



Montañas rusas por Daniel Urdaneta

Vivimos en una montaña rusa constante. Nuestras vidas tienen momentos altos (buenos) y bajos (malos), y ellos ocurren a lo largo de nuestra existencia. Y aunque todos forman parte de nuestra experiencia, los momentos bajos pueden llevar a depresión y ansiedad si no son gestionados correctamente.

Nuestra sociedad está enferma. La tasa de suicidio entre jóvenes entre 15 y 25 años es la más alta en la historia. Jóvenes se han suicidado por sufrir bullying, por sufrir de disforia de género, por haber sido castigados y dejados sin teléfono celular o la consola de videojuegos, o por estar sometidos a ciertas dificultades. En todos los indicadores los porcentajes de mujeres que sufren problemas relacionados con la salud mental son mayores. La tasa de suicidio o la tentativa de suicidio también es más alta entre las mujeres que entre los hombres. La ansiedad o la depresión son algunas de las señales que indican que algo no está bien.

En España (y posiblemente los números sean similares en otros países) el 4,9% de los adolescentes españoles de entre 11 y 18 años ha intentado quitarse la vida, casi el 21% ha deseado estar muerto, alrededor del 17% ha tenido ideas de suicidarse y el 7,5% incluso lo ha planificado en algún momento. Además, un 5,4% tendría riesgo "elevado" de conducta suicida. Cerca del 21% de las chicas ha experimentado esos síntomas de forma grave frente al 5,5% de los chicos. Estas son algunas de las inquietantes conclusiones del estudio PsiCE (Psicología en Contextos Educativos), elaborado por la Psicofundación y el Consejo General de la Psicología de España.

En Estados Unidos el suicidio es la segunda causa de muerte para personas de entre 10 y 24 años, por detrás de una categoría de muertes accidentales que incluye choques de vehículos a motor, caídas, ahogamientos y sobredosis.

Los jóvenes de hoy día parecieran no estar provistos de armas emocionales ni espirituales para enfrentar las situaciones adversas. Se habla de generación de cristal, generación de alas de mariposa, en inglés hablan de "snowflake generation", son jóvenes que aún teniendo muchas bendiciones en su vida y vivir con ciertas comodidades, se deprimen y frustran muy fácilmente, lo que los lleva a padecer algún trastorno mental que puede inducir la toma de la drástica decisión de suicidarse.

En la Biblia encontramos la historia de José, quien tuvo muchas bajadas intensas y prolongadas en su montaña rusa particular: siendo el hijo consentido y mimado de Jacob, a los 17 años fue vendido como esclavo a los madianitas por sus propios hermanos; luego al tiempo de haber sido nombrado por Potifar como mayordomo de su casa, es acusado falsamente por Zuleika, esposa de Potifar, de violador y es enviado a la cárcel; luego José interpreta un sueño y el copero se olvida de él por dos años durante los cuales siguió preso en los calabozos en Egipto. Pero José soportó todas estas cosas porque amaba a Dios y Dios estaba con él. Luego José comprendió que todo era parte del plan maestro de Dios.

Es importante que toda la juventud que está padeciendo de depresión, angustia, ansiedad, que han llegado al extremo de considerar el suicidio como una opción, sepa que Dios es fiel y nunca nos abandona, y menos en nuestros momentos oscuros. En IBIT todos tenemos la misión, incluyendo profesores, estudiantes y graduados, de predicar el evangelio a toda criatura. Hacemos siempre el máximo esfuerzo en compartir por todos los medios posibles a todas las personas el mensaje de las Buenas Nuevas y que conozcan el carácter de Nuestro Salvador. Es nuestro anhelo que mientras más jóvenes escuchen del amor de Jesús se vuelquen a Él en sus momentos más aciagos y comprendan que Él siempre estará a su lado, ayudándolos a sobrevenir esas fases por las cuales están pasando y así descarten cualquier idea de terminar temprano con sus vidas.

Dios nos bendiga a todos.