios señala que los principales factores de riesgo (o lo que es lo mismo, las circunstancias sociales y características personales que desencadenan el suicidio) en el grupo de edad 15-24 años, incluyen la depresión, la desesperanza, las familias disfuncionales, el abuso de sustancias, el fracaso escolar y el acoso. Otros estudios, dentro del marco sociológico de Durkheim, encontraron fuertes relaciones positivas por países entre las tasas de suicidio, las medidas de secularización y las medidas de individualización. Un amplio estudio de tipo meta-análisis, señala que los estudios son muy heterogéneos y con sesgos; encuentran relaciones significativas pero bajas con el abuso sexual infantil y el abuso físico infantil, pero no con los abusos emocionales, el *bullying*, la violencia en el noviazgo y la violencia en el entorno. En cualquier caso, aconsejan la máxima reducción de exposición de los niños a situaciones de violencia interpersonal.

Rocamora sintetiza su experiencia indicando la presencia de una de estas tres vivencias: derrotismo (pensamientos negativos), incapacidad (imposibilidad de escape) y desesperanza (imposibilidad de rescate).

Desde la logoterapia, las diferentes aportaciones son incorporadas como variables condicionantes que pueden suponer una carga muy pesada y constituir limitaciones muy importantes para tomar la vida personal en las propias manos y darse una oportunidad de futuro. No obstante, nunca pueden considerarse como determinantes para una conducta suicida.

La logoterapia incorpora también los factores de protección y variables resilientes recogidos en la literatura especializada enfocándose en el pilar central de la comprensión de la existencia, la dimensión de lo espiritual.

La logoterapia «no se mueve de un modo causalista (no busca la causa de la vivencia) sino que es teleológica, es decir, la comprensión del fenómeno no se encuentra en el pasado, sino que el futuro nos puede dar las claves de por qué se ha producido de esa manera. Por esto podemos afirmar que el pasado no determina el futuro, sino al contrario el futuro puede dar significado a las vivencias del pasado. Además, la persona en su presente está gestando su futuro» (Rocamora, 2017, p. 87).

Partiendo de la constitución libre y responsable del ser humano que le aporta la capacidad de optar por la vida o por la muerte, nos acercamos a la pregunta: ¿puede tener sentido el sinsentido del suicidio? y, más concretamente, ¿por qué un joven encuentra en la muerte su sentido a la vida? Lo cierto es que nadie quiere morir (instinto de supervivencia), pero para algunas personas, la muerte comienza a cobrar sentido, si bien puede darse cuenta de que el suicidio no es la solución más sana, ¿qué está pasando en la persona y en la sociedad para que la opción del suicidio sea la puerta falsa ante la adversidad?

Viktor Frankl postula que la motivación primera y esencial del ser humano es la voluntad de sentido, esa tensión radical, tensión sana, del hombre para hallar y realizar un sentido y un fin y es expresión de la auto-trascendencia. Resalta que la vida siempre tiene sentido en cualquier circunstancia por extrema que sea. El sentido es algo concreto, cambia de una persona a otra y de un momento a otro. No se puede prescribir. Se descubre una posibilidad en el trasfondo de la realidad. La desesperación, por su parte, es el sufrimiento desprovisto de sentido (ver, por ejemplo, Frankl, 1988).

La relación entre el vacío existencial y diferentes manifestaciones de la tríada trágica de la vida (sufrimiento, culpa y muerte) ha quedado establecida mediante una gran cantidad de estudios empíricos diversos, tanto en España como a nivel internacional, tanto con muestras de adultos como de jóvenes. Por ejemplo, García-Alandete *et al* (2009) encontraron «que el vacío existencial, por su significativa relación con la desesperanza, podría ser considerado un indicador significativo del riesgo moderado-alto de suicidio; por el contrario, el logro de sentido de la vida es un indicador de riesgo nulo-mínimo...».

También quien camina en una mentalidad suicida cree en un sentido, si no de la vida, de la prolongación de la vida, sí al menos en un sentido de la muerte. Si ya no creyera en ningún sentido, no podría ni tan siquiera mover un dedo y por tanto tampoco se suicidaría (cfr. Frankl, 1978). Pero cuando la persona inmersa en una situación de sufrimiento (incluso hasta en límites insospechados), desplegando sus capacidades

espirituales de autodistanciamiento (posición ante sí mismo y ante el contexto) y autotranscendencia, es capaz de encontrar sentido en la vida, dicho sentido es una fuerza capaz de detenerla y disuadirla del suicidio inmediato. Solo se puede sufrir con sentido, si sufro por un algo o por alguien, transformando así la desgracia en un triunfo humano.

Viktor Frankl se vio confrontado, en su vida personal y profesional, con sufrimientos profundos, pero al mismo tiempo, fue testigo de los recursos espirituales con los cuales los seres humanos podían salir adelante en la lucha por las auténticas posibilidades de una vida llena de sentido aún frente a la triada trágica de la vida (sufrimiento, la culpa y la muerte). No se limita a comprender la hondura de los conflictos intra-psíquicos o los importantes condicionamientos sociales, sino que encara también las inquietudes espirituales, transmórbidas, de la persona, desde el reconocimiento profundo de la dignidad humana.

Contando con su experiencia en el asesoramiento a jóvenes (en su labor y fundación de centros de asesoramiento juvenil; ya desde sus 21 años), señala (Frankl, 2007, p. 128): «Por lo menos con la misma intensidad que por trabajo y pan, la juventud clama también por un contenido, por una meta y un objetivo para su vida, por un sentido de la existencia [...] Aunque los motivos psíquicos de los suicidios sean muy diferentes, el trasfondo espiritual es la falta de fe en un sentido de la vida...». Consta que los jóvenes «se sienten aliviados» cuando encuentran «una misión que cumplir».

Es necesario que, desde una realidad vivencial absolutamente singular de la persona que está en una «lógica del suicidio y de la muerte» en la que va profundizando, la persona pueda realizar un giro copernicano hacia la «lógica de la vida» a través del sentido. Es desde el dinamismo originario del ser humano de su *voluntad de sentido*, sostenido por la *esperanza* y la construcción de un *nosotros*, como se constituye un triángulo («esperanza, vínculo y sentido») que lleva a que la vida siga fluyendo. Una exploración del sentido en la vida de jóvenes españoles (16-30 años) mostró (Grupo de investigación PSICOSOC, 2011) que sus fuentes prioritarias de sentido son la familia y los amigos. También se encontró que el logro interior de sentido se reducía según aumentaba el tiempo de utilización del ordenador y las redes sociales y no influía con las actividades de ocio del fin de semana. Sí detectó que a más estudio/lectura más sentido y a más sentido más estudio/lectura.

HACIA UNA COMPRENSIÓN DESDE LAS VIVENCIAS DE JÓVENES Y ADOLESCENTES

Son muy sugerentes los análisis de la expresión, a través de las notas de despedida, que escriben personas autoras de un acto suicida y que han estudiado Ceballos-Espinoza, (2015) y Arévalo (2020). Estos nos acercan a una comprensión desde la experimentación de una subjetividad negada (a partir de situaciones cotidianas de humillación y de desprecio en la vida cotidiana, el miedo a quedar fuera del grupo, a no ser valorado, respetado o querido, el repliegue sobre sí mismo, la movilización de angustias existenciales...) y la expresión de ese sufrimiento que los atraviesa (desde el no contemplar ninguna posibilidad de trascender las condiciones del presente; desde una posición de desesperanza). En general, desde esta perspectiva, se han identificado el fracaso, el desamor y la soledad entre las razones de mayor peso para cometer suicidio; mientras que, en las consideraciones hacia otros, se encontraron el perdón, seguido por sentimientos de amor y desamor.

Ante la posibilidad de que la narrativa incluida en los mensajes de despedida presente diferencias interculturales (con muestras de muy diferentes países), se han realizado diversas exploraciones que señalan un mayor número de similitudes que de diferencias culturales. Entre lo disímil más importante, se encuentra una menor notoriedad en la muestra estadounidense de *un insoportable dolor psicológico por alguna pérdida* que en otros países; lo que ha sido explicado en relación con una cultura mayormente individualista.

En general, «... la nota suicida surge como la última palabra de un diálogo con un Otro ausente, para aclarar una situación emocional no tramitada en el orden de lo simbólico. Previo a su muerte el sujeto se descubre en un no lugar, el cual le resulta insoportable de habitar. [...] De esta forma, el discurso suicida se construye a partir de la necesidad de tener un espacio dentro de la estructura. Su muerte entonces, adquiere un doble sentido paradójico: evadir la pérdida del Otro y, al mismo tiempo, inscribirse en ese Otro. Este elemento narrativo devela un componente narcisista (...) persigue (...) dejar una huella en su entorno cercano que —en su fantasía— se instalará en forma de legado, la mayor de la veces bajo un relato inculminatorio (...) y sus acusaciones se entrecruzan con elogios, consejos y adulaciones, develando la culpa presente por la determinación adoptada, de esta forma el amor, el odio, el perdón y la recriminación conviven en una misma narrativa, en un discurso que resulta ambivalente y tan paradójico como la muerte misma» (Ceballos-Espinoza, 2015, p. 11-12).

Esta referencia nos lleva a la consideración de que la existencia personal es coexistencia o siguiendo a Buber diríamos somos *yo y tú*. La alteridad es la esencia de la condición humana y promueve la sociabilidad, la trascendencia y el crecimiento integral, pero también la necesidad y la vulnerabilidad. Las paradojas existenciales se ponen de manifiesto en los escritos.

Desde el punto de vista de la logoterapia, se enfatiza la dimensión espiritual llevándonos a centrar nuestra mirada en ésta, más allá de los condicionantes. Nos admiramos con Rocamora (2017) quien, considerando la carta de despedida de un niño de 11 años, nos llama la atención sobre cómo: «A pesar de su dolor y sufrimiento es capaz de pensar en el otro [*“espero que encuentres trabajo muy pronto Tata”*] y de “autodistanciarse” de su propio dolor» (p. 11-12).

NOS RECLAMA UNA RESPUESTA

La complejidad del fenómeno del suicidio juvenil reclama respuestas diversificadas en relación con las diferentes dimensiones personales y sociales que implica, tanto para promover modos de vida saludable e instituciones y sociedades integradas, como para implementar programas específicos preventivos y de intervención terapéutica (desde la totalidad de las dimensiones biológica, psicológica-social y noética). Incluir la comprensión de la subjetividad, desde la escucha del sufrimiento de las personas, es un factor esencial para la predicción del suicidio en poblaciones de alto riesgo. Es necesario fomentar un adecuado desarrollo del adolescente y, podríamos decir con Bruzzone (2015), que se logra cuando se redirige a la persona hacia su propia conciencia como instancia crítica y formadora, para aprender a escuchar su voz, para ir construyendo su proyecto personal y social de vida, el cual solo se consolida y hace realidad con la acción.

Sin proyectos no es posible la vida. Ésta ha de desarrollarse en la tensión del ser que somos y el que podemos y estamos llamados a ser con los otros en el mundo. Necesitamos la orientación del sentido en la vida (objetivo y trascendente), que nos devela la conciencia para el fluir de nuestra existencia, que se va desplegando en cada uno de nuestros actos cotidianos.

La lógica suicida, como hemos señalado, se va gestando en medio de las dificultades cuando no se logra descubrir un sentido que sirva de punto de apoyo, de asidero existencial, para ejercitar la capacidad de oposición del espíritu que nos constituye y vivir los valores de actitud que necesitamos para convertir una tragedia en un triunfo humano. Desde el sentido, estimulamos

nuestras capacidades creativas en busca de respuestas adaptativas positivas; podemos ir desarrollando una autoestima positiva y unos vínculos personales con los que todos crecemos; podemos transformar el dolor en servicio y madurez personal y decir «sí a la vida a pesar de todo». Sin proyecto caminamos hacia la nada, hacia la muerte a la que lleva la lógica suicida.

Las principales esferas, además de la subjetividad personal, que los trabajos de expertos resaltan son (Rocamora, 2014):

- Nivel comunitario y social: espacios donde se respete la libertad y los derechos de los ciudadanos (sanitarios, educativos, sociales) por lo que favorecen la salud mental de los ciudadanos y consecuentemente su amor a la vida. No silenciar el suicidio sino abordarlo correctamente.
- Nivel sanitario: se precisa una formación amplia e integral en relación con el tema del suicidio (atención primaria, pediatras, médicos de urgencia, psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales, etc.).
- Nivel escolar: clima de centro personalizador y favorecedor de vínculos sanos, formación del profesorado y puesta en marcha de iniciativas para la prevención del suicidio...
- Nivel familiar (uno de los principales factores protectores): Es precisa la construcción diaria de un medio cohesionado y estable, con un buen nivel de comunicación y orientado a promover modos de vida saludable, educar en valores, «educar en la frustración», educar para la tolerancia, educar para sentir, favorecer la autoestima...

Algunas preguntas concretas relativas a la vida cotidiana de nuestros adolescentes y jóvenes que nos surgen a la vista de estas recomendaciones de los expertos son:

- ¿dónde están las medidas para la creación de centros culturales, asociaciones juveniles..., que potencien la libertad y responsabilidad, la conciencia crítica...?
- ¿con qué espacios cuentan hoy los jóvenes para establecer relaciones personalizadoras de forma que no se vean abocados a dinámicas consumistas, virtuales y narcisistas que terminan minando la propia autoestima e interfieren en una adecuada construcción de la personalidad?
- ¿dónde pueden los adolescentes y jóvenes en situación de búsqueda, e incluso de vacío y frustración existencial, ir encontrando «pequeñas metas» parciales o tareas (que tal vez puedan tomar en un determinado momento de transición hacia un sentido mayor una categoría de cierto absoluto) que

pueden llegar a neutralizar o al menos ir contrarrestando parcialmente la idea de autodestrucción?

- ¿cómo es la formación de los profesionales de la salud, de la educación y del trabajo social?, ¿incluye como aspecto central la necesidad de encontrar un sentido en la vida y que el joven pueda elaborar un proyecto de vida que le permita expresar su personalidad desde su trascendencia y valores?
- ¿qué medidas potencian un desarrollo familiar que atienda adecuadamente a las necesidades de todos sus miembros?, ¿qué tipo de relaciones se favorecen en nuestras familias?, ¿qué valores se viven?, ¿cómo se concibe la adversidad?

La sensibilización y toma de conciencia de cada uno de nosotros ante el drama humano, que un joven vive cuando está posicionado en la lógica del suicidio, es también una llamada de responsabilidad que recibe nuestra conciencia hacia la construcción de un *nosotros social* que reivindique decisiones políticas y económicas solidarias, desde el testimonio personal (compromiso con las situaciones de vulneración y vulnerabilidad que pasa por nuestro tiempo, *bolsillo*, autenticidad en nuestra búsqueda y realización de sentido en nuestra vida, etc.). Como en otro escrito hemos apuntado (Noblejas y Acevedo, 2021, p. 9):

«El ser y estar en el mundo nos convoca a la intersubjetividad y a compartir con los demás lo que creemos que son elementos de profundidad humana personal y colectiva. «Ser-en-el-mundo» implica «ser con otros» y, por ello, la convivencia humana cobra una dimensión privilegiada, en la que se hace necesario un compromiso ético con el mundo y los seres concretos que lo construyen día a día. Esta construcción común personal y social necesita irse haciendo en un proceso de aprendizaje continuo. Así el hombre está llamado a descubrir y asumir el proyecto individual y colectivo de su vida, porque cada ser humano es peculiar y singular y encuentra su sentido en el desarrollo de valores que se viven en comunidad». 

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arévalo, D. H. (2020). «El sentido de la vida y las prácticas ligadas al suicidio. Testimonios de jóvenes escolarizados». *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 12 (32), 52-63.
- Bruzzone, D. (2015). *Hacerse persona. Un enfoque fenomenológico*. México: ediciones LAG.
- Ceballos-Espinoza, F. (2015). «Mensajes póstumos y discurso suicida: Hacia la teoría del no lugar suicida». *Estudios sociohumanísticos*, 1(1), 5-16.
- Frankl, V. E. (1978). *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia*. México (2.ª ed.): Fondo de cultura económica (original de 1946, revisado en 1971).
- Frankl, V. E. (1988). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder, (original de 1982).
- Frankl, V. E. (2007). *Escritos de juventud*. Barcelona: Herder (original de 2005).
- García-Alandete, J., Gallego-Pérez, F. y Pérez-Delgado, E. (2009). «Sentido de la vida y desesperanza: un estudio empírico». *Universitas Psychologica*, 8 (2), 447-454.
- Grupo de investigación PSICOSOC - CES Don Bosco. (2011). «El sentido de vida en los jóvenes: redes sociales, relaciones significativas y actividades de ocio». *Revista de estudios y juventud*, 95, 59-72.
- Noblejas de la Flor, M. A. y Acevedo Rocca, G. (2021). *Aprendiendo a vivir con sentido*. Madrid: Fundación Emmanuel Mounier.
- Rocamora Bonilla, A. (noviembre, 2014). «¿Cómo evitar el suicidio en los adolescentes? Reflexiones sobre la prevención primaria». *I Jornadas internacionales sobre el abordaje multidisciplinar de la conducta suicida*. Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Oriental y Facultad de Psicología (Universidad de Málaga), Málaga.
- Rocamora Bonilla, A. (2017). *Cuando nada tiene sentido. Reflexiones sobre el suicidio desde la logoterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

ESPERANZAS FRUSTRADAS

Las personas jóvenes y el suicidio

RAÚL GARCÍA PÉREZ¹

Doctor en Medicina, Universidad Complutense de Madrid

Quien tiene un porqué para su vida,
soporta casi siempre el cómo.
Nietzsche (citado por Victor Frankl)²

1. INTRODUCCIÓN

En nuestra cultura se contempla el suicidio como un gran mal. Recientes suicidios de personajes conocidos, y las reacciones que han suscitado, nos lo demuestran. Es más, si el suicidio de adultos es inaceptable, el de niños, adolescentes y personas jóvenes nos resulta aún más inaceptable, y sobre todo incomprensible. ¿Cómo es posible que una persona que está comenzando a vivir, cuyo futuro se presenta con infinitas posibilidades decida quitarse la vida?

En este artículo reflexionaremos acerca del suicidio en la juventud, desde los 14 años hasta los 30 años, considerando primero el suicidio en estas edades en general, y luego en relación con la pandemia que seguimos sufriendo. Para ello, describiremos los datos que nos ofrecen las estadísticas de población en relación con la salud mental y con respecto a los suicidios en edades juveniles.

Veremos lo que los profesionales de la salud mental, psiquiatras y psicólogos tienen que decir de los suicidios y los equivalentes suicidas (autolesiones) en estas edades. Más adelante, dadas las características de la juventud actual, consideraremos qué situaciones les han podido llevar a este tipo de conductas, y de qué

manera las ha favorecido esta pandemia que llevamos casi dos años sufriendo.

Por último, nos centraremos en cómo podemos ayudar a los jóvenes a enfrentar cualquier circunstancia desfavorable.

2. DATOS ACTUALES SOBRE EL SUICIDIO JUVENIL

Hasta hace bien poco el suicidio en la juventud, era la tercera causa de muerte detrás de los accidentes de circulación y los tumores.³ En años anteriores (2008) en España la incidencia por 100 mil habitantes del suicidio en las edades de 15 a 24 años, fue de 5,3 y en mujeres de la misma edad de 1,2.⁴

En la actualidad, los suicidios entre las personas jóvenes han aumentado. En 2017, 2018, 2019 y 2020, las muertes por suicidio en el grupo de 15 a 29 años que se registraron fueron 273, 268, 309 y 300, respectivamente. El año pasado (2020) el suicidio fue la segunda causa de mortalidad entre los jóvenes menores de 20 años, solo por detrás de los accidentes de tráfico. En el primer semestre de 2020, incluso, llegó a ser la primera, ante la reducción de los accidentes en carretera por efecto del confinamiento.⁵ «Los intentos de suicidios y autolesión de jóvenes aumentaron un 250% durante la pandemia».⁶

Además de los suicidios e intentos de suicidio en edades infanto-juveniles, han aumentado en 2021 la ansiedad y la depresión, siendo unas cuatro veces

1. Especialista en Psiquiatría por la Universidad de Oviedo. Ha sido Médico adjunto en el Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitario La Paz (Madrid) y ha trabajado en una Consulta de Psiquiatría infantil en un Centro de Salud Mental (Madrid).
2. Frankl. V. *La idea psicológica del hombre*. Ed. Rialp, p. 94. Madrid. 1979.
3. Navarro-Gómez. N. «El suicidio en jóvenes en España: cifras y posibles causas. Análisis de los últimos datos disponibles». *Clínica y Salud* 28 (2017) 25-31 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.
4. Instituto Nacional de Estadística (INE). (2013). «Defunciones por causas (lista detallada) sexo y edad». Madrid: Instituto Nacional de Estadística. Recuperado de <http://www.ine.es>.
5. Sofía Pérez Mendoza/Ana Ordaz, «El año que quebró la salud mental de los niños y los adolescentes» *El Diario*, 25 diciembre de 2021-21:31. Actualizado el 26/12/2021- 5:30, www.elDiario.es.
6. <https://www.rtve.es/noticias/20210902/intentos-suicidio-jovenes-pandemia/2168008.html>

más que en años precedentes (2017). Los problemas de conducta (Trastorno por déficit de atención, o comportamientos destructivos) se han multiplicado por tres».⁷

3. CARACTERÍSTICAS CLÍNICAS DEL SUICIDIO EN PERSONAS JÓVENES

La ideación suicida es tener pensamientos de quitarse la vida, incluyendo deseos de matarse con planes deliberados de cuándo, dónde y cómo realizarlo. El presunto suicida también tiene pensamientos del impacto que podrían tener sus actos en otros, su familia, sus amigos.

Se puede considerar que hay una gradación entre la idea de suicidarse, o hacerse daño, hasta la realización del acto suicida.

Las autolesiones, que algunos interpretan como equivalentes suicidas, pueden ser previas a los pensamientos de muerte, o independiente de ellos. Referente a las autolesiones, suelen pasar desapercibidas por los familiares cercanos.

En cuanto a los métodos de llevar a cabo el suicidio, suelen ser armas de fuego en países donde las armas son más asequibles, ahorcamientos, envenenamientos con pesticidas en zonas rurales y con fármacos. Las autolesiones más frecuentes son cortes con navajas, hojas de afeitar, y abrasiones con materiales rugosos.

Suele haber en los presuntos suicidas una tendencia a la agresividad y a la impulsividad. Es muy frecuente la presencia de trastornos depresivos, la ansiedad, la bipolaridad, las psicosis, los trastornos por déficit de atención con hiperactividad, el abuso de sustancias, la drogadicción, los problemas de personalidad y de ajuste social y los trastornos de alimentación (anorexia, bulimia).

En cuanto a los factores familiares es frecuente que los pacientes cuenten casos de suicidios previos en algún familiar, así como también una enfermedad mental no diagnosticada, ni tratada, en algún familiar cercano.

Las características psicológicas de la persona juegan un papel muy importante, suelen ser personas con tendencia a la desesperanza, al pensamiento dicotómico

de todo o nada, muy perfeccionistas, con una baja autoestima y una tendencia a juzgarse duramente. Tienen incapacidad para resolver problemas y tomar decisiones, sintiéndose agobiados y superados ante las dificultades de la vida diaria. Hay una tendencia más intensa de lo normal ante el estrés percibido por la persona, y la ansiedad que esto le produce, sintiéndose la persona atrapada o derrotada, y pensando que es una carga para los demás, o que no es querida.⁸

3.1 Estrés psicosocial, factor en los suicidios

El estrés psicosocial, es una sobrecarga psíquica producida por un acontecimiento vital, una crisis, un trauma, una enfermedad, etc. Hay estudios que demuestran una asociación entre los acontecimientos vitales negativos y los problemas de salud mental en jóvenes y adultos, especialmente la depresión que es un factor de riesgo con respecto del suicidio, y que tiene que ver con las vivencias estresantes en general (crónicas) y los acontecimientos vitales (agudos) en particular.

Se han clasificado los acontecimientos vitales en:

- a. Experiencias de peligro para uno mismo.
- b. Experiencias de peligro para los demás.
- c. Situaciones graves de decepción personal.
- d. Experiencias vividas de pérdida.⁹

En los adolescentes, los episodios de depresión grave estaban relacionados con dos o más factores de riesgo: desarmonía entre los padres, trastornos psiquiátricos de los padres, dos o más acontecimientos de pérdidas a lo largo de la vida (separaciones permanentes y/o muertes) dos o más acontecimientos vitales agudos indeseables y un estilo temperamental de alta emocionalidad.¹⁰

Se han elaborado diferentes modelos para explicar la relación que tienen los acontecimientos vitales con las conductas suicidas y equivalentes (autolesiones), se denominan Modelos Integradores, ya que tienen en cuenta los factores medioambientales (socio familiares) y psicológicos en las conductas de suicidio, así el de Schneidman¹¹ que interrelaciona el dolor insoportable experimentado, la perturbación referida a una impulsividad y la presión exterior interpersonal y social.

7. <https://www.savethechildren.es/actualidad/informe-crecer-saludablemente-analisis-sobre-la-salud-mental-y-el-suicidio-en-la>

8. Keith Hawton, Rory, C. O'Connor, Kate E.A. Saunders, «Suicidal behavior and self harm», capítulo 64, págs. 893-910. En *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry*, Sixth Edition. Edited by Anita Thapar and Daniel S. Pine, James F. Leckman, Stephen Scott, Margaret J. Snowling, Eric Taylor. Ed. John Wiley & Sons, Ltd. Published 2015.

9. G. Canalda Sahli, J. Carbonés i López «Acontecimientos vitales», capítulo 14, págs. 336-358 del libro *Factores de riesgo en psicopatología del desarrollo*, Lourdes Ezpeleta editora, Masson, Barcelona 2005.

10. *Ibidem*.

11. Citado en Alan L. Bernan, David A. Jobes, *Adolescent Suicide Assessment and Intervention*. American Psychological Association. Washington 1991. Págs. 47-49.

Cuando todos estos factores llegan a un punto máximo ocurren las autolesiones e incluso el suicidio.

El impacto de los acontecimientos vitales negativos y las adversidades actúan más de forma indirecta que directa en los mecanismos de afrontamiento y de resolución de problemas. Los jóvenes presentan un patrón cognitivo con pocas alternativas en la solución a los conflictos interpersonales, sentimientos de menor control sobre su ambiente y por lo tanto, responden con mucha rigidez, pocas soluciones y poco realismo.¹²

4. CARACTERÍSTICAS DE LOS ADOLESCENTES EN LA ACTUALIDAD

Ante estas realidades, nos planteamos: ¿qué características tienen los jóvenes actuales que les hacen ser más vulnerables a los trastornos mentales y al suicidio que en otras épocas? Según el sociólogo Elzo Imaz: «Son menos que hace diez o quince años, por disminución de la natalidad, una mayoría son hijos únicos, la adolescencia se ha extendido en el tiempo, comienza antes y termina más tarde, se consideran adolescentes jóvenes de 19, 20 años y más, se puede hablar de una sociedad adolescente».¹³

Comparada con otras épocas en las que se entraba precozmente al mundo de los adultos, generalmente por el trabajo necesario para aportar a los exiguos ingresos de las familias, ahora los jóvenes se incorporan más tarde al mundo laboral.

El uso de la tecnología para interactuar entre ellos (internet, móvil, juegos...), es común ver a un adolescente pegado al móvil, lo que favorece por contagio social las epidemias de suicidios: como ocurrió en el romanticismo al publicarse la novela de Goethe *Los infortunios del joven Werther*.¹⁴

Los jóvenes que trabajan tienen un trabajo temporal de baja calidad, estresante y mal pagado. Para el joven hay una escasez de vivienda asequible, lo que propicia una dependencia económica, por lo tanto, presentan una emancipación tardía de su familia.

5. PANDEMIA Y SALUD MENTAL JUVENIL

Nos detendremos a considerar qué relación tiene la pandemia con el aumento de suicidios, y cómo han reaccionado los adultos y los jóvenes ante este fenómeno.

La verdad es que no hay muchos estudios sobre las consecuencias de la pandemia sobre la salud mental y los suicidios en nuestro país, ya que es muy reciente, como para sacar conclusiones. Uno de ellos es el de R. Paricio del Castillo y M. F. Pando Velasco¹⁵ que es una revisión bibliográfica de las consecuencias clínicas de epidemias previas, infiriendo las consecuencias que podría haber tenido la actual en la salud mental de niños, adolescentes y jóvenes, que comentaré brevemente. Dicen los autores de dicho artículo:

Hasta este momento, había pocos datos de los efectos sobre la salud mental de brotes infecciosos epidémicos. Varios estudios realizados tras episodios previos de epidemias por agentes infecciosos, como la epidemia de SARS, en el año 2003, y la pandemia de gripe A (H1N1) en 2009, se centran en el análisis del efecto de las mismas en la salud mental de los menores y de los jóvenes universitarios. En ellos se encontró un alto nivel de estrés en las comunidades afectadas y una elevada incidencia de estrés postraumático en niños.

Debido a las pérdidas de seres queridos, se han producido duelos no bien elaborados y sentimiento de culpa por achacarles a los jóvenes la responsabilidad de los contagios. «Esta pandemia produjo ansiedad ante la muerte, depresión por la reducción de la interacción social y de actividades fuera del domicilio».

Como consecuencia del confinamiento estricto, la capacidad de formar y mantener relaciones sociales fue inhibida, frustrando uno de los varios mecanismos formadores de identidad como son las relaciones sociales. «Esta pérdida de vínculos sociales, la limitación del ocio y el aumento de la ociosidad ha propiciado importantes cambios en las rutinas diarias de los adolescentes y jóvenes».

Se les obligó a convivir con distintos miembros de la familia, siendo esto otra situación de estrés, especialmente si esa familia era disfuncional. «La intensificación de la vida familiar. El estrés de los padres por el

12. Alan L. Bernan, David A. Jobes. *Op. Cit.*, p. 100.

13. Elzo Imaz. J. «El grito de los adolescentes», en el libro de ponencias del Congreso *Ser adolescente hoy*, Fundación de Ayuda a la Drogadicción, Madrid 2005 págs. 83-95.

14. Rojas. E., *Estudios sobre el suicidio*, Salvat. Barcelona 1978, p. 12.

15. R. Paricio del Castillo, M. F. Pando Velasco. «Salud Mental infanto-juvenil y Pandemia de Covid en España: cuestiones y retos». *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, Vol. 37, N. 2 (abril-junio, 2020).

miedo al contagio, la disminución de los ingresos económicos e incluso la pérdida del trabajo, facilitó el abuso y la negligencia».

«Se evidenció un aumento de violencia intrafamiliar asociada al confinamiento, debido en parte a un aumento subsecuente del nivel de estrés en los progenitores por el temor al contagio, la disminución de la capacidad adquisitiva o incluso la pérdida del empleo». En algunos casos, se llegó a una situación de pobreza y hacinamiento que se suele asociar con una peor salud mental de los adolescentes que la padecen.

Según un Informe presentado por Cáritas¹⁶, los jóvenes son los grandes perdedores de la pandemia, un 33% de los menores de 16 años están afectados por la exclusión social, 2,7 millones de jóvenes entre 16 y 34 años están afectados por procesos de exclusión social, la mitad en exclusión severa:

«La pandemia también ha empeorado los hábitos saludables, como el ejercicio físico, la alimentación y el sueño». Muchos adolescentes, ante el aislamiento se han preguntado: ¿Qué puedo hacer para no echarme a perder? Y se han entregado a conductas de abandono o de excesivo cuidado de la alimentación y ejercicio físico, lo que ha propiciado un aumento de los trastornos de la conducta alimentaria. O un manejo inadecuado del estrés con aumento del apetito y de la ingesta calórica. «En cuanto al sueño, con el abuso de las redes sociales han disminuido las horas de sueño y la calidad del mismo».

En resumen: estaríamos ante una situación de estrés agudo que necesariamente ha tenido, y sigue teniendo, una repercusión en la salud mental de la población, y especialmente de los más vulnerables, como en el caso de los niños y los adolescentes.

6. A MODO DE CONCLUSIÓN. REFLEXIONES PARA PADRES Y EDUCADORES, ¿CÓMO AYUDAR A LOS ADOLESCENTES Y JÓVENES?

Hemos pasado revista a los factores que propician los suicidios en personas jóvenes, y concretamente en esta pandemia donde, como hemos visto, han sufrido un incremento. Pero no nos podemos quedar en la superficie de este fenómeno, hay que ir más allá para

explicarlo dejando a un lado, naturalmente, los trastornos psiquiátricos, que tienen su propia génesis, dinámica y abordaje.

Es cierto que, como se ha dicho en algún medio: «La soledad, el aislamiento y la falta de futuro disparan las conductas suicidas».¹⁷ Los factores psicosociales se imbrican y se potencian. Pero, como dice Víctor Frankl, un psiquiatra que sobrevivió al holocausto en tres campos de concentración y perdió a su esposa y familiares, y que anteriormente, a mediados de los años veinte del pasado siglo, había creado en Viena un Centro de Asesoramiento de la Juventud para prevenir el suicidio:¹⁸

Al psiquiatra actual le sale al encuentro, no raras veces, la voluntad de sentido bajo la forma de frustración, no solo la frustración de la voluntad de placer, sino la frustración existencial, es decir, un sentimiento de falta de sentido de la propia existencia... el ser humano actual sufre bajo el sentimiento de que su existencia no tiene sentido.¹⁹

En cierto sentido, el vacío existencial se puede considerar como una neurosis sociógena. Nuestra sociedad industrializada y consumista está en condiciones de satisfacer todas las necesidades humanas, pero la necesidad más humana, la necesidad de encontrar y hacer realidad un sentido en nuestras vidas, se ve frustrada, si a esto le añadimos una pérdida de valores tradicionales... vemos que la generación joven es la que se ve más particularmente afectada por el sentimiento de carencia de sentido.²⁰

Y más adelante reflexiona sobre la cura: «Si el hombre encuentra sentido, entonces incluso está dispuesto a renunciar, a asumir el sufrimiento... si por el contrario, no conoce ningún sentido en su vida, entonces la vida le importa un bledo, por muy bien que le vaya externamente. La escalada de suicidios con la que nos vemos confrontados nos prueba que, a pesar del bienestar material, puede llegar a haber una frustración existencial».²¹

El vacío y la desesperanza de la juventud se han puesto en evidencia en esta pandemia. Un sentimiento de desesperanza, una falta de metas y objetivos en los jóvenes, de no encontrar salida, un vacío existencial que se manifiesta como aburrimiento o apatía. Los

16. «Sociedad expulsada y derecho a ingresos 2021. Análisis y perspectivas». Fundación FOESSA.

17. RTVE, noticia del 10.09.2021.

18. Frankl V., *Llegará un día en que serás libre* (cartas, textos y discursos inéditos seleccionados por Alexander Batthyány), Ed. Herder, Barcelona, 2018 (en el capítulo «Vida y obra de V. Frankl»).

19. Frankl V., *Ante el vacío existencial*, Herder, Barcelona 1982, p. 8.

20. Frankl V., *Logoterapia y análisis existencial*, Herder, Barcelona, 1990, p. 284.

21. Frankl V., *Logoterapia...*, págs. 250-251.

pacientes jóvenes piensan que se les ha robado algo. «Se me va a ir la juventud sin disfrutarla», dicen algunos, quizás porque su valía estaba demasiado centrada en cosas superficiales como el culto al sí mismo, a su belleza, a sus diversiones, o, a su éxito económico.

La solución, para lo que queda de pandemia y para otras crisis sociosanitarias, económicas, etc. que puedan ocurrir en el futuro está en una educación socioafectiva. Pero, ¿qué queremos decir con esto?

Como señala el psicólogo Domenico Bellantoni, inspirado por V. Frankl, sería una educación basada en la libertad y la responsabilidad; responsabilidad que viene de responder, responder a las situaciones de la vida sean favorables o desfavorables como esta pandemia.

Como dice E. Mounier, «el hombre libre es aquel que responde a las preguntas del mundo: es el hombre responsable».²²

Y como señala V. Frankl: «Hoy más que nunca la educación es educación para la responsabilidad, que significa ser capaces de obrar de modo que seamos libres de condicionamientos de nuestra conducta y libres para realizar una misión o un valor».²³

Hoy en día «los padres y educadores tendemos a evitar a nuestros hijos y educandos experiencias y situaciones que les supongan trabajo y sufrimiento, no les educamos para los cambios en la vida por una malentendida sobreprotección familiar».²⁴

Debemos enseñar a nuestros jóvenes a tener tolerancia frente a la frustración, ser capaces de gestionar las pérdidas, levantarse y volver a empezar, en definitiva, enseñarles estos valores les hará ser más fuertes frente a las adversidades en estos momentos y cuando sean adultos.

Termino con una cita de Víctor Frankl que comenta la cita de Nietzsche: «Quien tiene un porqué para su vida, soporta casi siempre el cómo, cualquier cómo», ya que la conciencia de nuestra responsabilidad, que abarca nuestra propia vida o la de un familiar, una obra, una comunidad, un pueblo, un Estado, incluso la humanidad, este genuino sentido de la responsabilidad histórica permitirá al hombre de hoy soportar el «cómo» de sus arduas circunstancias vitales, moderarlas, superarlas».²⁵ 

22. Mounier E. *El personalismo*, Sígueme, Salamanca 2006.

23. Frankl V., *La presencia ignorada de Dios*, Ed. Herder, Barcelona, 1980, p. 107.

24. Bellantoni D., *Roles de género. (Por una educación afectivo-sexual libre y responsable)*. CCS. Madrid, 2017, p. 74.

25. Frankl V. *La idea psicológica del hombre*. Ed. Rialp, p. 94. Madrid. 1979.

EL SUICIDIO: PERSPECTIVA ÉTICA

ENRIQUE BONETE PERALES

Catedrático de Ética de la Universidad de Salamanca

1. PREGUNTAS ANTE EL ACTO SUICIDA

Para evitar confusiones, conviene acotar desde el principio el término 'suicidio'. No todos los autores ni épocas han manejado una similar noción. He aquí lo que expresa tal concepto en el contexto ético-filosófico en el que me sitúo y que delimité hace años: «decisión libre de una persona que en el ejercicio de sus facultades mentales acaba con su propia vida, mas con la intención de autodestruirse solo a sí misma».¹ A mi juicio, la pregunta básica ante el suicidio podría formularse así: ¿Posee el agente moral libertad absoluta para decidir cuándo y cómo morir? Es un hecho que somos mortales; y ante este a priori antropológico o biológico nos situamos en tanto que seres libres. Sin embargo, de lo que se trata es de discernir si es lícito acabar con la propia vida, teniendo en cuenta determinadas circunstancias y haciendo ejercicio de la libertad plena. Se supone en nuestra cultura moral dominante que hemos de decidir no solo sobre cómo queremos vivir, sino también sobre cuándo y cómo deseamos morir.

Encontramos personas (y quizá durante nuestra época de modo más llamativo) con un fuerte anhelo de dejar de existir en determinadas circunstancias. Algo así como la fatiga que impulsa al descanso, querer acabar con los sufrimientos y penalidades. Ya no se espera nada de la vida. Y si esta sensación tan negativa afecta persistentemente a un individuo, puede tomar la decisión drástica de suicidarse, autodestruirse. Se suele pensar que el sujeto que atenta contra su vida no está del todo mentalmente equilibrado. No siempre es así. Puede incluso ser el resultado de una decisión madurada durante largo tiempo, plenamente consciente de las consecuencias.

Pero cabe preguntar: ¿Está deseando acabar con su propio yo o con las circunstancias que le aplastan? ¿No

estará lanzando con su personal muerte un mensaje a quienes lo rodeaban? ¿Hay en ello algún tipo de acusación, de reproche, de venganza por algo que ha padecido de modo injusto, según su particular sensación? En fin, la ambigüedad acompaña al acto del suicidio. Ha sido clasificado por ello como uno de los comportamientos más equívocos, de difícil interpretación.² En la mayoría de los casos, cuando alguien decide acabar con su vida, es el sufrimiento de su alma (o dolores de su cuerpo), más la desesperación ante las situaciones que parecen insoportables y de imposible modificación, lo que impulsa a tomar tal decisión y a ejecutar la irreversible acción. No es del todo acertado considerarlo siempre como inmoral; es posible encontrar en tal comportamiento alta dosis de moralidad, no solo por ser plenamente libre, también por la grandeza humana que puede manifestar en determinadas situaciones límite. Por ejemplo, el filósofo existencialista Jaspers expone algunas circunstancias que podrían justificar la decisión de atentar contra la propia vida: durante el nazismo, según consta en algunos de sus textos autobiográficos, él y su esposa (judía) pensaron muy seriamente suicidarse por amor antes que ser separados por el régimen racista que imperó en Alemania durante una docena de años.³ Por ello, resulta sumamente complejo valorar el acto del suicidio desde una perspectiva completamente ajena y distante de la mente de quien ha tomado tan drástica decisión.

2. FILÓSOFOS ANTE EL SUICIDIO

Desde los griegos y romanos, el problema del suicidio se ha planteado por destacados filósofos a lo largo de la historia de la ética. Platón y Aristóteles rechazaron el comportamiento suicida como cobarde e injusto. Séneca

1. E. Bonete, *¿Libres para morir?*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 2004, p. 82.

2. J. Marías, *Persona*, Alianza, Madrid, 1996, capítulo XXI.

3. K. Jaspers, *Entre el destino y la voluntad*, Guadarrama, Madrid, 1969, capítulo 4: «Diario (1939-1942)».

se mostró proclive a salir de este mundo cuando el sabio ya no pueda vivir con dignidad. Tomás de Aquino (máximo exponente del pensamiento cristiano medieval) se opuso con total claridad al suicidio, considerándolo un tipo de pecado mortal, que supone un atentado directo contra el amor a Dios, pero también contra el amor al prójimo y a uno mismo. Montaigne, en parte, sigue a los estoicos romanos, pero igualmente a los cristianos. Mantiene una posición ambigua. Hume ofrece agudas reflexiones a favor de la licitud moral del suicidio, intentando desbaratar los argumentos de los cristianos. Mientras que Kant, por razones estrictamente éticas, considera el acto de autodestrucción como intrínsecamente inmoral. Schopenhauer no enfoca el suicidio desde la perspectiva ética sino más bien metafísica y descubre en tal comportamiento una exacerbada manifestación de la «voluntad de vivir», aunque critica la posición moral de teólogos y eclesiásticos, poco comprensivos con los suicidas, según el pensador alemán. Nietzsche será partidario de rechazar la vida decadente de enfermos y ancianos, valorando positivamente la libertad de elegir el momento oportuno de morir, ni demasiado pronto ni excesivamente tarde; muestra así un cierto desapego a la vida cuando ya no puede ser realizada en plenitud. En estos filósofos encontramos, a mi juicio, las mejores razones a favor y en contra del suicidio, que siguen siendo utilizadas en nuestro contexto intelectual, siempre y cuando el acto de matarse no sea debido a una patología psíquica. Puede ser interpretado como resultado del ejercicio de la libertad, que ha de ser absoluta o limitada, dependiendo de la perspectiva ética en que se sitúe el filósofo al que nos refiramos.

Albert Camus es, seguramente, el pensador de la segunda parte de la filosofía del siglo xx que, con mayor acierto, replantea el problema del suicidio. Es bien conocida la primera frase de *El mito de Sísifo*: «No hay sino un problema filosófico realmente serio: el suicidio. Juzgar que la vida vale o no la pena de ser vivida equivale a responder a la cuestión fundamental de la filosofía»⁴. Constata el autor que mucha gente acaba con su propia vida porque no encuentra en ella ningún sentido. Carece de la capacidad para realizar los esfuerzos cotidianos en que consiste enfrentarse a los acontecimientos que se presentan o que provocamos libremente los agentes humanos. Pero también encontramos sujetos que se arriesgan a morir por ideales, convicciones y creencias que le ofrecen razones para vivir. La búsqueda del sentido de la vida es la cuestión principal de la ética e incluso de la filosofía en cuanto tal. Por ello,

aunque cabe interpretar el suicidio como un fenómeno social o patológico desde el punto de vista de la psicología, hay que captar también, según el pensador argentino-francés, que tal acto se prepara, se rumia en «el silencio del corazón», en el rincón más íntimo y profundo del propio sujeto hasta que decide atentar contra la propia vida. Algún acontecimiento va minando poco a poco la esperanza, el valor de lo cotidiano, que le impulsa a terminar con brusquedad su propia vida. Lo social incide poco en estas decisiones. Hay que mirar en el interior del hombre, en una especie de gusano o carcoma que va debilitando la fortaleza del alma, el impulso para mantenerse en la existencia.

Las causas del suicidio son múltiples y complejas. Psicólogos apuntan a congostas, enfermedades mentales o físicas incurables. Es difícil saber el motivo principal. Lo que constatamos son los efectos externos de una acción terrible, pero no comprendemos del todo el porqué. Cuando alguien se mata, en realidad está confesando que no vale la pena vivir lo cotidiano, lo acostumbrado. El sujeto que toma tan irreversible decisión se ha ido quedando sin ilusiones vitales, se encuentra como «extranjero», «extraño» en su ámbito familiar, comunitario, social. Como desterrado, sin patria, sin esperanza. Con un sentimiento tan obsesivo de lo absurdo que le lleva a preferir la nada, el no ser, la muerte, en contra del impulso del propio cuerpo a vivir, a huir de la aniquilación. Sin embargo, a pesar de que la vida en ocasiones se nos presenta como carente de sentido, ello no implica que sea mejor matarse. Suicidarse por no hallar ningún significado al vivir humano es un error fatal. Según no pocos filósofos (Camus entre ellos), el ser humano está capacitado para asumir plenamente las situaciones absurdas y dolorosas sin atentar contra la propia vida, para sobreponerse con dignidad y mantener fortaleza de ánimo en medio de las adversidades y penalidades que le aflijan; como un nuevo Sísifo puede levantarse y arrastrar la roca, en camino constante hacia la cumbre, hacia la muerte, que, sin duda, ha de llegar.

3. ARGUMENTO ÉTICO CONTRA EL SUICIDIO

No es del todo desacertado reconocer qué difícil resulta encontrar algún trasfondo racional a la decisión de atentar contra la propia vida; más bien hay que buscar causas viscerales, íntimas, que predisponen a un determinado sujeto a autodestruirse.⁵ En el fondo, poco o nada tienen que ver con esta compleja decisión las

4. Reflexiones sobre las diferentes posiciones filosóficas en torno al suicidio a lo largo de la historia de la ética en: E. Bonete Perales, *El morir de los sabios*, Tecnos, Madrid, 2019, Parte III, pp. 229-318.
5. A. Camus, *El mito de Sísifo*, Alianza, Madrid, 2011, p. 13.

meditaciones meramente intelectuales en torno a la inutilidad o sinsentido de la vida y del mundo. La alegría de vivir puede desaparecer en una persona por múltiples motivos, pero escasamente por argumentos racionales.

No es la reflexión teórica la que nos mantiene vivos ni la que impulsa al suicidio. Es algo previo al pensamiento, una herida interior, un desequilibrio que convierte los acontecimientos externos en motivos para matarse. Hay eventos que mientras a algunos les dejan indiferentes, y a otros les marcan para siempre, a determinados sujetos los arrastra a la aniquilación definitiva. Es erróneo buscar, por tanto, algo así como una jerarquía de razones para suicidarse que pueda convertir tal acto en más o menos justificado, en noble y valiente o en vulgar y cobarde. Indagar los motivos es desenfocar el problema. El hecho de matarse es siempre algo que impresiona, al margen de sus causas, manifiesta una especie de ruptura del yo más profundo. La valoración del suicidio, desde el punto de vista de la moral establecida, puede desenfocar la cuestión si no se es capaz de respetar la decisión del suicida, que actúa por motivaciones interiores de difícil esclarecimiento, pero también en circunstancias extremas que pueden otorgar incluso mérito ético al acto de matarse cuando con él se protegen bienes superiores a la propia vida.⁶

No obstante, a pesar de lo dicho, encuentro variadas razones morales que, según mi parecer, limitan la libertad individual del suicida. Por motivos de brevedad, me ciño ahora a la línea argumentativa que más me conviene, vinculada a la dimensión sociable del ser humano.⁷

Es claro que la muerte resulta especialmente dolorosa por cuanto destruye los más profundos lazos familiares. Pues bien, mayor sufrimiento genera cuando a través de un acto de libertad decide un sujeto acabar con su vida y con toda relación interpersonal y comunitaria. Matarse es casi matar a otro en cuanto la vida moral de cada cual está unida ineludiblemente a los semejantes (padres, amigos, compañeros, hijos). Matar-se es destruir los vínculos afectivos de los que no soy dueño ni soberano señor. Desde este punto de vista, nadie debe atentar contra sí mismo. Ello equivale (dado que todo acto moral —o inmoral— incide en la vida de los demás) a atentar contra las personas que han llegado a ser lo que son gracias a la relación afectiva con el sujeto que se ha matado. Reivindicar el suicidio como acto de libre arbitrio de una persona equivale a reivindicar una ética individualista y «atomística», es decir, un ejercicio soberano y aislado de la libertad que ignora el dato antropológico y ético fundamental de que

el ser humano solo adquiere su humanidad y moralidad viviendo y actuando ante, con y para otros.

El acto del suicidio constituye, por su propia naturaleza, un ataque —al igual que cualquier acción intrínsecamente inmoral— contra la dignidad del otro, contra la relación interpersonal. Es explicable por ello que aquellas personas allegadas de quien acaba de matarse experimenten una pesadumbre y desazón (lindantes con el sentimiento de culpabilidad) provocadas por la impresión de que quizá se podría haber evitado la tragedia con mayores muestras de afecto y amor. Quien libremente decide matarse se sirve del poder aniquilador de la muerte para minar todo enlace afectivo y moral con quienes le sobreviven, apropiándose de un poder absoluto que no le corresponde unilateralmente. No cabe justificar el suicidio desde la libertad personal al constituir un atentado directo contra la libertad de quienes han sido personas con-viviendo con aquel que al decidir matarse está despreciando y negando el afecto del prójimo; también éste, por su propia naturaleza, anhela el compromiso moral de ser co-respondido. Si vivir humanamente consiste en vivir con, somos co-responsables del destino de nuestros prójimos y no debemos (aunque podemos físicamente) desertar de dicha responsabilidad compartida que se ha ido alimentando durante una existencia temporal en común. El acto de matarse impacta de tal grado en quienes con-viven con el suicida, que los graves efectos que produce apuntan la dificultad de justificar moralmente este atentado contra la propia vida. Las acciones libres de sujetos concretos, en especial la del suicidio, inciden gravemente en la dignidad de otras personas, que quedan instrumentalizadas y reducidas a meros medios por quien se mata: les niega física e irreversiblemente su relación personal, rompe los lazos morales y afectivos que constituyen su humanidad. Se podría decir, por tanto, que amar y morir son dos fuerzas incompatibles: la primera nos da el ser, la segunda nos lo arrebatada.

Y si alguien ama de verdad anhela que el otro no muera por su propia decisión; desea permanecer vivo con él. Mas si es el egocentrismo el que impulsa la vida, si no se ama a nadie, ni se siente uno amado por nadie, se está ya como «muerto», lo que sin duda se convierte en el principal impulso psíquico del acto suicida. De ahí la urgencia y necesidad de construir en nuestras sociedades, en exceso atomizadas e individualistas, lazos de amor, tanto interpersonales como familiares y comunitarios. Constituyen el mejor antídoto contra la pandemia de la autodestrucción, contra el veneno del suicidio. 

6. E. Cioran, *En las cimas de la desesperación*, Tusquets, Barcelona, 2003, p. 96.

7. P. L. Landsberg, *Ensayo sobre la experiencia de la muerte. El problema moral del suicidio*, Caparrós Editores, Madrid, 1995, pp. 97-129.

8. He defendido otras razones que limitan la libertad de la autodestrucción en: E. Bonete Perales, *¿Libres para morir?*. Desclee de Brouwer, Bilbao, 2004, especialmente pp. 121-133.

MARIO, EL EGOCIDA

Una visión personalista-comunitaria

CARLOS DÍAZ

Director de Acontecimiento

Con toda seguridad, antes de leer este artículo sobre el suicidio, el amable lector venía ya con alguna predisposición sentimental. Unos sintiendo compasión por el pobre Mario que ha estampado su masa encefálica sobre el asfalto, otros llegando a la noticia sobrecogidos, estupefactos, y ni siquiera faltarán los terceros indignados con el miserable suicida desagradecido a la vida. Mientras tanto, el coche fúnebre cumplirá con su negocio impersonal por encima de cualquier otra consideración, y tal vez alguna corona de flores completará la escenografía. Luego, una buena capa todo lo tapa.

Y la vida seguirá, porque Mario no es necesario, o sólo lo es por un ratito, e incluso aunque lo siga siendo. Se darán explicaciones e implicaciones, se vivirá el sepelio más de cerca, o más de lejos, unas gafas de sol servirán para el inevitable acto social, no faltando siquiera los pulgares hacia arriba, hacia el cielo, que es donde se encuentran los ángeles, a pesar de que ninguno de estos divinos seres alados haya podido evitar el deceso de Mario extendiendo sus alas. Puede que ni siquiera falte la dramatización del duelo con fines terapéuticos para quienes se sienten culpables del desastre. Ahí queda el manojo de nervios y huesos descoyuntados, sin que nadie desee permanecer en la morgue cinco horas con nuestro Mario. Ley de vida convertida en ley de muerte. Y el resto, por si acaso, a vivir que son dos días. Pobre Mario, o pobre don Mario. Finalmente el rito social se clausura, con o sin luz y taquígrafos, y a otra cosa.

Semejante drama merece, sin embargo, una explicación menos melodramática y más analítica, por mucho que cada persona sea un misterio para los demás e incluso para sí misma.

Sea como fuere, en la habitual coreografía del gran drama faltan sin embargo personajes a modo de voz en *off*, tan «tapados» que jamás aparecerán en escena. El primero que falta es *el tú del yo*; en efecto, ¿qué habría dicho el yo difunto a su propio tú, que es otro yo vivo?, ¿hubo acaso antes de la fatídica caída duros

reproches recíprocos, intentos de consolación mutua, fueron incapaces de dirigirse la palabra y murieron de espaldas como siameses enfadados?, ¿hubo un último intento del uno para agarrar al otro que se escurrió, lábil como la misma muerte? En todo caso, los dos tuvieron el mismo final en el mismo instante, el diálogo, el monólogo, el soliloquio, todo quedó penosamente desparramado en el suelo manchado.

El otro personaje presente-ausente en el sepelio es el tú que queda más allá del yo, la otra persona, el *tú-deudo* (en este caso a veces también el *tú-deuda*). Ser deudo se dice de muchas maneras: la pareja, la descendencia, la ascendencia, los parientes, los amigos, las colegas, los conocidos, todo el universo de las relaciones interpersonales en el grado que fuere. Mario parecía no tener a nadie, pero de repente aparecen ellos y ellas como las hormigas saliendo de sus hormigueros, como si oliesen la sangre del cadáver más allá de su propio perímetro.

Como fuere, en ninguno de esos casos faltarán a la cita sentimientos nuevos o derivados de los antiguos: me siento culpable por no haberle dicho nada, ya me parecía a mí que no era feliz, ahora me doy cuenta de lo mucho que valía, nadie podrá reemplazar el vacío que deja, el muy desgraciado sólo me dejó deudas, su vida sólo sirvió para arruinar la mía, al fin se fue ¡qué descanso!...

Por otra parte hacen también acto de presencia de una forma muy atropellada los recuerdos, que acuden al galope del corazón, ya sean superficiales o profundos, no en vano aprendimos con Hegel que recordar es interiorizar (*innern-erninnen*), elevarse hasta el corazón de la lógica (*cor/razón*), vivirlo/revivirlo. Pocas dimensiones del espíritu son tan recreativas como la memoria, que es la base del verdadero aprendizaje por el corazón (*par coeur*).

Siendo mucho todo esto, lo más extraño del recuerdo a pie de féretro es la absoluta diferencia de temperatura existente entre el tú del muerto y el yo del vivo que le acompaña en sus últimas horas. El tiempo en el

último adiós, y por lo tanto su correspondiente temperatura emocional (de *tempus* deriva *temperatura*), corre cada vez más disparejo. La de Mario más fría que el mármol y más indiferente a la de todos que la escoria entrópica. La del acompañante del féretro cada vez más caliente o recalentada, como si aún le hubiera salpicado aquella sangre. Esa carencia de homeotermia física y emocional ¿acaso no manifiesta la absoluta imposibilidad de ese encuentro?, ¿no pide que dejes en paz al que buscó su paz quitándose la temperatura de los vivos?

Él está ya en otro *tiempo*, el tiempo de los muertos. Se acabó, aunque no del todo, pues su frialdad me produce de cuando en cuando algún escalofrío, como la pierna amputada que sigue doliendo. Esta percepción del «se acabó», sin que «haya acabado» del todo resulta para algunas gentes muy traumática, aunque algunos como Quevedo terminaran conversando en paz con sus difuntos, tal vez para resucitar de las propias muertes. Sin embargo, el riesgo sigue estando ahí, pues cuando la situación alcanza el grado de obsesiva ya se ha dado una vuelta de tuerca a todo, más allá de vivo y muerto, más allá de bueno y malo, en el más allá del más acá.

Qué tensión tan tremenda la de montar en el caballo blanco con una pierna y en el caballo negro con la otra, pura esquizofrenia que escinde inmisericordemente la unidad del ser personal. Vives sin vivir en ti y estás sin saber muriendo, mientras Mario se halla de cuerpo presente pero ya rígido y más frío y duro que el mármol a tus calores. ¿Quién en su sano juicio no se sentirá a medio camino de la vida y de la muerte si el muerto arrastra al vivo hacia su tumba y lo engulle? Cuando el asedio que esta obsesión produce termina imponiéndose, se acabó lo que se daba. Morir pasa a ser un estar unidos por el frío que nos separa. *Lasciate ogni speranza*, se acabó lo que se daba. Aunque te pienses de otro modo, no superarás la condición de zombi, es decir, la de estar muerto en vida.

La luz se vuelve simple luciérnaga sobre la tumba de Mario con el paso del tiempo. Aquella su viuda escribió sobre la lápida de su esposo: «¡Pronto estaré contigo, espérame!», pero Mario debió de cansarse de esperar, pues no mucho tiempo después ella se había enamorado o recalentado de nuevo y no tenía ninguna prisa de transfundir su calorcito al frío e inerte cuerpo de su costilla... Son cosas de la vida, mitad amor y mitad humor, mitad canto y mitad llanto.

Y todo esto ocurre por virtud de *la memoria*. La memoria, cuando falta, o cuando todavía no aflora, no es capaz de distinguir entre vivos y muertos. Quien tiene memoria tiene deseo. Cada día, en efecto, nos levantamos con una constelación de historias sobre nuestras espaldas, y quien por algún motivo se desmemoria

pierde también la identidad y la vitalidad, un viejo problema filosófico. La memoria es la historia y la historia es la memoria. No te recuerdo, Mario, luego no existes para mí. Te recuerdo solamente en el instante en que te percibo (*esse est percipi*), luego nuestra relación carece de futuro. Únicamente el pasado que prende en el presente y en él deviene es la clave de bóveda capaz de abrir al futuro de los dos como haz y envés.

¿Recordarán los muertos sus vidas?, ¿tendremos los vivos que rescatar a los muertos de su olvido?, ¿o no habrá más remedio que olvidarlo todo, incluyendo lo propio?, ¿será posible vivir lo mío rodeado de tu cadáver en un universo cada vez más poblado de cadáveres?, ¿consistirá en eso la soledad de la memoria, en su progresiva desaparición?

En una palabra: el *suicida* no muere solo, es al mismo tiempo *egocida*; no únicamente degüella decididamente a su propio yo (como bien lo expresa el idioma francés con el verbo *décider*, que significa decidir y degollar). Para revivir a Mario, o para rematarlo, hay que cavar más profundamente; hay que recordar su genealogía y su ontología. Los padres ¿le amaron?, ¿le amaron pero él no supo o no pudo procesarlo?, ¿fueron demasiado blandos o demasiado severos en el proceso de aprendizaje de su infante, y eso causó a éste estragos insuperables en orden al futuro?, ¿sus compañeros y compañeras de colegio le sometieron a algún tipo de *mobbing*?, ¿maestros y maestras castigaban al pequeño Mario, cada vez más inseguro, más, asocial, más antisocial?, ¿su compañera sentimental le dejó por otro menos fracasante y más divertido?, ¿aquella licenciatura primero, aquel doctorado después, nada de eso le sirvió para encontrar un trabajo digno, ni siquiera indigno?, ¿se vio obligado a emigrar lejos de su país para buscar fortuna en otro en el que también fracasó?, ¿acaso no le olvidó aquel «Jesucito de mi vida, eres niño como yo, por eso te quiero tanto y te doy mi corazón»?

Quizás otros se mataron por menos, pero Mario ya no pudo más. Entre todos le mataron y él solito se aventó desde la ventana, una mano invisible, la de todos, le catapultó al vacío: «¿Quién mató al comendador? ¡Fuenteovejuna, señor!». Pero Fuenteovejuna no da la cara, y por eso el colectivo sin rostro no arrostra nada.

En ese instante fáustico Mario se autoinculpa, se echa a sí mismo en cara todos los descaros ajenos. Es el momento de la absoluta desesperación: «Tú mismo eres culpable. No busques ningún otro responsable, nadie te necesita, no has encontrado en la vida ningún otro hueco que el de tu propio ataúd». Muérete perro, *verschwinde doch*, *desaparece*, le dice su propio diablo, el diablo en que él mismo se ha convertido, como lo hace el Mefisto de Goethe. Mario quiere pese a todo

vivir, pero Mefisto sólo mueve la cabeza para decirle que no, que no, y que no: *nein, nein, nein, der stets verneinende...*

Mario-Mefisto se mira al espejo y sólo ve su rostro atormentado, verdaderamente es la estampa patética de la soledad abandonada, como el bebé a la puerta del convento de las monjas primero y trasladado a la inclusa después, niño ya en la inclusa que es exclusiva; cuantas más puertas se le abren, más puertas se le cierran, igual que en el drama de Kafka, o en las obras de Sartre: vivir muerto sin sepultura, o vivo sin dónde reclinar la cabeza. Nació para colmar el encuentro y no la necesidad de vacío, pero no es amado, no es necesitado, ¿para qué seguir padeciendo?

Y entonces Mario, o don Mario, se deja anonadar por la rígida ley del Talión, *devolver mal por mal* excluyendo aquello que suponemos que a su vez le excluye, disolviendo aquello que piensa que le disuelve. Así pues, el mal busca expiación, pide la cabeza de ese culpable que tanto me lastima, tiende así a ejercer el *contra-mal*, a damnificar a los otros alegando hacerlo siempre en defensa propia conforme a la ley del Talión: *padezco el mal, ejerzo el mal; ejerzo el mal, padezco el mal*, y así sucesivamente, implacablemente, con la velocidad del rayo: el mal se transmite tanto mejor cuanto mejor pretendo deshacerme de él.

La lógica del mal triunfa siempre y de la misma manera: acusémosles a todos, el mal encontrará por ese procedimiento siempre a los suyos, puesto que de hecho todos ponen en práctica su única e institucionalizada lógica, que no es otra que la ley del absurdo. De este modo la agresividad contra la agresión del agresor se expande, mientras que el sujeto queda más y más desolado de relaciones, y así siempre. La venganza es tan poco eficaz para apagar pasiones como el agua de mar para calmar la sed.

La implacable marcha de la acusación avanza incontinentemente: se dirige contra los vivos primero, después contra los progenitores e incluso contra los antepasados, más tarde va contra las instituciones, después se alza contra Dios, y finalmente atenta contra uno mismo cuando ya no quedaba nadie a quien acusar, contra uno mismo ya sea en circuito largo (me miro al espejo y entonces me digo: *me odio a mí mismo día a día, luego existo odiándome cada día, cogito sádico*), ya sea en circuito corto, cuando el desesperado suicida quiere vengarse contra todo y contra todos al

descargar el último golpe contra sí mismo en su postrera desesperación.

De tan absurdo modo, en lugar de suprimir el sufrimiento supuestamente injusto se suprimen las condiciones de toda relación y quien triunfa no es el muerto, sino en todo caso la muerte, pero tampoco ella porque la muerte no puede reinar, la muerte está muerta. Lo que sí se abre para Mario es el *infierno*, momento en que el alma se encuentra definitivamente amargada con su carga de aislamiento, por definitivamente impotente para soportar el no soportarse a sí misma sola, asolada y desolada. Al mismo tiempo viuda y huérfana de relación, experimenta el encierro que enferma al alma en el infierno de esa nada sin relación con nadie en que se ha convertido. El infierno me encierra, me enferma y me miente.

El *infierno*¹ es, a tenor de lo dicho, la ausencia de todo otro; el infierno no deviene infernal más que si la víctima se descubre allí como infinitamente encerrada, y por ende como la única responsable de su propio ahogo. Allí Satán (al margen de la iconografía barroca que lo presenta con rabo y cuernos) acusa a esa víctima: «¡Desespérate en tu irremisible soledad, acúsate para siempre y por siempre!». No es casualidad que a la puerta del infierno de la *Divina Comedia* de Dante se leyerá precisamente esta inscripción: ¡Abandonen toda esperanza quienes entren aquí! Y entonces he ahí la culminación del absurdo, el infierno de un mortal individualismo a ultranza. Si, como dijera B. Brecht, somos «ciegos para los rincones oscuros de nuestro mundo», ¿acaso no lo somos porque hemos buscado demasiado en el absurdo que aísla? Pretender la salvación sin el tú constituye una vergüenza, y además una derrota de la salud. Según Jean Luc Marion, para que el demonio existiera tuvo antes que vivir como ángel, y sólo tras la desobediencia mutarse en Lucifer caído. La astuta baba de *Satanás*, el diablo (en hebreo *Satan*, *diábolos*, *calumniador*), consiste en *aparecer sin apariencia*, persona-nadie que no da la cara (*personne*: «persona» y «nadie»), en hacer creer que él, Satán, el maligno, no existe y por tanto no es responsable de nada, precisamente para que la persona ya *autoacusada-infernalizada* no pueda rebelarse contra él, condenada a su propio infierno, y se autodestruya.

Pero Mario no tiene fuerza para matar a todos los que le fueron matando y por extensión al mundo cruel; así que, incapaz de barrer del mapa a todos totalmente,

1. *L'enfer enferme, l'enfer me ment, l'enfer c'est l'enfermement* (cfr. Marion, J-L: *Prolegómenos a la caridad*. Traducción de Carlos Díaz. Editorial Caparrós, Madrid, 2018).

carga como Sísifo con el peso de la muerte sobre sus propias espaldas; el vacío no le espera, pero él vacía su propia vida para de ese modo anidar en el vacío mismo. Como si una vida vaciada, cualquier vida vaciada, no pesara ni ocupara ningún lugar.

Cuando Mario se arroja al vacío ni siquiera cae en el vacío. Su cuerpo lastrado de nada cae sobre dos enamorados que con las manos enlazadas celebraban su vida paseando con resultado de muerte. Quien se mata a sí mismo mata también al otro u otros, pues el batir de una mariposa se refleja en el de otra mariposa situada en su antípoda. Es el principio de Arquímedes aplicado a tan dramática situación: todo cuerpo arrojado al vacío experimenta una caída vertical y hacia abajo igual al peso de los cuerpos que al caer desaloja. La única diferencia entre el egocida y el suicida está en la temporalidad de ambos: el primero es *egocida antes, pero suicida después*. Quien se mató primero matará dos veces.

Ni siquiera hace falta que Mario, el egocida, deje una carta al Juez para inculpar a los demás, triste auto/exculpatorio, por un lado, y triste error por el otro. El suicida comete en su desesperación un error tremendo: al matarse por venganza no alcanza la diana; al intentar matar a la Muerte que le mata, quien muere es él, el muerto, y ni siquiera gana la Muerte, que ya estaba muerta por definición.

Muchas interrogaciones quedan abiertas, pues hay tantas modalidades de destrucción (hetero y auto) como personas sobre la faz de la Tierra. Dejando aparte los casos de enfermos mentales, cuyo suicidio no entra en el rubro en que nos hemos venido moviendo en este texto, sin embargo, y habida cuenta de la infinita casuística y de sus correspondientes situaciones de difícil encuadre, lo cierto es que el suicidio *no sólo expresa lo voluntario, sino también lo voluntario de lo involuntario y lo involuntario de lo voluntario*. De ahí el estupor que su gesto indescifrable nos produce, la estupefacción en que nos envuelve, el misterio de su iniquidad acuerpada en Mario.

No quisiera terminar sin hacer una llamada a la responsabilidad. En efecto, dado que no estamos solos, pues cada yo es un par de personas y muchas más, la lógica del mal se extiende como el chapapote en forma de marea negra. La lógica del mal puede llevar a la locura no solamente a quienes estuvieron sanos pero terminaron sin saber gestionar adecuadamente sus propias vidas, sino también a nosotros cuando, requeridos en busca de auxilio, rehusamos darles la mano, aunque hubiéramos sabido y podido llenar con nuestra mano la oquedad de la suya, y a sus vidas vaciadas y frías el calor de las nuestras. Al decir esto disto mucho de querer culpabilizar a nadie. 

ENTRE EL PUENTE Y EL RÍO¹

LUIS MARÍA SALAZAR

Profesor de la Facultad de Teología de la U. Loyola (Granada)

Hay una historia que circula ampliamente entre los predicadores y que se atribuye al santo cura de Ars. Como ocurre con estas historias edificantes, es difícil comprobar su autenticidad, aunque *se non è vero, è ben trovato*. La historia relata más o menos lo siguiente:

Una mujer enlutada y llorosa aguardaba encontrarse con San Juan María Vianney. Se trataba de la viuda de un hombre que se había suicidado tirándose al río Sena desde un puente. El santo de Ars, al pasar delante de ella y sin mediar otra palabra le dice directamente: «Entre el puente y el río cabe Dios». Esta sola expresión sirvió de profundo consuelo a aquella mujer, cuya principal preocupación era no solo la muerte de su esposo, sino que su alma se hubiese perdido para siempre.

Eran otros los tiempos y otras las preocupaciones. En su mente la posibilidad de que Dios hubiese intervenido en el último momento, haciéndole percibir su misericordia en el escaso trayecto entre el puente y el río suponía un motivo de esperanza. Si se sintió amado, su vida no se ha perdido para siempre. Si fue capaz de aceptar ese amor y pedir perdón, su existencia habría sido salvada, aunque fuese por un camino tan doloroso.

Durkheim, en su obra clásica sobre el suicidio² después de dejar aparte los suicidios atribuibles a alteraciones psicopáticas, distinguía entre suicidios egoístas y suicidios «altruistas» además de un último grupo al que llamaba suicidio «anómico». El primer tipo, el suicidio egoísta, «resulta de la alienación del individuo respecto de su medio social» (p. XIII); el segundo, el suicidio altruista, ocurre cuando «el sacrificio por el grupo

[se convierte en] una exigencia moral» (p. XIV); el tercero, el suicidio anómico, es provocado «cuando un fallo o dislocación de los valores sociales lleva a una desorientación individual y a un sentimiento de falta de significación de la vida» (p. XV).

Podemos dejar aparte el llamado suicidio altruista, al que podríamos interpretar como la «entrega de la propia vida» en favor de los demás. Es posible que las razones por las que una persona en particular entrega su vida nos parezcan insuficientes o cargadas de fanatismo, pero mirado en general, en los casos en que esta conciencia de que nuestra muerte supone un bien para los demás fuese correcta (pienso en el mártir cristiano, o el héroe rojo de Bloch, o más cotidianamente, el bombero, el policía o el rescatador que ponen en riesgo su vida por proteger a otros) nos encontraríamos ante un acto heroico que, más que rechazo merecería elogio al menos para quienes comparten las mismas convicciones sociales. Una actuación de este género no supone una desconexión con los demás sino la expresión de un vínculo más fuerte que la propia vida. Esto sería verdad incluso aunque alguien pueda considerar enferma una sociedad que pide a sus miembros determinados sacrificios.

Por el contrario, los otros dos tipos de suicidio, siendo diferentes, comparten un elemento, la desconexión entre el individuo y su contexto social. Dicho de otro modo, la ruptura o la disfunción de la dimensión comunitaria de la persona. Por diversos motivos el sujeto se siente aislado de su entorno y está convencido de que su desaparición (la falacia del suicida es pensar que con su muerte deja de existir para los demás y para sí mismo) no tiene ningún efecto sobre los demás.

1. La expresión, que procede de la anécdota referida del cura de Ars ha servido como título a un libro testimonial de Javier Díaz Vega (Madrid, Nueva Eva Editorial, 2020) cuya autoridad, amén de su condición de psicólogo le viene del hecho de ser un «superviviente» del suicidio de su madre ocurrido cuando él era un adolescente.
2. E. Durkheim, *El suicidio (introducción y estudio previo de Lorenzo Díaz Sánchez)*, Madrid (Akal) 2008 6.ª ed. Los números romanos entre paréntesis indican la página de la introducción.

A lo sumo se trata de un efecto positivo, aliviándolos de la carga que supone su existencia.

Esta percepción que intuimos en el suicida es en muchos casos errónea. El suicidio de aquella persona a la que amamos produce en nosotros un desgarramiento profundo, desencadena todos nuestros fantasmas y sentimientos de culpa. Cualquier desatención o conflicto habido con la persona que se quita la vida adquiere con su muerte una relevancia trágica por más que en condiciones normales pudiera considerarse como un roce cotidiano. Pensamientos como «si hubiera dicho», «si me hubiera dado cuenta...» nos atenazan como si nosotros fuésemos los únicos responsables de la muerte. No es verdad esa expresión «mi vida es mía y hago con ella lo que quiero». Nuestra vida pertenece a muchos, porque está vinculada con muchos otros y no solo con nuestra familia sino con todos aquellos con los que existe un vínculo. Destruirla ocasiona a nuestro alrededor desgarramientos tan significativos, que pueden considerarse una verdadera agresión hacia aquellos que nos aman.

Sin embargo, lo que es evidente es que el suicida no percibe ese vínculo. No es extraño que la crisis de pertenencia que padecemos vaya aparejada con un aumento del número de suicidios. Más allá de ese sufrimiento provocado en el entorno próximo, el suicidio genera siempre una sensación de fracaso social. Una especie de culpa colectiva, como si todos fuésemos responsables de esta muerte que, a nuestro entender, no hemos provocado.

La culpa es un mecanismo psicológico que puede ser adaptativo si cumple determinadas condiciones. Debe ser adecuada, proporcionada y no paralizante. Es adecuada y proporcionada si se corresponde con nuestra verdadera participación en el hecho que lamentamos y tiene una intensidad proporcional a nuestra participación en el mismo. En este caso no somos responsables de la acción suicida, pero sí de permitir, muchas veces acriticamente, un individualismo en el que la suerte de cada uno parece ser indiferente a los demás.

Una culpa no paralizante ha de estimularnos hacia una acción coherente con el hecho que lamentamos. Estas acciones pueden ser paliativas, disminuyendo las consecuencias para los supervivientes. Es verdad que hemos cambiado actitudes en que las familias eran doblemente culpabilizadas prohibiendo las exequias cristianas para los suicidios e impidiendo que

fuesen enterradas en lugar sagrado, pero todavía hay un manto de silencio sobre el suicidio que, bajo la excusa de evitar la imitación, dificulta enormemente la elaboración del duelo. Cabe pensar si no serían necesarios espacios de diálogo para las familias, centros de escucha o grupos de ayuda mutua que facilitasen a quienes han padecido el mismo drama, poder sanar las heridas provocadas.

Pero también se puede pensar en una solución río arriba.³ Si uno de los factores que favorecen el suicidio es la pérdida de conexión y de vínculos con las personas de nuestro entorno, uno de los estímulos que mejor prevendría el suicidio sería el fortalecimiento de los vínculos interpersonales. Una sociedad con lazos personales más cálidos, donde resulten evidentes los vínculos de pertenencia mutua es una sociedad más protegida contra la «anomia» en el sentido de Durkheim.

Quien percibe que su vida importa a los demás, que su existencia es significativa para otras personas, cederá mucho más difícilmente a la tentación de suprimir su vida. Por el contrario, quienes perciben que su vida es una carga o un estorbo, o que es indiferente para aquellos que lo rodean, carece de defensa ante el dolor, físico o existencial que hace penoso su día a día.

Quien tiene un porqué encontrará seguro un cómo. Nos recordaba Víctor Frankl con lapidaria frase de Nietzsche. Esto es tan verdadero que el motivo por el que una persona no se suicida puede ser el punto de partida para articular una existencia deshilachada. Puede darnos la pista para encontrar el último hilo que lo une a la existencia. Además, para una persona, el porqué más humano sería siempre un «para quién».

No conozco mejor motivo para seguir viviendo y superar las contrariedades de esta vida que saberse necesario para los demás. Este sentimiento resulta potentísimo como motor de la propia vida. Más incluso que el cuidado que los demás nos proporcionan. A veces, cuando ofrecemos ayuda, no podemos evitar que la persona amada se experimente a sí mismo como una carga. Sin embargo, la conciencia de que contribuimos a la vida y a la felicidad de otros es un estímulo eficaz para desplegar nuestras capacidades.

Recuerdo un matrimonio de vecinos míos en el que la esposa, una octogenaria hemipléjica a consecuencia de un ictus, era cuidada por sus tres hijos (dos varones y una mujer) y su esposo de una forma ejemplar. Los

3. Las llamadas soluciones *Upstream* o río arriba pretenden evitar o disminuir la ocurrencia de un problema y no solo paliar sus consecuencias. Aunque tienen una larga tradición en el ámbito de la ingeniería, en el ámbito de la toma de decisiones han sido popularizadas por Dan Heath, en su libro *A contracorriente* (Barcelona 2021).

hijos se ocupaban del cuidado de la casa y de preparar la comida y el esposo cuidaba de su aseo personal y su alimentación. En medio de esa situación y mientras su esposo le daba de comer, ella le dijo con mucha dificultad: —«Sebastián, yo lo que tenía que hacer ya es morirme. Te estoy dando tanto trabajo». A lo que él, sin mostrar asombro ni rechazo a la franqueza de ella, respondió: «Pero Manuela, si tú te mueres, ¿a qué me dedico yo?». La respuesta no cambió la situación, pero disipó los temores de la anciana y arrancó de su boca semiparalizada una sonrisa tierna.

Aunque sea redundante, termino con otra historia piadosa. Esta vez de un suicidio no consumado que está en el origen de una obra entrañable: *Los traperos de Emaús* que ha sido fuente de dignidad para muchísimas personas. Me permito citarla por extenso tal y como la cuenta el propio Abbè Pierre:

Un hombre había intentado suicidarse. Había estado condenado a muchos años de presidio al penal de Caiena. Por haber salvado a una persona durante un incendio fue liberado antes de cumplir la condena, y volvió a Francia cuando ya nadie lo esperaba.

Su mujer vivía con otro hombre y tenían dos hijos. La hija que habían tenido juntos, no la había visto nunca: había nacido cuando él ya estaba en la cárcel. Ésta hija no conocía a su padre, no sabía nada de nada, y a partir de una correspondencia iniciada

cuando tenía 15 o 16 años, se hizo una imagen falsa, e idealizada. Él volvía enfermo, tuberculoso, afectado por el paludismo y un poco alcohólico. Tenía la sensación de hacerle asco, y de romperle el sueño. Sentía vergüenza de él mismo y ya no tenía ganas de vivir.

Me explicaron su historia y fui a verle. Le dije: «Eres infeliz y yo no te puedo ayudar con dinero, porque me lo he gastado todo y estoy cargado de deudas con todo lo que he comprado para las familias que no tienen un techo donde protegerse. Tú, dices que lo has perdido todo y te quieres morir: ¿Por qué, antes de quitarte la vida, no vienes conmigo y me echas una mano? Juntos podemos hacer más cosas».

Y así empezó todo. No se trataba de hacer caridad ni lo contrario: se trataba de algo más que caridad, de posibilitar que el que aparentemente no tiene nada para dar, dé.⁴

Quizá sea tan sencillo como eso. Hacer ver a quien está tentado de abandonar su vida, que esta vida, que él considera despreciable es valiosa para nosotros. Que, si no es valiosa para él, puede entregárnosla porque para nosotros es muy necesaria. Entre el puente y el río, George, que así se llamaba aquel infeliz, se encontró con l'Abbè Pierre. Entre el puente y el río de Manuela se encontró Sebastián. Cabe preguntarse si no serán necesarias muchas más personas que se crucen entre el puente y el río. 

4. http://www.emaus.es/abbe_pierre.html, última consulta 28-02-2022, 13:00h.

INMA

LUIS ENRIQUE HERNÁNDEZ

I. E. Mounier. La Rioja

A quella mañana, al salir de casa temprano para ir a trabajar, me encontré en el portal a Juan y Marisa, sus rostros cariacontecidos, expresaban sufrimiento. La cara demacrada y pálida de Juan ponía de manifiesto que había pasado la noche en vela y los ojos de Marisa demostraban que se la había pasado llorando.

—¡Buenos días vecinos!, pero... ¡Qué os pasa chicos!, —recuerdo que me dirigí a ellos.

Juan que es un hombre fuerte y enjuto, de aspecto duro, dedicado a la construcción rompió un sollozo controlado.

—«La Inma», Luisen, que se nos ha querido suicidar.

«La Inma» era la hija de Marisa y Juan, que hacía algún tiempo había decidido vivir su propia vida junto a alguna amiga y algún amigo, en un piso de alquiler que pagaban con trabajos puntuales y esporádicos. Necesitaba libertad, nuevas experiencias... y la vida monótona junto a sus padres, con sus rutinas, sus normas, su forma diferente de entender la vida, sus discusiones continuas... le habían resultado insoportable.

Según me comentaron Juan y Marisa, nadie sabía cómo ni por qué, decidió defenestrarse por la ventana de la cocina de su casa, pero los distintos tendederos y colgadores de los pisos primero y segundo, atenuaron de alguna forma el frágil vuelo de Inma hacia su fatal destino. Hasta en esto Inma había decidido mal... o tal vez había decidido correctamente. Si hubiese elegido la ventana de la sala, el desenlace hubiera sido inevitable, alguien que de verdad quisiera quitarse la vida lo hubiera tenido en cuenta. Ni un solo obstáculo hasta romperse contra las baldosas de la acera.

Pero Inma no quería que nadie sufriera por su intento suicida, no quería buscar cómplices que le acompañaran en su decisión de muerte, porque por esa acera transcurrían con frecuencia personas y especialmente niños que acudían al parque de enfrente de su casa. Inma no quería hacer mal a nadie con su sufrimiento, que era suyo y solo suyo. No sabía que decidiendo

mal su suicidio había decidido correctamente por la vida. La suya, y la de los demás.

Juan me dijo entonces: «Vamos a cambiarnos de ropa y lavarnos un poco y enseguida nos vamos al hospital de Logroño, porque Inma está inconsciente aún en la UCI».

—Ya os llevo yo, —les respondo—. Con ese cansancio y esos cuerpos que tenéis no os conviene ir conduciendo a esta hora de la mañana». Aceptaron el ofrecimiento.

Al poco tiempo nos encontrábamos entrando en la sala de espera de la UCI. Con ellos, a la entrada un reducido grupo de amigos íntimos y familiares aguardando las explicaciones de Marisa y Juan... —Pero qué ha pasado Juan. —Pero cómo ha podido ser Marisa. —Estos chiquillos, los disgustos que nos dan, —¿Qué se la habrá pasado por la cabeza a «La Inma»?

Juan y Marisa aturdidos, agradecían la presencia de los asistentes pero no eran capaces de responder a ninguna de sus demandas... —¿Qué más quisiéramos saber nosotros por qué ha pasado?— se decía Juan por dentro.

Yo como convidado de piedra en un rincón veía y escuchaba los bisbiseos y susurros de los presentes:

—Para mí que estaban fumados hasta las cartolas;

—Es que «la Inma», los últimos años llevaba una vida que...

Al poco tiempo se abrieron las puertas de los módulos de la UCI y como una aparición deseada surgió el médico: —«Inmaculada está inconsciente pero estable. Tiene el cuerpo muy magullado y varias roturas importantes que tal vez le dejen secuelas, pero podía haber sido peor. ¡Vivirá!...».

Esta última palabra se quedó resonando en los oídos en las mentes y en los corazones de todos nosotros, como si tuviese eco ¡VIVIRÁ!...

Todos los presentes se echaron encima de Juan y Marisa, abrazándoles, emocionados, llorando.

—Enhorabuena, a pesar de todo, enhorabuena, chicos.

—Lo peor ha pasado. Ahora con tiempo y paciencia a recuperarse, poco a poco... —pero Juan y Marisa sabían que no había terminado todo. Había un montón de preguntas sin responder. Varios «porqués» sin respuesta, un montón de silencios que era necesario rellenar de palabras, de diálogo, de conversaciones, de tiempo vivido juntos...

—¡Madre mía!, —me decía Marisa — cuánto tiempo perdido en el desencuentro, en las discusiones, en tener razón, en no querer escuchar...

—Cómo podemos llegar a esto, me decían Marisa y Juan.

Han pasado varios años de aquel funesto, pero al final feliz suceso. Después de un proceso largo y penoso de recuperación en el que pudieron hablar, estrechar sus corazones, que siempre habían estado más cerca de lo que pudiera parecer, que permitió, por otra parte, volver a reencontrarse el yo de cada uno con el de los demás,

Inma estuvo trabajando durante algún tiempo en la oficina de la constructora de su padre. Luego encontró a Imanol, un hombre bueno y trabajador, que no le interesaba otra cosa que el trabajo y la familia y no se hacía problema de las cosas, algo que en ese momento le venía muy bien a Inma. Y ahora Inma ya tiene una razón para seguir viviendo. Se llama Saray y es una diablilla de rizos negros. Ha aprendido a ver la vida de otra forma. Siente que incluso la vida puede ser hermosa si te empeñas en que lo sea y que a pesar de todo se puede ser feliz, aunque sea una felicidad de andar por casa. Le ha quedado algún recuerdo de aquella aventura, un gracioso «sube y baja» de cadera del que se ríe con Saray cuando juegan. Es un recuerdo que le permite ser consciente del frágil hilo que separa la vida de la muerte, para no volver a repetir las mismas equivocaciones. Inma ha sido afortunada. La vida le ha dado una segunda oportunidad para ser feliz que no puede desaprovechar. 

EL SENTIMIENTO DE VACÍO ANTE EL SUICIDIO DE UN SER QUERIDO

MONTSERRAT MONTÉS GERMÁN

Psicóloga

PREGUNTAS SIN RESPUESTAS

Siempre me he preguntado ¿por qué un adolescente, que aparentemente no presentaba ningún cuadro depresivo u otro trastorno mental, llega a tomar la decisión de suicidarse? He hablado muchas veces con padres que sus hijos se han suicidado, y la mayoría me suelen decir: «Nadie de la familia sospechaba que en su cabeza estaba tramando el final de su vida. Nadie supimos ver señales que nos pusieran de aviso que le estaba ocurriendo algo. Simplemente sucedió cuando él lo consideró oportuno. Con el tiempo y con la ayuda de los profesionales sabemos que las personas que toman esa decisión son porque están sufriendo por algo que no consiguen resolver, porque llegan al límite de la desesperanza, porque prefieren morir antes que seguir en ese estado de dolor».

Un padre me comentó que no dejaba de hacerse siempre la misma pregunta: «Me he preguntado muchas

veces ¿qué le estaba haciendo sufrir a mi hijo tanto para que llegara a diseñar y a preparar su muerte? Una pregunta que intento ordenar como si fuese la imagen de un rompecabezas: recuerdos, emociones, sentimientos, acciones... y no consigo encajar las piezas para llegar al resultado final que tanto deseo: averiguar por qué lo hizo».

TESTIMONIO DE VICTORIA

Victoria, la madre de Luisete, lleva ya varios años luchando por entender por qué lo hizo. Una pregunta comprensible que generalmente no tiene una respuesta. Afirmo que todos los días realiza una lucha interior para poder seguir adelante. Desde el minuto cero de la muerte de su hijo se sumergió en un estado de aniquilamiento total como ser humano. He aquí su testimonio:

El vacío es una sensación muy grande, tan grande, que lo llena todo. Lo sientes por dentro y lo notas a tu alrededor. Y está tan lleno de dolor que eres incapaz de salir de él. Metida en ese vacío he repasado y dado vueltas a mi vida con Luisete, recordando y sintiendo todos y cada uno de los momentos desde que nació. Pensando en nuestra vida en familia, en todo lo que habíamos hecho y vivido juntos; y haciéndome una y otra vez las mismas preguntas, sin encontrar respuestas. Le buscaba por todos los rincones de mi memoria y en mis recuerdos para de alguna manera poder retenerle. Así encontraba algún consuelo para el dolor y la desesperanza que sentía.

Nuestra rutina y nuestros momentos juntos y en familia desaparecieron bruscamente; y a esa cruda realidad me enfrentaba todos los días y a cada momento. Ya no desayunábamos juntos por las mañanas antes de irse al colegio, ya no le llevaba al entrenamiento de fútbol americano que tanto le gustaba, ya no me contaba sus cosas, ya no hacíamos planes familiares, ya no estaba pendiente de sus idas y venidas, de sus necesidades, de sus cosas, de su vida... La casa estaba silenciosa, su habitación vacía, ya no le oía bajar estrepitosamente las escaleras de casa; Su ausencia era palpable todos los días y creaba, y ha creado un hueco dentro de mí.

Tengo la suerte de haber podido hablar, y hablo, de todo esto con mi familia y amigos. Ellos han estado ahí, escuchando y dándome su cariño y apoyo para ir superando esa soledad y hacer frente a esta pérdida; el hablar y poder expresar libremente mis emociones y sentimientos me ha ayudado y me ayuda a avanzar en mi duelo y a aceptar la ausencia de mi hijo y el vacío que ha dejado.

El vacío también ha provocado que no tenga interés en muchas cosas y en personas que me habían rodeado y que me rodean. No tienen ya una misma importancia algunas situaciones, o preocupaciones o los problemas.

Me resultan banales y muchas veces me dan bastante igual. Me asombra sentirme a veces, quizá, tan poco empática o insensible hacia lo que me rodea. Pienso, que es injusto, pero es la verdad. Seleccione mucho más, a quienes y a qué me dedico. Mi cupo de aguantar el dolor, de pelearme con él y de luchar por seguir adelante, se ha rebasado. Me concentro en lo que me sirve para tirar hacia adelante.

El tiempo, que avanza inexorablemente, también ayuda a ir aceptando ese vacío y esa realidad que se impone. Por supuesto, y fundamental, la ayuda profesional que he recibido. Para mí ha sido imprescindible. El esqueleto para sujetar esta nueva vida, me la dan dado los profesionales. Las herramientas que necesito para afrontar este duelo, me las han enseñado ellos y también a saber manejarlas.

Todo ello ha contribuido y contribuye a que este vacío se vaya cerrando. Y a que yo pueda seguir viviendo con él, sin ahogarme de pena y tristeza. Como digo, tengo muchas personas, afortunadamente a mi alrededor, que me quieren y dispuestas a ayudarme. Pero aún y con todo ello, es difícil gestionar el vacío y la soledad que provoca la ausencia de Luisete. Porque este vacío que deja Luisete es un vacío que nadie, ni nada podrá llenarlo. Luisete es único, especial, auténtico, verdadero y real. Él siempre me faltará; el hueco que ha dejado en mí y en mi familia, es para siempre.

Según voy incorporándome a la vida, según el tiempo va suavizando el duelo, voy aprendiendo a convivir con el vacío, el dolor, la pena... a vivir sin él. Busco consuelo en cosas que le gustaban. Las hago, las hacemos en familia, recordándole con una sonrisa, con cariño y amor infinito; duele, pero no es el mismo dolor del principio. Le integramos en nuestra vida, le tenemos siempre presente, le nombramos. Está y estará siempre con nosotros. 

EL DESAFÍO DE ATENDER A UNA LLAMADA TELEFÓNICA DE CONTENIDO SUICIDA

IMANOL BAGENETA MESSEGUER

Psicólogo

Orientador del Teléfono de la Esperanza

INTRODUCCIÓN

El suicidio es un problema de salud pública con un considerable impacto social y psicológico en las familias y en el sistema de salud pública. Según la OMS (2020), más de 800.000 individuos se quitan la vida anualmente. En nuestro país, el Consejo General de Psicología indica que un alto porcentaje de la población manifiesta haber tenido ideas suicidas.

A la hora de realizar una campaña preventiva eficaz, los gobiernos utilizan algunos indicadores: a) el número de hospitalizaciones y problemas asociados crece considerablemente cuando las mediciones se realizan entre la población joven; b) la experiencia de la pandemia ha convertido al suicidio en una causa principal de la muerte en varones de entre 15 y 30 años; c) ha habido un aumento significativo de suicidios en las personas mayores de 70 años en los últimos años (de 917 en el año 2016 a 1036 en 2020); d) la existencia de un intento anterior de suicidio es un factor de riesgo asociado y, por último, e) no se puede desdeñar el factor de difusión mediática que se da a la muerte de personajes públicos —motivo más que suficiente para que la profesión periodística evite divulgar estas conductas.

Los protocolos de prevención destinados a actuar ante este problema (como el *Teléfono de la Esperanza* o los servicios del 112) ponen atención a distintos *factores de riesgo* de la conducta suicida: la predisposición genética, la exposición a situaciones de estrés, el aislamiento social o la aparición de problemas a los que uno solo no sabe dar solución... y subrayan, además, la comorbilidad *depresión-ansiedad* como factor predictor. Más importante incluso que los antecedentes familiares de conducta suicida o las situaciones vividas de manera desfavorable en la edad temprana.¹

El desafío del *agente de ayuda* u orientador telefónico —figura a la que vamos a poner atención en este

trabajo— es detectar de forma inmediata las señales de alerta que los llamantes nos transmiten: unas veces, de forma literal; otras, camuflada («estoy preocupado porque una amiga está pensando en suicidarse»).

CUESTIONES SOBRE EL SUICIDIO

Para empezar, entendemos por *suicidio* una conducta dirigida por el propio sujeto que, o bien conduce directamente a la muerte (suicidio consumado) o bien, en otro caso, acarrea graves secuelas físicas (suicidio frustrado). La acción violenta y el propósito de morir nos ayudan a catalogar todo el grupo de conductas que están en torno a la *ideación suicida*.

- a. La *idea suicida* contempla la muerte como una solución real a los problemas de la persona, aunque aún no se haya producido daño físico contra uno mismo y no se tenga aún una clara idea de cómo o de cuándo realizarlo.
- b. Con el gesto suicida o *parasuicidio*, la persona admite no tener la intención real de acabar con su vida, aunque se intenta producir un daño o desfiguración física: dolor, mutilación en brazos o piernas y quemaduras, y problemas que afectan a una función corporal (digestión, conductas bulímicas, o la ingestión de fármacos no letal). Es difícil describir con precisión la causa que anida en estas conductas: conseguir atención o cariño, hacer que la pareja no le abandone y se sienta forzada a protegerle, quizás la pérdida de un empleo... Posiblemente, el parasuicidio expresa una conducta en la que, a falta de otros recursos, el sujeto accede a un sentimiento profundo que no es capaz de simbolizar.
- c. En la *crisis suicida* —y ahora desde un bloqueo total de las alternativas de las que disponemos para

1. Un trastorno de ansiedad potencia la tendencia suicida en pacientes depresivos aumentando su ideación suicida y su desesperanza. En E. BACA y Á. FUENSANTA (2014). «Factores de riesgo de la conducta suicida asociados a trastornos depresivos y ansiedad». *Salud mental*, 37(5): 373-380.

enfrentar una situación problemática— toma protagonismo un plan, una *tentativa real* de suicidio; en ocasiones, frustrada por circunstancias externas imprevistas.

Cualquier día, en un momento de la tarde, en la sala de estar y tumbado sobre el sofá frente a la televisión, uno piensa que se encuentra tan solo y falto de apoyo que todo le acaba por hartar. Tropezaba entonces con una violenta sensación de impotencia y desánimo; ante ella, ninguna conducta social mínimamente organizada (una llamada telefónica a un amigo o una salida a la calle más prolongada de lo normal) tiene alguna posibilidad de concitar nuestro interés.

La persona que contempla la posibilidad de quitarse la vida pretende obtener una respuesta a un modelo vital que está fallando. Las etapas por las que va a atravesar abarcan desde una primera *consideración* hasta la *organización* real del plan suicida; estos momentos estarán teñidos de ambivalencia, dudas y oscilaciones ante la posibilidad de consumir la conducta. Cuesta entender por qué el individuo desarrolla una conducta que resulta tan contraria a los instintos estables con los que nos dota la Naturaleza, la conservación.

INTERVENCIÓN ANTE UNA CRISIS SUICIDA

Quienes trabajamos en *intervención psicológica en crisis* pensamos que la persona que planea suicidarse no acierta a identificar completamente los motivos de su decisión. No dejamos de realizar esta pregunta: ¿dónde se encuentra el límite de la racionalidad de las demás personas y cómo se debe respetar la libertad personal?

Las sociedades tienen formas distintas de explicar la muerte y de justificar la legitimidad de acabar con la vida propia o la de los demás —incluimos aquí toda racionalización sobre la guerra, la eutanasia y el aborto—. También los propios individuos aportan su propia explicación sobre la funcionalidad del suicidio: para unos, es una manera de culpabilizar a los demás y de proyectar su intención punitiva. Otros, en cambio, solo tienen la pretensión de paliar una pérdida significativa... o se proponen a sí mismos un fuerte —el más extremo— autocastigo.

No existen fórmulas exactas para detectar ni para convencer a alguien de lo acertado de tomar o paralizar una decisión. ¿Por qué nos decidimos a «desmontar» la idea de quien nos llama avisando de que va a suicidarse? ¿Es legítimo influir en las personas?

Filósofos, artistas y pensadores han atendido a las actitudes con las que enfrentamos la vida y la muerte; también la opción ante el suicidio. Apenas podemos detenernos en una consideración prolija de sus posiciones (mucho menos profundizar en el aura de justificación con la que en ciertas épocas se ha rodeado esta decisión trágica).

Apoyados en la ética kantiana, podríamos decir que el suicidio es un acto carente de justificación y opuesto al supremo deber para con uno mismo²; para Hume, al contrario, un hombre que se retira de la vida *no hace daño alguno a la sociedad*, solo deja de producirle bien³ —suponiendo que *hacer el bien fuera un deber*.

Pero la idea de justificar la existencia y prolongar la vida solo por la responsabilidad de hacer un bien a los demás (o por evitar el mal, por ejemplo, a los familiares) no lleva muy lejos. Justificar la vida desde las nociones de costo y de ganancia tiene cierta consistencia, de acuerdo, pero si nos ponemos a pensar en ello durante unos minutos se nos ocurren objeciones que echarían abajo todo el discurso⁴: los *cálculos racionales* reducen la cuestión a un solo problema: ¿merece la pena, o no, seguir asumiendo las dificultades que nos depara la vida?

No existen muchos otros recursos sociales que faciliten superar las situaciones que atendemos en una entrevista telefónica: un momento en donde las iglesias han perdido parte de su papel; los sacerdotes apenas participan de la intimidad de sus feligreses; la ciudad aísla a los individuos y apenas se ofrecen recursos sociales en las pequeñas poblaciones.

DOS SITUACIONES

Los agentes de ayuda nos centramos en el discurso que nos narra la persona en situación de riesgo de suicidio. No es necesario recordar que se trata de un campo repleto de lugares comunes y estereotipos: «quién se quiere matar lo dice y quien lo dice, realmente, no lo hace», «la persona realiza una *llamada de atención* aunque, en realidad, no desea morir».

En este segundo punto del documento, realizamos un breve comentario sobre dos llamadas de personas determinadas a acabar con su vida. Dos casos reales, en los que alteramos las circunstancias y tomamos nombres ficticios.

2. Kant, I. *Lecciones de ética*. Editorial Crítica, Barcelona, 2002.

3. Hume, D. *Sobre el suicidio y otros ensayos*. Alianza Editorial, Madrid, 1995.

4. Sobre las concepciones que un individuo posee de la muerte, véase A. Pérez Gómez y L. Marina Cortés (1996). «Relación entre la conducta suicida y el concepto de muerte», *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 1.3: 141-251.

Llamante 1

La persona que nos está llamando, a quien llamaremos Rodrigo, es un joven de 28 años que ha centrado sus sueños alrededor de los clubs de alterne de la capital. El mundo de la prostitución de lujo le ha llevado a conocer a una muchacha y a poner en marcha un proyecto que no tenía futuro.

Este joven ha encontrado un amor idealizado, y se mueve en un mundo de locales ocultos que recorre con la pretensión de rescatar a una muchacha. Familia, hijos y estabilidad económica a cambio de dejar este trabajo. «Yo te rescataré —le dice— vente conmigo».

COMENTARIO

En general, los sentimientos de falta de apego o de agresividad reprimida son percibidos por las personas como un equivalente de la muerte emocional. Les llevan a constatar que su afectividad ha quedado marchita. Al participar en la conversación telefónica damos por descontado que este joven busca apoyo y muestra, por tanto, algún tipo de intencionalidad, al menos para confirmar que su bloqueo no tiene otra salida. De no ser así, ¿para qué está llamando?

Uno de los polos de la conversación pretenderá crear cierta ambivalencia racional: «Si te suicidas, ¿qué crees que vas a conseguir por parte de la otra persona?» o «¿cómo crees que afectará el futuro de tus hijos/as/marido/padres?».

Rodrigo se bloquea ante la imposibilidad de dar sentido a una separación y encuentra así el argumento para acabar con su vida, dando vueltas en torno a una idea obsesiva y sin perder ni ganar un solo grado en su recorrido.

«¿puede ser que quieran imitarte en el futuro?», más directo y comprendido como culpabilidad solapada.

En el otro extremo, abrimos la posibilidad de reconquistar a una muchacha que ha desaparecido, y le preguntamos: «¿cómo sería la persona por la que valdría la pena vivir?».

Conviene siempre evitar comentarios educativos, dejar fuera las críticas y no recurrir a frases hechas («el tiempo lo cura todo...», «eres muy joven...»). Tampoco podemos adoptar un rol de experto, acaso limitarnos a decir: «para que me hiciera una idea de lo que te pasa, debería haber pasado por una situación igual de difícil, así que no puedo ni imaginarme cómo debe ser».

Queda, por último, dar una respuesta directiva: «Posiblemente en el hospital puedan brindarte la ayuda que necesitas».

Llamante 2

Juan Antonio es un hombre maduro, aquejado por graves problemas físicos, por la dependencia de un cuidador, y por un severo grado de inmovilidad. Parece que ha ingerido algún tipo de medicamento.

COMENTARIO

La demanda corresponde a una situación de alto riesgo y se le indica que, si está acompañado, comunique a la otra persona lo que le sucede. Al pensar que ingirió medicamentos, se evita que quede inconsciente, manteniendo la conversación o proponiendo tomar café, refrescos o té.

Además, siendo que ha avisado al 112, se le pide que deje abierta la puerta del domicilio. Mantenemos la conversación hasta la llegada de los servicios de urgencia.

Es difícil profundizar en su referencia a la divinidad, planteando si Dios, que es quien guía el universo con su consentimiento, deja

Juan Antonio es una persona preocupada por su invalidez y por la ausencia de familiares. Se plantea dejar de vivir pero —al ser persona religiosa— se preocupa de ser castigado por Dios.
—«Deseo abandonar este cuerpo agotado... para ponerse en manos de Dios».

o no de ejercer su dirección ante la muerte de alguien, por muy voluntaria que sea.

En este tipo de llamadas también se puede entablar una «negociación dura», sin rehuir preguntas extremas («¿Sabes que puede ser lento y doloroso? ¿Quién te va a encontrar?») o pidiéndole que detalle los mismos pasos del proceso de la muerte (incluso si aún no los ha realizado) y las conductas que tiene previsto realizar. Se pueden elaborar preguntas para crear cierto grado de ambivalencia: «Si te suicidas, ¿qué más crees que vas a conseguir?».

CONCLUSIONES

Si algo muestran estos dos testimonios es que, contra lo que habitualmente se cree, quienes presentan estos síntomas no son tan diferentes de nosotros, o tan radicalmente distintos como nos gustaría pensar, tal vez, para creernos beneficiados por una profunda estabilidad emocional.

Como es obvio, uno puede escoger morirse voluntariamente. Para salir de ese vacío desasosegante, si se pudiera evitar, haría falta un empeño tenaz para cambiar de vida y alterar muchos patrones existenciales; algo que no es nada fácil de realizar.

La misión del *agente de ayuda* es reforzar la gestión de la situación —valorando especialmente el esfuerzo que quien nos llama hace para pedir ayuda. Intentará

facilitar un encuentro *emocional* creando nuevas conexiones de sentido. No es preciso culpabilizar a nadie, atacar la idea directamente («eso es inmoral») o hacer promesas que no podamos cumplir («seguro que mañana lo ves de otra manera»).

Ante la llamada de una persona con intención suicida, las estrategias del interlocutor solo pretenden *aplazar la decisión*. Representamos el suicidio como «una solución eterna» para problemas que, en ocasiones, son temporales. Quienes lo intentaron y no cumplieron su objetivo, tiempo después consideran que el episodio fue un error y valoraron que su campo de juego permaneciera abierto.

Los voluntarios de los equipos de intervención en riesgo solo intentamos *ganar tiempo*. Porque sabemos que, con el tiempo, la intensidad del impulso disminuye. 