

DANIEL CALEB GÓMEZ SALDÍVAR



CANCIONES PARA LLORAR Y DEJAR DE LLORAR

*Los que se quedan / 2017 /
Tinta serigráfica sobre tela
/ 180 x 240 cms*

Una noche del 2019 me preguntaron en qué creía. Respondí que en la incertidumbre. Desde entonces mi respuesta no ha cambiado, es desde esa verdad personal que se piensa y escribe este texto.

Death With Dignity (Sufjan Stevens)

Después del suicidio de mi primo Beto hice una lista de canciones relacionadas con el suicidio, la muerte, la depresión o que me hicieran sentir que las cosas podían mejorar. Una lista aleatoria que aumentaba a base de memoria, investigación y casualidad. La lista es amplia y vive en constante modificación: entran y salen canciones, cambia el orden de reproducción, etc. Lo mismo podría decirse sobre mis pensamientos respecto al suicidio.

Smile (Pearl Jam)

Beto murió voluntariamente durante la madrugada del 6 de abril del 2018, se ahorcó en su habitación mientras sus padres dormían. Diez años menor que yo, era el más joven de mis primos.

Días antes, casi como una premonición, había estado escuchando Smile de Pearl Jam casi a diario durante mi trayecto al trabajo. La letra es “simple” y creía entenderla, pero fue hasta esa noche cuando realmente pude sentirla; después de pasar todo el día en su casa en compañía de los familiares que nos reunimos ahí para apoyar a mis tíos y consolarnos mutuamente. De regreso a casa, mientras mi ex conducía el automóvil, cuando no había ya palabras, el sonido del motor del vocho y la vista del lecho del Río Santa Catarina, me hicieron entrar en una especie trance. Sentí la necesidad de poner Smile en el radio y cantar en llanto:

I miss you already... I miss you always.
I miss you already... I miss you all day.
This is how I feel.

Con un canto ahogado intenté desenrollar la garganta y las vísceras para expulsar la náusea a través de mi voz en lugar del vómito.

I Wish I Knew (Sharon Van Etten)

Al recibir la noticia de la muerte de Beto, dejé el trabajo y me fui caminando hasta su casa, no dejaba de preguntarme ¿qué le habían hecho para que él llegara a eso? En mi memoria era todavía ese niño que conmigo siempre mostró ternura. Inmediatamente culpé al entorno, el *bullying* escolar, la educación estilo ITESM enfocada en la competencia, el consumismo, etc.; pero ignoraba algo muy importante, Beto fue diagnosticado con depresión desde los 12 años. Pocos en la familia lo supimos hasta ese 6 de abril. ¿Por qué no se hablaba abiertamente el tema? ¿Habría esto evitado su muerte a sus 24 años? ¿Hubiera sido más incómodo para él afrontar la depresión con todos sabiendo su condición? ¿Hubiera sabido yo qué hacer con él? ¿O sólo me hubiera gustado saber esto antes para egoístamente poder asimilar de forma más cómoda la pérdida y llegar entrenado al día del duelo evitando así recibir desprevenido ese gancho al hígado?

Vanishing Act (Lou Reed)

Meses después, buscando formas de asimilar su muerte, llegué a comparar la depresión con una enfermedad terminal; imagino a Beto cargando sus penas por alrededor de 12 años, esforzándose casi diario por seguir aquí, tratando de adaptarse a los demás, dependiendo de medicamentos para “funcionar”, dándole vueltas en su cabeza infinitamente a su malestar, buscando motivos para seguir vivo, lastimándose física y emocionalmente, ensayando la muerte.

Alguien que intentó suicidarse y a quién la terapia ayudó a cambiar de idea, me comentó que a diferencia de una enfermedad terminal la depresión puede tratarse. Me dio gusto que esta persona haya encontrado motivos para continuar viviendo, pero creo que cada caso debe analizarse individualmente. La terapia y el diálogo deben estar presentes, pero hay ocasiones en que tal vez el acompañamiento deba admitir que a veces la persona nunca va a abandonar la idea de dejar de vivir y si ese es el caso, ¿por qué forzarla a seguir sufriendo?

Construção (Chico Buarque)

Las apariencias engañan: un joven de 24 años a punto de terminar una carrera universitaria, con planes de viajar, aprendiendo un tercer idioma, con amigos, novia, una hermana cómplice de aventuras, padres presentes y que lo apoyan, amor por todos lados y salud física, un día decide convertirse en recuerdo. Se despide sin despedirse.

No era la primera vez que lo intentaba y me hace pensar que tal vez ese accidente en auto del que decía no recordar nada fue una prueba que salió mal o una búsqueda de posibilidades, como cuando “jugaba” por las noches a cruzar corriendo avenidas mientras pasaban los autos, o cuando llamaba por las noches para decir que ya tenía gasolina suficiente para quemarse; ya no era aquel niño inocente que decía que no debíamos ir por caminos desconocidos en la Estanzuela, era un adulto joven que ya no quería vivir y aunque me duele mucho la decisión que tomó, quiero respetarla, no quiero verla como una tontería. Nunca se lo dije, pero siempre lo consideraré el más inteligente de todos los primos, o al menos, el más reflexivo, por lo que me rehúso a creer que fue un accidente. La posibilidad existe y tal vez es un acto de fe de mi parte negarlo, pero, así como quienes creen que dios existe, yo creo que mi primo ese día tomó una decisión en libertad.

Estoy consciente de su enfermedad, pero cuántas personas depresivas deciden continuar a pesar de todo, personas que encuentran los motivos suficientes para no cortarse las venas. Beto tenía 12 años en terapia y no sé cuántos tomando medicamentos. ¿Cuántos años más debía seguir así para que su decisión fuera válida para la sociedad? No todos los suicidios son iguales.

Basta de Llamarme Así (Los Fabulosos Cadillacs)

Una persona cuyo nombre no vale la pena mencionar se acercó a mi tía el día que falleció Beto y le susurró que no llorara, que no fuera ridícula. Dos de mis sobrinos no asistieron al funeral porque su madre no supo cómo abordar la muerte de Beto e iba a decirles que se fue de viaje. Estos hechos me indignaron. Por un lado, se sigue castigando a los familiares del suicida; por otro, la muerte nos asusta tanto que nos cuesta aceptarla como parte esencial de la vida. Cada día vivido es un día muriendo. Se cree que las infancias no tienen la capacidad de comprenderlo ni de tratar el tema. No estoy de acuerdo con esto, creo que podemos ser honestos con ellos y si no somos capaces de hablarles al respecto, deberíamos buscar ayuda para hacerlo.

Society (Eddie Vedder)

En algún momento de la historia se comenzó a criminalizar al suicida, se castigaba su cuerpo con mutilaciones, se le negaba sepultura en el cementerio, se le enterraba en los cruces de caminos, incluso se llegó a usar como escarnio exhibiendo al difunto afuera de su casa.

La sociedad siempre ha querido intervenir en acciones individuales. Los griegos consideraban al individuo propiedad del estado y tenían como regla que la persona que deseara morir voluntariamente expusiera su caso ante el senado y si este aceptaba recibía el remedio para su mal (cicuta) pero si era un esclavo o se consideraba que aún era útil a la sociedad, el permiso le era denegado. San Agustín impulsó convertir el suicidio en pecado para disminuir la cantidad de cristianos suicidas que durante casi cuatro siglos lo consideraron un acto honorable. En la Europa medieval y hasta no hace mucho tiempo, se castigó a las familias de los suicidas con impuestos o quitándoles sus pertenencias, motivo por el que muchos

suicidios se disfrazaban de accidentes. Fue hasta 1961 que en Inglaterra dejó de considerarse un delito.

En México, actualmente el suicidio no es un delito, pero asistirlo o inducirlo sí lo es. Aunque el castigo en muchas partes ya no es en términos legales sigue habiendo un castigo moral y ser mayoritariamente católicos no ayuda. Evitamos tocar el tema y es urgente cambiar de actitud, según la Organización Mundial de la Salud aproximadamente 700 mil personas se suicidaron en el mundo durante el 2019.¹ Si bien, creo que hay casos inevitables, habrá otros que con el acompañamiento adecuado cambiarán su decisión; habrá quienes estén pasando por un mal momento que necesitan saber que no están solos y que hay formas de afrontar lo que están viviendo.

A Better Way (Andy Hull y Robert McDowell)

La muerte de Beto me hundió en una tristeza profunda, no había día que no pensara en él, lloraba despierto y dormido. Fueron meses de sentirme aislado. Salir a eventos y convivir con personas que no fueran muy cercanas me costaba más de lo normal, estaba harto de responder honestamente cómo me sentía, fui cambiando mi respuesta a un genérico “bien”. Comencé a cuestionarme si de alguna forma me había apropiado de su dolor, si mi tristeza era depresión o melancolía.

El Alacrán (La Barranca)

Al estar más sensible, muerte y depresión comenzaron a aparecer por todos lados sin buscarlas, en canciones, películas, libros o conversaciones; no sé si sea por casualidad, o que el número de personas con depresión va en aumento, o que la comunidad con la que convivo está muy lastimada, pero de pláticas casuales ha salido en varias ocasiones el tema del suicidio.

Soy un espectador en cuanto a la muerte voluntaria se refiere, cercano y sincero, pero al final un espectador, nunca he pensado en llevarla a cabo más allá de fantasías hipotéticas condicionadas por reglas para situaciones específicas que espero nunca sucedan. Esta condición hace que en ocasiones me autocensure por temor a fomentar un suicidio romantizado.

1 OMS. (2021). “Una de cada 100 muertes es por suicidio”. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2021-one-in-100-deaths-is-by-suicide>

Time To Move On (Tom Petty)

Tuve una racha de pérdidas del 2017 al 2021. A veces el duelo por Beto se mezclaba con mi ruptura matrimonial o el fallecimiento de Yoko (una de mis mascotas) u otros. Intenté separarlos, pero ahora creo que todos los duelos se conectan, la pérdida reciente puede remover viejas lágrimas. No es necesariamente algo negativo, me permite recordar a quienes han sido parte de mí.

El de Beto fue el primero que me llevó a hacerme consciente del proceso. Comencé con la lista de canciones, caminatas largas, el desarrollo de varios proyectos artísticos, lectura de libros relacionados e ir a terapia psicológica por primera vez.

Present Tense (Pearl Jam)

Aunque ya no pienso tanto en el suicidio de Beto, su pérdida me ha dejado la necesidad de seguir investigando sobre el suicidio. Continúo extrañándolo, trato de enfocar mis pensamientos en las experiencias que tuvimos juntos y en su personalidad, porque él no es sólo esa última acción.

Rock 'n' Roll Suicide (David Bowie)

Espero que un día seamos capaces de acompañar sin juzgar negativamente a las personas que estén pensando suicidarse, sin importar su motivo. Que quienes deseen morir puedan optar por opciones más dignas que ahorcarse a escondidas. Que acompañarlos en su decisión no sea un delito. Brindarles la confianza de acercarse para no afrontarlo en soledad. Probablemente la cantidad de suicidios disminuiría.

Por ahora les propongo cantar y compartir canciones para llorar y dejar de llorar: <https://open.spotify.com/playlist/1sMKTnBqZWpyzUjBAFm5gp?si=41c39818520e411f>

