

Acaba otra pesadilla terrorista / Análisis médicos

UNO de los bienes más preciados es la libertad personal. Ser libre significa poder hacer lo que uno quiere, moverse con libertad, tener capacidad para pilotar los propios pasos hacia donde uno cree que es mejor. Como dice un refrán castellano,

EFFECTOS PSICOLÓGICOS

Por Enrique ROJAS

dad, sus matices, su estilo y la geometría de su

Es una situación inolvidable. Fácil de contar, pero hay que vivirla en primera persona para saber de verdad de qué se trata. Las secuelas posteriores al secuestro serán prontas y tardías. Unas, están derivadas de la sorpresa de verse libre y de no saber qué hacer con una alegría entre contenida

Acaba otra pesadilla terrorista / Análisis médicos

UNO de los bienes más preciados es la libertad personal. Ser libre significa poder hacer lo que uno quiere, moverse con libertad, tener capacidad para pilotar los propios pasos hacia donde uno cree que es mejor. Como dice un refrán castellano, no se sabe lo que se tiene hasta que se pierde.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS

Por Enrique ROJAS

dad, sus matices, su estilo y la geometría de su forma de ser. Fase de acomodación, en donde se superponen planos diversos de lo que se está viviendo.

Es una situación inolvidable. Fácil de contar, pero hay que vivirla en primera persona para saber de verdad de qué se trata. Las secuelas posteriores al secuestro serán prontas y tardías. Unas, están derivadas de la sorpresa de verse libre y de no saber qué hacer, con una alegría entre contenida y tendente a explotar. Otras, emergen a medio o largo plazo: ahí entra el síndrome de Estocolmo o las reacciones de pánico en plena calle por la noche, por el miedo aprendido a ser secuestrado sobre la marcha.

En una persona secuestrada hay dos notas inmediatas que se experimentan a borbotones: la soledad y la incomunicación. Aislamiento y ausencia de una de las cosas más esenciales de la vida: el diálogo, el entendimiento a través de las palabras. Una y otra pueden ser un arma de dos filos. La soledad bien administrada, a pequeñas dosis, es un ingrediente que ayuda a madurar, a tirar hacia arriba, viendo con sosiego las erratas de nuestro cuaderno de bitácora. Pero en la otra cara de la moneda está el agolparse de sucesos, que se apolotonan y provocan una mezcla de ansiedad, desazón y melancolía. La incomunicación con el exterior invita a dialogar con uno mismo, pero la vertiente negativa es no saber qué hacer con ese silencio rotundo, notarial y obligado.

Haciendo salvedad de lo ya dicho yo diría que hay tres manifestaciones psicológicas especialmente relevantes: 1) La privación de libertad produce soledad e incomunicación. De ahí se pasa al no poder compartir con nadie la travesía de lo que uno está pasando; 2) Análisis biográfico a la fuerza: se hace balance biográfico, haber y deber. Cada segmento rinde cuentas de su trayectoria. Tiempo de revisión, quizá excesivo. Los recuerdos se hacen presentes, piden paso y se abren entre masas de pensamientos; 3) A medida que pasan las semanas, se van a ir viendo los recursos psicológicos con los que cuenta cada individuo: cómo es capaz de ingeniárselas para sobrevivir en medio de esa jungla de ausencias impensadas. Uno se retrata. Es inevitable, por exigencias del guión, la sucesión de los paisajes anímicos más variados: desde la depresión reactiva del comienzo, a la ansiedad, pasando por grandes cambios en el estado de ánimo, que forman una sinfonía desafinada donde la inquietud, el desasosiego y la anticipación de lo peor merodean por los aldaños del edificio personal.



Enrique Rojas
Psiquiatra

Para ver las cosas claras, antes hay que haberlas visto muy oscuras. Es el eterno juego de contrarios. Ortega Lara ha estado 532 días y Delclaux 232. En uno y otro el deterioro físico se asocia al psicológico. Con cambios en diversas esferas. Ortega dejó a su hijo con dos años y ahora tiene cuatro, lo que quiere decir que se encuentra con un nuevo ser humano. Yo a ambos les recomendaría, como ejercicio de salud mental, dos cosas: saborear la alegría de volver a ver a los seres queridos y a disfrutar de la libertad por un lado; y, por otro, saber que la felicidad consiste en tener buena SALUD y

Creo que es menester distinguir en un secuestro distintas etapas. Hay un primer momento en el que se vive un acordeón de experiencias psíquicas apelmazadas, transitadas de terror, sorpresa, desconcierto, miedo a la muerte o al sufrimiento y, por supuesto, a no saber qué va a pasar con uno y cómo van a ser las reacciones que se irán derivando.

Después, en un período más tardío, los hechos se van remansando. García Márquez lo describe admirablemente en su libro «Crónica de un secuestro»: son respuestas menos inmediatas, que tienen ya una cierta elaboración y que van a ir dejando sobre el tapete de la conducta personal la impronta de esa personali-

MALA memoria.

Y como estrambote, retomar el proyecto de vida, con sus tres argumentos puestos de pie y dispuestos a irse llenando: amor, trabajo y cultura. Toda la vida por delante. Abrir las puertas de lo mejor y evitar el resentimiento, cueste lo que cueste: ese sentirse dolido y no olvidar. El perdón es una de las formas más grandes de amor que existen.

Me ha requerido para que re-

DOMESTICACIONES EÍCIAS

metido a un nuevo ecosistema sin