

## El suicidio: ¿Qué podemos hacer desde el punto de vista social? The suicide: What can we do from a social point of view?

*Con profundo e intenso amor*

José Gabriel Montes Sosa<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Doctor en Psicología, Facultad de Filosofía y Letras Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. laikatiti@hotmail.com

**Resumen:** La información obtenida de aquellos que han sobrevivido al acto del suicidio es, hasta el momento, insuficiente. Por ello las preguntas en torno al mismo permanecen latentes e irresueltas. Ante la amplia gama de preguntas que suscita no solo el antecedente al acto, sino el acto mismo y sus consecuencias, este artículo presenta una serie de reflexiones que sirven como procedimiento a la prevención del suicidio y, al mismo tiempo, esclarecen parte de los aspectos más extraordinarios de nuestra cotidianidad. El artículo se divide en tres momentos que ilustran la problemática, al tiempo que la enriquecen con motivos del psicoanálisis y la literatura. Con el firme propósito de no dejar el asunto del suicidio anclado en un asunto más de investigación, este artículo aspira no solo al análisis de situaciones de nuestra cultura y habitualidades, sino también a la formulación de una pregunta más profunda por la subjetividad en general y, muy especialmente, por la de aquellos implicados en el suicidio, en la consigna de que las subjetividades, indicadas en estados de ánimo como la angustia o la melancolía, muestran el sentido de nuestra existencia.

**Palabras clave:** suicidio, cotidianidad, subjetividad, transdisciplinariedad, sobreviviente

### Abstract

The current information from those who have survived suicide is, so far, insufficient. The questions around this theme are not only latent but unresolved. Because of the wide range of issues not only from the antecedent of the act, but also by the act itself and its consequences, this article presents a series of reflections that serve as a procedure for the prevention of suicide and, at the same time, clarify some of the most extraordinary aspects of our daily life. This article has three different moments with many resources of psychoanalysis and literature. The intention is to not leave suicide as just another subject of investigation, but to analyse situations of our culture and habits, especially those of the ones takes place around suicide, with the idea that the subjectivities on our mood like anguish or melancholy, show the meaning of our existence.

**Keywords:** suicide, everyday life, subjectivity, transdisciplinarity, survivor

### Introducción

A partir de las reflexiones consignadas en el artículo *El pensamiento social del suicidio en estudiantes de bachillerato* (Montes, 2009) y en el libro *Historias de caso: El sobreviviente del suicidio, la familia y el terapeuta* (Montes, 2012), surgieron dos preguntas: ¿Cuáles son las causas del suicidio? ¿Es posible prevenirlo?. Los intentos de respuesta fueron un tanto desconcertantes, pues las cuestiones, en esencia, permanecen irresueltas. Cabe

señalar, que en este artículo no solo se pretende responder a la pregunta *¿Qué podemos hacer desde el punto de vista social?*, en el caso del suicidio y con respecto al sobreviviente del acto —como elemento de vida y muerte—, sino también pensar la posibilidad de una relación más afable con los acontecimientos extraordinarios que afectan nuestra vida, que generan inquietudes en nuestra cotidianidad.

En este sentido, la investigación se divide en tres partes: la primera, muestra el resultado de las investigaciones precedentes en sus conclusiones -de manera amplia- de la cual se es autor; la segunda, destaca la habitualidad de la cotidianidad (relaciones-lenguaje) y el cansancio, y, finalmente, concluye con la pregunta "¿Qué podemos hacer desde el punto de vista social?", dando las posibles respuestas. Valga aclarar que en las investigaciones precedentes no se buscaron procesos continuos (escudriñando la posible similitud en las experiencias vividas), sino que —como se observará en los casos— se presentan procesos discontinuos, especificidades, sobresaltos, y se trata, precisamente, de recuperar esa singularidad dentro de la diversidad. La singularidad es un elemento fundamental, puesto que no se puede aplicar universalmente; esta situación ya no se sostiene, no se puede seguir repitiendo, o mejor, reproduciendo los conceptos, pretiriendo la singularidad de los implicados.

### ***El pensamiento social del suicidio en estudiantes de bachillerato***

Montes (2009), expone como interrogantes, *¿Qué se sabe sobre el suicidio?*, *¿Qué labor se debe realizar con aquellos que sobrevivieron?*, *¿Qué caminos construir?*, *¿Se puede prevenir el suicidio?*, *¿Habría una guía de prevención?*. Los jóvenes parten de dos supuestos cuando piensan en el suicidio, por un lado, que éste se comete debido a una serie de situaciones sociales (problemas, depresión, baja autoestima o deficiente comunicación) o que, finalmente, éste es el producto de un proceso social (anclaje) que lleva a pensar y a concretar el suicidio. Por otro lado, los procesos sociales pueden llevar a una persona a tomar esa decisión a partir de lo que escucha entre sus padres, los adultos y los medios de comunicación, en cuanto que es una forma de afrontar el mundo, el entorno en que se vive.

Las experiencias concretas influyen en la forma de actuar, en la identidad y en la percepción de la realidad. Pero si lo anterior es correcto, entonces se deben crear instrumentos y mecanismos que ayuden a los jóvenes a afrontar las situaciones sociales de su entorno inmediato (familia, amigos y otros significantes), sin olvidar la parte socioeconómica y cultural. La situación que vive el estado y el municipio es muy precaria y, sin duda, afecta la forma de asumir la realidad.

Los pensamientos suicidas de los jóvenes deben ser dialogados con sus padres y con los adultos para que se puedan establecer mejores condiciones para afrontar estos problemas (familiares, culturales, socioeconómicos); además, se debe poner siempre en consideración el estilo cognitivo y de personalidad de los jóvenes. Se debe trastocar ese pensamiento para darle un dinamismo y enfocarlo —también— desde una perspectiva de género; por ejemplo, en un estudio hecho con jóvenes sobre la sexualidad y el amor (Montes y Guitté, 2005), se notó que las mujeres hablaban más de sus problemas con sus padres y sus madres que los hombres, lo que implica que la atención a los jóvenes se ha diferenciado según su sexo.

¿Qué es posible aprender a partir de lo que señalan los jóvenes? Analizar la historia de las personas no es solamente analizar su historia de vida, sino la historia de su contexto. ¿Cuáles son esos elementos que anuncian el suicidio? ¿Qué instituciones sociales debemos fomentar

o renovar? ¿Quién escucha a los jóvenes? ¿Disponen de espacios de/para el diálogo? ¿Ven un presente prometedor en nuestra realidad inmediata? El problema de prevención del suicidio "es entonces de quién escucha y de disponer de otro (individuo o institución), lo cual nos lleva a plantear qué tan significativos son los otros y la forma en que esos otros responden a las necesidades de las personas" (Morón, 1992). Finalmente, se trata de dar a las jóvenes herramientas que les posibiliten afrontar su entorno.

Esta representación del suicidio es un saber socialmente elaborado y compartido que influye en la forma en que se percibe la realidad. Ya sea que se trate de quienes han tenido pensamientos suicidas o no, ambos coinciden en que, si escuchan la palabra "suicidio", a su mente viene la palabra "problemas" y la expresión "tomar una decisión". Si el joven tiene problemas, pensará, entre otras cosas, en el suicidio, pero no será de manera automática; sin embargo, la percepción de la realidad viene también constituida por la actividad que los jóvenes desarrollan. En cuanto a su definición, se ve al suicidio como una "incapacidad para resolver problemas", pero también como una "decisión tomada".

### ***Historias de caso. El sobreviviente del suicidio, la familia y el terapeuta***

Montes (2012), afirma que, en la interpretación de las experiencias vividas en el proceso de conversación con las personas sobrevivientes, sus familiares y su terapeuta, se puede observar que las historias de cada una de ellas no se forman de manera lineal, en un plano en el que el pasado "controla" el presente de manera unívoca, sino que éstas se pueden reelaborar, aun sin la presencia del experto. De esta manera, se trata de recuperar los saberes singulares, locales, las experiencias en torno al fenómeno del suicidio y, una vez establecidas las explicaciones dadas por el sobreviviente a quien interpela —llámese familiar o psicólogo—, analizarlas, pues son estas las que, en última instancia, comunican la experiencia del suicidio.

En este orden de ideas, la construcción del suicidio no se puede llevar a cabo de forma lineal —en la óptica de causa-efecto—, pues no hay un elemento que lo determine, sino que son varios: uno no tiene más peso que el otro, no son sumas de causas, son cualidades, son relaciones que entran todas a la vez y cada una por su cuenta: *es fortuito que un hecho específico desencadene el acto del suicidio*. Es un proceso que se construye, que se significa de acuerdo con el contexto y con las relaciones que se establecen: *es un entramado de acontecimientos que se articulan* (Montes, 2012).

El relato de las personas no es la exteriorización de sus pensamientos y sentimientos internos, sino que éste se encuentra en lo relacional, es decir, es una expresión de y en lo interpersonal. La intencionalidad del suicidio se sostiene en las relaciones —que llegan a ser hostiles— establecidas con su entorno. Ante esta situación, la comunicación se vuelve más confusa, se deja de escuchar entre sí, las conversaciones se interrumpen, los diversos significados dejan de ser vistos y los problemas crecen. Las palabras cobran significado de acuerdo con quien las emite y las recibe. La respuesta ante esas palabras, el otro las complementa según su interés y según su categorización social preestablecida: es un espacio existencial donde la angustia, los afectos, emergen en ese estar en el mundo. Las personas angustiadas necesitan ser escuchadas por los otros, es por ello una gran oportunidad de cambio y de resignificación de los relatos vividos y de reestructurar las relaciones establecidas; en síntesis, un estar ahí alerta, preparado.

El sobreviviente del suicidio no es un “anormal”, es una persona que experimenta la subjetividad de las experiencias vividas, que sufre, *no* es cobarde *ni* valiente: eso es un *falso dilema*. Se tiene que partir de la idea de que hay acontecimientos de agobio, en los que la comunicación existencial está presente sin argumentos (un abrazo sin decir por qué o para qué, poner el hombro para recargar la cabeza en las personas que son importantes a fin de ir formando prácticas de reintegración donde se establezcan redes sociales, incluso más allá del ámbito familiar, amigos/as, docentes, todo aquel que puede colaborar y, de manera especial, las personas sobrevivientes al suicidio que favorezcan el proceso).

Estas historias de caso recuerdan que no se debe trabajar con el mismo esquema para todos, sino que es necesario que la intervención se adecue a la singularidad del consultante, que se entre en un diálogo entre los conceptos y la realidad. Esto contribuye a una comprensión más adecuada y a pasar de *descripciones magras* a *descripciones densas*. Actualmente, ningún enfoque se puede arrojar la verdad. Se necesitan estudios interdisciplinarios, pues la realidad es construida y las personas no actúan como simples reflejos de la misma.

Los terapeutas construyen un mundo alrededor de ellos y el fenómeno del suicidio se sigue viendo con temor —porque *implica* la vida misma— y se *delega* a otros profesionales de la salud. Esto da la impresión de que, por el caso mismo, se les médica. Por lo contrario, considero que se debe trabajar ese paso existencial-hermenéutico en el que la palabra, el diálogo cobra toda su fuerza y en el que la *posibilidad de escuchar a otro y a mí mismo están presentes*. Hoy, al parecer, los terapeutas llaman “abrazo de contención” —para dar cierto barniz de cientificidad— en este *reconocer* al otro. No se trata aquí de oponerse sin más a la medicación, sino de trabajar de manera más acompañada con el paciente.

Dar a conocer los resultados a otros terapeutas —lo que se conoce como equipos de reflexión—, las prácticas públicas, la consulta a los consultantes, entre otros, impediría la imposición de una teoría que suprima el diálogo interdisciplinario. La consulta pública o privada se debe profesionalizar cada vez más en estos temas emergentes, porque lo que se encuentra en juego es la salud del consultante. Levinas no utiliza el término rostro como metáfora, sino como realidad, el rostro del otro como infinito, la mirada que me incumbe, esto es, que va más allá de lo que hago y que implica un esfuerzo mayor de mi parte, es mi responsabilidad profesional (Levinas, 2006).

### **La habitualidad de la cotidianidad**

*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.*

Albert Camus

Nuestra vida cotidiana es un espacio-tiempo que posibilita no solo quedar en sus habitualidades, sino que permite también reflexionar sobre lo acontecido. La *relación-lenguaje*—como una tonalidad de nuestro cuerpo-alma que coadyuva como acompañamiento a las situaciones que se viven— y el *cansancio* interactúan en nuestras interacciones, mostrando la fragilidad a la que se está expuesto. Esta fragilidad permite visualizar en un instante la posibilidad del suicidio.

## La relación-lenguaje

¿Qué nos pasa cuando el otro nos afecta con sus tonalidades del alma<sup>1</sup>?, ¿Cómo afecto al otro con mis tonalidades?, ¿Cómo se nos insufla ánimo?. No a través de los Dioses, sino a través de las mujeres y los hombres que amamos en nuestras relaciones diarias, en el lenguaje que usamos, sobre todo si ese *Otro* es significativo. En las *Conferencias de introducción al psicoanálisis*, se dice: "...donde las meras palabras pueden lograr algo con la enfermedad. Las palabras son ensalmos, es decir, mediante las palabras se puede hacer dichoso a alguien o empujarlo a la desesperación, se muestra la tonalidad afectiva" (Freud, 2012, p. 15). Así, la capacidad del ser humano para pasar de la empatía a la simpatía puede ser el resultado de valorar lo que el otro hizo o dejó de hacer, valorar su acción. En *Psicología de las masas y análisis del yo*, dice: "En la vida anímica del individuo, el otro cuenta con tal regularidad, como modelo, como objeto, como auxiliar y como enemigo..." (Freud, 2012, p. 67). Es entonces en el lenguaje donde se estructura y configura el habla, donde, de manera inequívoca, se muestra la tonalidad afectiva que *anima* el alma.

A este respecto, el lenguaje cobra un significado especial por quién lo dijo y cómo lo dijo, pero: "Ya Platón subrayó la especial eficacia de la comprensión. Su fuerza curativa no viene sólo del carisma de chamanes y magos, <sino que es algo natural que está en la propia palabra cuando ella es apropiada y hermosa>" (1999, p. 25). En *Cómo hacer cosas con palabras* (Austin, 2008), se dice que el lenguaje no sólo describe, sino que es una práctica social y se construyen realidades con éste. Las palabras trascienden los ecos y son bálsamo, liberan: en el ser humano se encuentra lo bueno, lo bello, lo hermoso y también la maldad, todo ello se presenta en nuestra cotidianidad episódicamente.

Veamos un ejemplo: yo sé qué le molesta al otro, sé si él o ella me molesta, sé que los puedo lastimar y creo que probablemente se lo merecen, lo maléfico se hace presente; pero se opta por usar otras formas —pueden ser palabras adecuadas y hermosas—; esto, ciertamente, hace diferencia entre unos y otros. Sin embargo, es posible que nuestras palabras hieran con o sin intención, pero, desgraciadamente, no podemos marchar hacia la planicie del Olvido y estar en la orilla del río de la Desatención y beber agua para olvidar lo dicho (Platón, 1988), a saber, tomar agua de Lete para un olvido completo de la frase expresada que generó dolor y angustia. ¿Cómo sostenerse ante un "me decepcionaste" o un "¡ya no te quiero!", que, tomando la particularidad de una circunstancia, adopta el tono de *totalidad de la vida*?

En todo este proceso el lenguaje juega un papel esencial. Austin se refiere a los actos lingüísticos que tienen tres tipos: locutivos, digo algo; ilocutivos, lo que hago cuando digo algo y perlocutivos, lo que produzco y/o logro en quien me escucha (Austin, 2008). En este punto es importante señalar que el producir efectos no se debe entender como "causa" que genera algo, sino como operación a través de convenciones del lenguaje, al modo de *influencias*.

¿Qué se esconde tras los mensajes? Cuando hablamos, ¿qué tipo de relaciones se mantienen y se promueven? Las interacciones entre individuos y el complejo desarrollo comunicativo —el uso específico del lenguaje— pueden ayudar a un entorno que posibilita relaciones afectuosas que permitan afrontar los acontecimientos extraordinarios con andamiajes fuertes. Sentirse afectado ante un acontecimiento inesperado —como el dolor

---

<sup>1</sup> En un primer acercamiento, se entenderá tonalidad del alma como cualidad de entonación, contracción animada por lo vivido-sentido que dispone.

que puede causar un ser amado o una amistad trastocada por una aflicción— es una sensación que difícilmente se puede expresar de manera total en el lenguaje.

Dicha sensación resulta en una vivencia —lo sentido-vivido— que se experimenta y que no se puede poner en palabras; siendo así, al no poder ser nombrada con “exactitud”, es algo que no manifiesta su objetividad (quizá en algún momento la cultura de las disciplinas la nombre). Por tanto, el concepto construido-designado arrebató el relato de la experiencia vivida y cancela la posibilidad de darle un nuevo nombre a lo vivido, más allá de lo transmitido por los otros, pues son experiencias ajenas que, sin embargo, pueden ser reconstruidas, resignificadas. La inquietud es probablemente una característica esencial de los afectos en nuestra cotidianidad que, sin embargo, tiene características no familiares. Los afectos se pueden pensar como lo insondable; pero esa quizá es su posibilidad: la subjetividad.

Por supuesto, ante la falta de intelección respecto de lo sentido-vivido, se puede hacer uso de metáforas, metonimias, analogías, que habrían de servir, finalmente, para comprender eso sentido-vivido. De esto último —y en relación con la vivencia por parte del individuo—, es menester decir que, aunque hay experiencias que dan cuenta de estragos, de dolores ante una pérdida ajena —y esto posibilita elementos para la comprensión de una situación dada—, lo sentido-vivido es sentido y vivido por el singular, a raíz de su propia experiencia del mundo. En este sentido, el comunicar la aficción no garantiza la comprensión de la misma y, menos aún, una relación empática, MacDonald (2015) nos dice:

He aquí una palabra. *Duelo*. O *doliente*. La palabra inglesa para duelo, *bereavement*, procede del inglés medieval *bereafian*, que significa <<desposeer de algo, arrebatar, aprehender, robar>>. Robado. Arrebatado. Todo el mundo lo sufre. Pero lo sientes sola. Por mucho que lo intentes, no puedes compartir la conmoción de la pérdida (p. 26).

La afectividad está presente en nuestra vida, se hace más evidente cuando algo nos inquieta. Pensemos en algo cotidiano, como la cita anterior que se convierte en búsqueda. ¿Cuál es la esencia del afecto? Sin duda, la experiencia vivida, y esa misma se *evidencia* en la entonación, en el silencio, en lo distinguible de los actos, en la tonalidad del alma, en el pensamiento que siente que expresa, para transferir sentido a lo que hacemos —por superfluo o estridente que sea en nuestras habitualidades—: lo que probablemente no tiene nombre es, sin duda, sentido-vivido.

### **El cansancio**

Pensemos en los jóvenes —o en cualquier persona, independientemente de su rol social— que al regresar a casa o de la escuela, cansados de las habitualidades en torno a lo mismo, solo consideran, al decir de Albert Camus: “... que este mundo sin amor es un mundo muerto, y que al fin llega un momento en que se cansa uno de la prisión, del trabajo y del valor, y no exige más que el rostro de un ser y el hechizo de la ternura en el corazón.” (2011). Ese cansancio en que se disfruta de la espera amorosa, de un abrazo en el que no medien palabras, de un instante solamente. Pues, ¿qué es un instante?, probablemente lo que dura un beso de los que se aman. Pero, sin duda, vale la pregunta sobre el sentido de lo que se hace habitualmente: levantarse temprano e ir a las actividades de la mañana y después acelerar el

paso para ir a trabajar, a la escuela; y luego regresar al lugar de morada, donde se espera lo afable. Pero no siempre se encuentra lo afable al término de la espera.

El mito de Sísifo sirve para ilustrar la situación: Sísifo hizo enfadar a los Dioses, fue condenado a perder la vista, a empujar una piedra hacia la cima de una montaña y a dejarla caer, y luego a subirla... y así eternamente. Camus argüiría que la sensibilidad de lo absurdo, la vida absurda; en síntesis, lo inútil de la vida es, en definitiva, suicidio en vida (1985). ¿Qué hacer al respecto? Estoy en la cima y he dejado caer la piedra, pero sé que debo ir por ella. En este breve instante puedo reflexionar, imaginar, actuar y decir: "La vida vale para hacer cosas". Esos espacios sagrados de espera y convivencia, de cansancio que une, que amortiguan la pesadez de una vida absurda y estúpida dan soporte a la vida.

Pensemos en una heroína que se levanta a las 5:00 a.m., hace la comida para las hijas y atiende a una pareja péfida; después tiene que ir al Servicio Social de 8:00 a.m. a la 1:00 p.m. y después a transitar por una ciudad destruida por el Gobierno para entrar a trabajar a las 14:00 p.m., y salir a las 21:00 pm. No da tiempo de nada, es una vida absurda. Un lugar miserable, para tener una vida miserable con una paga de miseria de menos 130.00 pesos: eso ha hecho miserables. Una vida absurda, sin sentido ni esperanza, pues por más que se trabaja no alcanza. En síntesis, improductiva, inútil, estéril, es un *abuso*. ¿Qué esperanza tiene nuestra heroína? El dolor no es infinito, tiene un límite.

Por supuesto, ella está consciente de la situación y se siente in-tranquila. Esa es su piedra, pues todos tenemos nuestra piedra; mejor dicho, *todos somos Sísifo de alguna forma*. Sin embargo, ella piensa —como Sísifo— que vale la pena lo hecho, pues siempre hay esperanza de dar lo mejor a las hijas e —igual que Prometeo— busca dar a los otros (a los hombres) el fuego y acepta la condición injusta. Ella puede sonreír, contemplando lo realizado, además de dormir y despertar en paz, pues, en efecto, existe la tentación de abandonarse al cansancio y vivir enfermo de cansancio: cansancio de causas perdidas, cansancio que separa, cansancio que destruye, cansancio que agota (una desesperanza), aun cuando en ese cansancio extremo se abre la posibilidad, en la cotidianidad, de mirar el rostro humano, en el cual la libertad encuentra camino y desafía a la construcción estética y ética de la vida.

Por ejemplo, Byung-Chul Han (2014), señala que el *tú puedes* produce obligaciones en el sujeto del rendimiento, de tal manera que se rompe, se quiebra en toda regla presentándose como libertad y no se reconoce en sí misma, pues es una autoexigencia. De tal manera que el *tú puedes* se manifiesta con más reclamación que el *tú debes*, pues esta última es vista como un introyecto, como algo externo. Así que el *tú puedes* se naturaliza en una sociedad del rendimiento, mostrando incluso al cansancio como culpa, en un espacio en el que no hay responsables y, justo por ello, ninguna posibilidad de expiación.

Al parecer, aquí se trata del suplicio de uno para la supervivencia de los otros. Sin embargo, hay que dar consuelo en la desolación. El desespere por no tener esperanza y la no decisión del suicidio se muestra como muerte en vida: vida moribunda en una debilidad física que obstina: uno se fastidia, se harta, se enoja, se pone furioso. Da la impresión de que la muerte se convierte en una esperanza. Sin duda, hay una repetición mecánica en la sociedad del rendimiento. Sin embargo, existe la *posibilidad* de una elección ética de sí mismo para modificar y pasar de una actitud contestataria a una actitud con andamiajes para *afrentar* la cotidianidad que se hace presente.

A nuestra heroína le vendría bien un abrazo y un hombro que le conforten: no quiere tener sexo, solamente compartir su cansancio, una exégesis del cuerpo vivido con otro cansado de la vida *miserable*; quiere sentirse querida, amada y cuidada, Handke (2006) dice:

Estoy hablando aquí del cansancio en la paz, en el intervalo. Y en aquellas horas había paz (...) Y lo sorprendente es que allí mi cansancio parecía contribuir a aquella paz temporal, amasando suavizando con su mirada cualquier intento de gesto de violencia. ¿De pelea o siquiera de actuación desabrida? Desarmada con una compasión completamente distinta a la compasión despectiva que tiene a veces el cansancio de la creación: la empatía como comprensión (p. 58).

Ese otro se encuentra también en ese refugio de cansancio compartido, ese cansancio que cura, que ayuda, que posibilita, que nos salva: "un hombre cansado y una mujer cansada: la más hermosa pareja. O el "contigo" se muestra como una sola palabra." (Handke, 2006, p. 52). El mirar cansado, el cansancio del otro, ver su belleza del cansancio que cura, a saber, sin maquillaje, sin labial ni sombras, ver su *alma*. El cansancio que da confianza, es el cansancio que renueva, que posibilita, pues, evidentemente, no se puede dejar de hacer cosas, si no ¿de qué vivimos? Es nuestra piedra de Sísifo. En ocasiones el otro no ayuda e incluso abandona. "¡Y tanto amor que se dio!" ("son nuestras noches de Getsemaní", diría Camus en *El mito de Sísifo*).

En el "Evangelio según San Marcos", se lee: "Siento en mi alma una tristeza de muerte. Quédense aquí y permanezcan despiertos. No quería pasar por esa hora, él no lo quería. ¿Duermes? ¿De modo que no pudiste permanecer despierto una hora? Regresó y nuevamente estaban dormidos, una tercera vez y les dijo: ya pueden dormir y descansar. Está hecho, llegó la hora." Hemos abandonado de alguna manera el sufrimiento y el cansancio del otro, sin duda días terribles e indescriptibles. ¿Pero qué podemos hacer? Ese otro que se siente indefenso, vulnerable, abandonado, que busca mañanas y tardes para respirar aún mejor. En este sentido se trata de dar sin esperar nada a cambio, es decir, cuando se da no solamente gana quien recibe, sino quien da: de esta manera la bondad humana se hace presente: "Ya iba a meterse entre las sábanas con una rodilla encima de la cama la miró a ella sin comprender. Estaba llorando a lágrima viva, sin poder contenerse. "No es nada, mi amor —decía ella—, no es nada" (Camus, 2014, p. 34). Quiero detenerme en: *no es nada*; la protagonista de la historia es Janine, sabemos de alguna manera que está inconforme con su vida. Y uno podría pensar que algo podía hacer; sin embargo, sus indecisiones son aligeradas cuando uno lee *no es nada*, pues, los otros —es decir, nosotros los lectores— sabemos que algo pasa y no podemos caer en la indiferencia. Por tanto, pensemos que el otro —llámese hermano/a, madre/padre, hijo/a, novio/a, esposo/a, amante, tío/a— nos dice: *no es nada, no pasa nada*. Pero es a través de la mirada y la tonalidad que nos develan —pues son los parámetros de humanización— *¡que sí pasa algo!*

Es este contexto, que le quiero dar a la historia: nosotros sabemos que algo pasa, que podemos hacer algo por el otro, por sus problemas; es ahí donde podemos "prevenir" las afectaciones. Podemos ayudar a las personas a tener una vida más afable, tenemos intuiciones de los caminos a construir. Regularmente una madre, una esposa, una pareja sabe que algo pasa, aunque no sepa qué exactamente. Ustedes dirán: "¡No es posible no sea nada la experiencia de quien padece para los que escuchan! *¿No pueden hacer algo por los otros que*

*sufren?*” Pero hacer o no hacer algo no habla de ellos en abstracto, sino de nosotros mismos: “Ésos al menos por algún tiempo, serían felices. Sabían, ahora, que hay una cosa que se desea siempre y se obtiene a veces: la ternura humana” (Camus, 2011, p. 341).

Se dice en la *Biblia*, en el libro del Génesis: “El séptimo día Dios tuvo terminado su trabajo, y descansó en ese día de todo lo que había hecho. Bendijo Dios el Séptimo día y lo hizo santo, porque ese día descansó de sus trabajos después de toda la creación...”. Byung-Chul Han señala que el séptimo día es santo —sagrado—, que no es el día para hacer, sino para el no... donde uno hace lo que quiere: se parece a un tiempo de cuidado, de paz (2012). Es el día del cansancio (*distancia y demora*) para tener un *entretiempo*. Ese entretiempo no será el de Cronos, sino el de Kairós, esto es, tiempo de gozo de la vida plena, de lo *adecuado* y *oportuno*. El séptimo día es sagrado, pero ¿cuál es el séptimo día? Lunes, martes, miércoles, jueves, viernes, sábado o domingo. ¿Cuál es? El séptimo día es cualquier día, es cualquier hora, es el breve instante en que Sísifo medita-reflexiona, es el espacio en que uno hace lo que quiere y tiene espacio para los otros, para nosotros. ¿En qué momento hablamos con aquellos que queremos? Lo dejamos para el “fin de semana”, pero nunca llega ese día, e incluso decimos: “¡Me daré un tiempo para mí!”. Sin embargo, ese espacio y tiempo no llega. Hay un día. ¡No! Es cualquier instante en el tiempo y en el espacio, es un tiempo sagrado de hablar de mí, de ti, es decir, de nosotros; es el momento adecuado para que nos cuenten lo sucedido; es el instante de la *Alianza*, de la semejanza e igualdad, del reconocimiento mutuo: *ese es nuestro séptimo día*. Es cualquier instante, como cuando se ve una tarde lluviosa, un auto estacionado que nos espera, un amanecer, una canción en la combi o el autobús, una fotografía, o mirar a quien se ama. Todo ello nos puede durar un instante inmenso que permite descansar de y en lo vivido, y dar regocijo.

El cansancio extremo *posibilita* replantearse y resignificarse para dialogar con los otros, buscar espacios en ese mismo agotamiento para meditar, reflexionar y, en la microfísica del poder, generar cambios en las relaciones interpersonales. Aunque, por supuesto, el *otro* se puede presentar como inclasificable e imprevisible: no hay estereotipo, son *Atópicos*. De ahí la exigencia de la comprensión del *otro*. La cotidianidad de la vida marca un flujo de acontecimientos, mismo que, aparentemente, sigue ininterrumpido; solamente cuando algo nos *afecta* surge la inquietud, el desosiego. A esta afección es a la que se debe prestar particular atención, pues es en y a través de ella que, en la vida de los seres humanos, se manifiestan existenciales como la afectividad, la angustia, el aburrimiento, el temor y la libertad; por supuesto, también la felicidad, el amor, entre otros. Hay personas que, por esos acontecimientos en su vida, son *Atópicas*; es decir, carecen de lugar de clasificación, es difícil hablar de ellas, son —digamos— “raras”. Sin embargo, nos develan contradicciones de lo anormal que nos parecen normales. En términos de Foucault, es un dispositivo. Ejemplifico: en los estudios de caso sobre el suicidio, una de las sobrevivientes señala que, en una ocasión, mientras lavaba platos, su mamá le dijo que “quería una cacerola y, por equivocación —ella expresa—, le di un sartén y me dijo que era una inútil y no servía para nada y varias cosas... (llora)”. Otra chica me cuenta: “Mi papá me dice: “arréglate porque te voy llevar a ver un médico,” y yo pues, no me siento mal: “te voy a llevar a un médico para saber si eres señorita, porque has hecho tantas cosas que ya no confió en ti.” Otra chica destaca: “Que si me da un abrazo porque me siento mal y me pregunta —se refiere a su mamá— “por qué te sientes mal”, [dice lo que piensa] me pasó tal cosa en el día, me empezaron a decir fea, negra... los compañeros de la escuela... Me sentía sola, me sentía... no sabía qué hacer, mucha presión:

problemas en la escuela, en casa, sentía mucha presión, problemas sentimentales, las puertas que tenía no las podía abrir, no encontraba la llave y esa fue mi solución... Quería hablar con ella, había como una distancia, por ejemplo, o estaba haciendo la comida y no tenía tiempo o estaba viendo la tele, estaba durmiendo o lavando, yo quería acercarme a platicar con ella y era de "ahorita no, espérate, estoy haciendo la comida, estoy lavando". ¿Quiero platicarte y quieres que te platique y no tienes tiempo para mí?".

### **Conclusiones: ¿Qué podemos hacer desde el punto de vista social?**

*No te afanes, alma mía, por una vida inmortal,  
pero agota el ámbito de lo posible...*

Albert Camus

Parece que lo dicho se instala en una visión de desesperanza y hastío. Sin embargo, en el discurso se localiza la contradicción, es decir, la interacción-lenguaje y el propio cansancio *posibilita* revertir la actitud de enfrentar lo inevitable de la vida y darle un sentido amoroso, solidario, que manifieste el instante inmenso del *cuidado de sí*. Se podría alegar que lo dicho hasta ahora raya en lo literario, en lo abstracto o en lo carente de científicidad. Se recurrió a los mitos, por su fuerza hermenéutica, psicológica, espiritual, estética y ética, pues el lenguaje crea estados de ánimo que insuflan vida, y acaso también la característica de nuestras sociedades es el cansancio y, por tanto, esta toma su espacio solidario, cobrando un significado diferente.

Da también la impresión de que, en nuestra sociedad, no hay lugar para un estado melancólico, porque inmediatamente se visualiza como patología. Sin embargo, ¿se puede hablar de una *afable melancolía* o de una *dócil tristeza*? En tal caso, ellas nos habitan y juegan un espacio en nuestra humanidad. Alguien podría preguntar: "¿Se pueden cambiar nuestras interacciones y el lenguaje que usamos?" *¡Pues sí!* ¿Acaso no nos sentimos mejor cuando revaloramos ese "*no es nada, no pasa nada*" —porque nuestro abecedario es casi el mismo en todo el mundo, lo que cambia es la tonalidad, los templos de ánimo— y resignificamos el séptimo día como un *entretiempo de distancia y demora para dialogar*? ¿No son unos 30 minutos el espacio adecuado para fomentar la lectura en familia?

La incorporación de la literatura, la filosofía, la sociología, la economía, la psicología y la cultura —entre otros—, estriba en el convencimiento de que el fenómeno del suicidio tiene que ser explicado desde la *transdisciplinarietà*, puesto que, si se le ve únicamente desde una disciplina, daría la falsa impresión de que los conocimientos tienen jerarquías, especialidades, límites que marcan la diferencia entre campos de saber.

Así, las disciplinas mantienen la idea de que la realidad debe ser dividida y que el conocimiento se alcanza en el análisis de una de las partes, ignorando sus conexiones con todas las demás y, por tanto, se recorta el conocimiento trazando fronteras, además de definir temas pertinentes para la disciplina. A este respecto, ¿cómo conocemos y cuál es la certeza, la validez o la legitimidad que tenemos de ese conocimiento? ¿De dónde proviene el conocimiento? ¿De nuestra propia formación profesional? ¿De los libros o las revistas? ¿Y qué pasa con nuestra experiencia? Quizá se debe revalorar el sentido de la experiencia con lo dado a partir de la reflexión en torno a cómo las cosas se muestran. Volver a la experiencia y de ella tener *nota de experiencia* —experiencia individual— para guiarse por las cosas mismas, interrogarlas, tal como se dan *ellas mismas*, en su originalidad, con ayuda de la reflexión.

Pues si bien es cierto que se interpreta el comportamiento de los otros, desde un repertorio de significados que vienen de la cultura y que indudablemente se está inserto en la misma, tratar de buscar una respuesta unívoca para el suicidio no deja de ser menos que loable, pues de eso se trata la ciencia; sin embargo, es la singularidad de cada caso, esto es, la *especificidad en la subjetividad*. Sin embargo, parece que se sigue negando de alguna manera la construcción de lo singular, puesto que se toman los conceptos como elementos vivos que nos dictan lo que hay que hacer, dejando de lado el discurso y la experiencia de lo vivido de las personas que se encuentran en una situación especial de vulnerabilidad, porque si somos originales —preguntan los antropólogos—, ¿en qué momento nos convertimos en fotocopias de tal o cual discurso?

Por tanto, se debe hacer uso de todos los elementos que *posibiliten* comprender, acompañar e intervenir en el fenómeno del suicidio, porque el amor hacia el prójimo es, sin duda, una preocupación compartida de cuidado de sí, no solo en relación con lo vivido, sino con lo que acontecerá.

Algunas personas decidieron y sobrevivieron al suicidio, otras probablemente no y otras más siguen. Tal vez se han acostumbrado a vidas sufrientes, pero siguen ahí. Siempre lo hemos sabido, pero lo naturalizamos. ¿Qué se aprende de esas personas? Sin duda, que nuestras interacciones deben trastocarse, que no hay naturalidad en soportar tal o cual trato y que es importante recuperar la vida amorosa de las experiencias vividas para que se expanda en el tiempo y el espacio como fondo afectivo y registro psicológico que coadyuve a una vida valorada, pues son fenómenos psíquicos objetivos y no simplemente ocasionales, sino intencionales, puesto que forma parte de un acto cognitivo en la medida que capta el valor de los actos y de la experiencia vivida.

Se comentó sobre la importancia de la relación-lenguaje. En ese sentido, hay palabras que, al parecer, en nuestro léxico, se han dejado de usar debido a sus repercusiones: bondad, cariño, amabilidad, amor, prudencia, ternura, indulgencia, alegría, placer, misericordia, reconciliación, solidaridad, entre otras, y que, como acciones de un aprehender cognitivo de la realidad al vivenciarse, no son apreciadas, pues, en su originalidad, son *ateóricas*. En ese sentido, no se trata de que se le dé una explicación de diccionario a la persona, sino que aquella experiencia vivida sea elemento de ejemplificación, de afectación. Para darme a entender: se dice que en alguna ocasión a Sócrates se le inquirió que ahora él contestara las preguntas y, específicamente, sobre qué era la *justicia*. Él —muy a su estilo— dijo: *A falta de palabras, doy a entender lo que es la justicia mediante mis actos*.

Por tanto, se está en la *posibilidad* de nombrar la experiencia de lo vivido, aunque haya límites en el lenguaje. Es en el proceso de socialización de la experiencia vivida en donde hay que vivirlas y, por tanto, resignificar, resemantizar, en su correlación, palabras como bondad, prudencia, ternura, reconciliación, placer, solidaridad, amor, alegría. Tales palabras son inefables, insondables, pero se sienten y, por ello, se deben cimentar en nuestra cotidianidad; en esencia, se trata de una renovación de la cultura. Podemos comportarnos con los otros de manera afable, desde un humanismo que *reflexione* y *cuide* —cure— en su transitar desde una ética de conocimiento y juicio, pues en un instante la vida puede cambiar.

Para finalizar, espero que el espíritu del tejer de Penélope esté presente en lo narrado y la Odisea por la cual pasan los hombres y mujeres *posibilite* la llegada a buen puerto para que los instantes de felicidad se extiendan como la noche otorgada para el encuentro amoroso de Ulises y Penélope —gracias a la Diosa Atenea—, y pensar que nosotros —todos nosotros—

podemos ayudar, porque no somos Dioses. Sin embargo, tenemos algo de divino, no solo por los pensamientos, sino por los actos de belleza ante las afectaciones del otro. Nada como mirar la realidad... y nada más.

“Te quiero más que un solo día más”

### Referencias

- Austin J. (2008). *Cómo hacer cosas con palabras, palabras y acciones*. Barcelona: Paidós.
- Camus. A. (2011) *La Peste*. Barcelona: EDHASA.
- Camus. A. (2014) *el exilio y el reino*. Madrid: Alianza.
- Camus. A. (1985) *El Mito de Sísifo*. Madrid: Alianza.
- Byung-Chul Hand (2012) *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Herder.
- Byung-Chul Hand (2014) *La agonía del Eros*. Barcelona: Herder.
- Freud, S. (1920: 2012) *Más allá del principio del placer. Psicología de las masas y análisis del yo y otras obras*. (1920-1922) Volumen XVIII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (2012) *Conferencias de introducción al psicoanálisis (Partes I y II) (1915 -1916)* Volumen XV. Buenos Aires: Amorrortu.
- Handke. P. (2006) *Ensayo sobre el cansancio*. Madrid: Alianza.
- Levinas, E. (2006). *Totalidad e infinito. Ensayo de exterioridad*. Salamanca: Sígueme.
- Macdonald. H. (2015) *H de halcón*. Barcelona: Ático de los libros.
- Montes Sosa. J. G. (2012) *Historias de caso. El sobreviviente del suicidio, la familia y el terapeuta*. Puebla: Facultad de Filosofía y Letras de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Montes Sosa. J. G. (2009) “El pensamiento social del suicidio en estudiantes de Bachillerato”. En *Enseñanza e investigación en psicología*. Vol. 14. (Núm. 2), págs. 311-324.
- Montes Sosa. J. G. y Guitté, H. (2005). *El amor y la sexualidad en los tiempos de la preparatoria*. Puebla: Fomento Editorial de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Morón, P. (1992). *¿Qué sé? El suicidio*. México: Cruz.