

TEÓFILO CABESTRERO

¿POR QUÉ TANTO MIEDO?

LOS MIEDOS EN LA VIDA HUMANA,
EL MIEDO DE JESÚS,
NUESTROS MIEDOS EN LA IGLESIA ACTUAL

DESCLÉE DE BROUWER
BILBAO - 2011

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN: ¿SERÁ ESTE EL SIGLO DE LOS MIEDOS?	9
I. LOS MIEDOS EN LA VIDA HUMANA	21
Pero, ¿qué es el miedo?	22
¿Cómo funciona el miedo en la vida humana?	25
Factores que influyen en la configuración personal del miedo	28
Hay traumas ocultos que generan miedos	31
Existe una inmensa variedad de miedos	35
Distingamos los miedos sanos de los miedos patológicos	38
Usos y abusos del miedo	40
Nuestro 'ego' es una gran fábrica de miedos	47
II. EL MIEDO EN LA EXPERIENCIA HUMANA DE JESÚS	57
Nació y creció Jesús bajo la dominación del miedo	58
¿Sintió miedo Jesús en su vida pública?	69
¿Cómo manejó Jesús sus miedos humanos?	79
Las gráficas del miedo en el pueblo y en Jesús	109
El mayor miedo de Jesús según el Nuevo Testamento	123
Sobre la "angustia mortal" de Jesús en Getsemaní	126
¿Qué le causó a Jesús en Getsemaní un miedo tan atroz?	138
Más luces sobre la agonía de Jesús en Getsemaní	144

III. EL MIEDO EN LOS PRIMEROS DISCÍPULOS DE JESÚS	161
Perteneían a un mundo inundado de miedos	161
Jesús veía a sus discípulos dominados por el miedo.	163
Reacciones de Jesús ante el miedo de sus discípulos	181
Liberados, por fin, del exceso de miedo.	187
IV. NUESTROS MIEDOS EN LA IGLESIA ACTUAL	195
Un punto de partida: precisiones y criterios de análisis	197
¿Se practica la “religión del miedo” en nuestra Iglesia actual?	202
¿Caemos ahora en el “chantaje del miedo” en nuestra Iglesia?	206
¿Están activos en nuestra Iglesia los miedos del poder?	210
¿Hay “miedos en conflicto” en nuestra Iglesia actual?	219
EPÍLOGO: ¿POR QUÉ TANTO MIEDO?	227

INTRODUCCIÓN

¿Será este el siglo de los miedos?

En el espacio verde de nuestro Noviciado en Guatemala, contemplo desde la ventana del cuarto una curiosa mezcla de verdes: las agujas de unos pinos sobresalen por encima de las oscuras y estriadas hojas de los nísperos; debajo, las delicadas ramas de dos granados arqueadas por el peso de sus frutos, se insinúan por entre las hojas de los limoneros. Más de cuarenta árboles en tan breve espacio. Y por este paraíso doméstico, danzan las mariposas luciendo al sol sus radiantes colores. Ante esa luminosa exhibición, pienso en los miedos que ensombrecen ahora nuestras vidas y nuestra Iglesia. Extraño contraste: el paraíso y el miedo.

El miedo es tan antiguo como las primeras especies animales, y existirán los miedos mientras haya personas y animales en la Tierra. El 'miedo normal' de las personas es un sentimiento indisociable del hecho de vivir, y cumple su impagable oficio de custodiar nuestras vidas. Cuando la inseguridad, un riesgo o algún peligro nos acechan, el miedo avisa para que tomemos precauciones. Estos miedos 'normales' son amigos de la vida.

Pero con frecuencia exageramos nuestro miedo o concebimos miedos imaginarios, fobias, patologías del miedo. Estos son miedos 'enemigos de la vida', y, desde la mente y las emociones de cada uno, pueden dañarnos más que las amenazas y los peligros reales. Todos pode-

mos ser víctimas de nuestro miedo y de los miedos ajenos, e igualmente podemos ser verdugos de los demás provocándoles miedo. El exceso de miedo es un peso muerto que hunde a cualquiera, y en la historia de la humanidad hay situaciones y épocas en que los miedos se intensifican, se exageran y se contagian.

La pregunta de si no será éste “el siglo de los miedos”, brota de los hechos y las crisis que ya han sembrado de horrores el mundo en la primera década de nuestro siglo XXI. El estreno mundial del terror en este siglo fue el 11 de setiembre de 2001 (el ‘11S’) cuando Al Qaeda destruyó con bestial saña las Torres Gemelas de Nueva York, explotando contra ellas aviones cargados de pasajeros. La reacción de Estados Unidos legitimando la “guerra preventiva” e invadiendo engañosamente a Irak, acrecentó el terror mientras guerreaban en vano en Afganistán buscando a Osama Bin Laden. Vinieron luego el ‘11M’ en Madrid y el ‘11J’ en Londres. El viacrucis del terror ha estallado sus sangrientas estaciones por los suelos de oriente y occidente, del Sur y del Norte, y ya no hay tierras ni mares donde los terroristas y los piratas del siglo XXI no puedan desatar el pánico, como lo hacen en Somalia y en Mauritania secuestrando barcos y personas, o en otras latitudes intentando explotar aviones de pasajeros en vuelo hacia Estados Unidos, o forzando en Pakistán o en Yemen un nuevo frente de la guerra mundial contra el terrorismo internacional. Y atención a lo que pueda suceder entre Estados Unidos e Israel frente a Irán: “todo anuncia un panorama apocalíptico sin precedentes en la historia de las guerras, por el poderío de las armas de los agresores y la previsible respuesta de Irán”; conclusión de un reciente análisis de fondo de A. Guerra Cabrera en *La Jornada* de México.

Para saber lo atroces que se vuelven esas guerras, basta ver la escalada de suicidios y trastornos psicológicos severos que provocan en los soldados cuando regresan a casa. La alarma del miedo se disparó en el Ejército de Estados Unidos por el suicidio de cerca de 200 soldados en el año 2009, cifra que dobló la media de suicidios por año. Y de los 800.000 militares estadounidenses que participaron en acciones de guerra a lo largo de ocho años en Afganistán y de seis años en Irak, ha dicho el Pentágono que 300.000 han sufrido desorden mental por estrés postraumático con ansiedad y pesadillas o depresión; y otros 320.000 padecieron lesiones cerebrales por las explosiones. Los psiquiatras en activo en el Ejército norteamericano son unos quinientos, y los expertos los consideran insuficientes en las actuales circunstancias.

En la primera década de este siglo llegaron también a nuestro mundo las crisis energética, ecológica y alimentaria, que, como ‘jinetes del Apocalipsis’, azotan de hambre a más de mil millones de personas, y agravan los trágicos efectos del desequilibrio climático que amenaza a todas las formas de vida en el planeta.

La cumbre mundial contra el calentamiento global en Copenhague (diciembre de 2009) fracasó y frustró las esperanzas de acuerdos y compromisos serios, pese a que el informe *State of the Future 2009* advierte de que, debido sobre todo al calentamiento global, dentro de diez o quince años cerca de tres mil millones de personas no tendrán acceso al agua potable, y la mayoría de la población mundial se verá envuelta en convulsiones sociales a causa de la crisis socio-ecológica global. “Lo que está en juego hoy es la totalidad del destino humano y el futuro de la biosfera”; ante eso, se pregunta asombrado Leonardo Boff: “¿Por qué este hecho brutal no está siendo visto

por la mayoría de los especialistas, ni de los jefes de Estado, ni de los grandes medios de comunicación que pretenden proyectar los posibles escenarios del futuro? Porque en su mayoría se encuentran enclaustrados en sus saberes específicos, dentro de los cuales son muy competentes, pero, por eso mismo, se vuelven ciegos para los acuciantes problemas globales”. Y esto a nadie nos sirve de consuelo; al contrario, nos aumenta el miedo al crecimiento real de los desastres. Eduardo Galeano ve la hipocresía y el cinismo de esos ciegos, y se subleva y denuncia con extrema ironía: “Los asesinos del planeta derraman de vez en cuando alguna lágrima para que la platea sepa que también tienen su corazoncito. Pero es puro teatro, saben que los modelos de vida de hoy que ellos imponen, son modelos de muerte. Me pregunto a qué planeta se mudarán esos ‘elegidos del Señor’, cuando terminen de exprimir la tierra hasta la última gota”.

Además, desde 2008 y 2009, a todos nos golpea la gran crisis financiera y económica, generada por salvajes abusos en los países ricos del capitalismo vigente. Una crisis que desató el pánico financiero y la locura de los *activos tóxicos* de los Bancos, y ha destruido muchos millones de puestos de trabajo provocando numerosos suicidios. El presidente de *France Telecom*, Didier Lombard, calificó de “espiral infernal” los suicidios en su empresa: 25 suicidios y 13 intentos más entre sus empleados en año y medio, y algunos más posteriormente, “efecto contagio” del estrés colectivo por la política empresarial de ‘traslados’. Esta crisis financiera y económica mundial ha evidenciado carencias graves de ética y solidaridad; un enorme déficit de humanidad, que, si no se sana, provocará crisis aún mayores. En 2009 tuvimos también la pandemia de la ‘gripe A’, la cual, a decir verdad, causó más miedos que muertos.

Al cerrar estas páginas en julio de 2010, siguen muy abiertas las heridas de esas crisis en todos los países, con altos índices de paro laboral. Jamás hubo en Europa tantos parados, 23 millones. En España ha sobrepasado el 20 por ciento de la población laboral, más de 4 millones de personas sin trabajo. En estas circunstancias, Ignacio Ramonet envía a la opinión pública mundial el aviso de que el miedo está llevando la “ira popular” hacia la “desesperación social”. El malestar social sustituye al estado de bienestar, “poniendo en crisis al propio sistema democrático”. ¡Y el colmo es que “los ricos siguen enriqueciéndose en plena crisis”! Ramonet concluye así su aviso: “¿Hasta cuándo aguantará el hastío popular? ¿Acaso no avisó el propio Fondo Monetario Internacional este 17 de marzo, que si no se reforma el sistema financiero habrá revuelta social?”. En Europa ya explotó la ira y la desesperación popular; comenzó en Grecia y cundió el miedo a la expansión por otros países de la “zona euro”, alcanzó a Portugal y a España y la explosión y el miedo atraviesan las fronteras como regueros de pólvora.

Ahora, cuando nos enfilamos hacia el segundo semestre de 2010, el Premio Nobel de Economía Paul Krugman anuncia una nueva “depresión” que se prolongará. Dice que “el costo para la economía mundial y sobre todo para los millones de vidas azotadas por la falta de empleo será enorme; y que “esta depresión será primordialmente un error de política”. Considera Krugman que los gobiernos del G-20 se equivocan al querer salvar la “ortodoxia” imponiendo austeridades y sufrimientos, y se pregunta: “¿Quién pagará el precio del triunfo de la ortodoxia? La respuesta es: decenas de millones de trabajadores desocupados, muchos de los cuales seguirán sin empleo por años, y algunos que nunca más volverán a trabajar”. ¿Cómo no sentir miedo ante ese panorama?

Muchísima gente vive ya muy asustada, y eso eleva el tono de las convulsiones sociales anunciadas.

Todo eso ha movilizadado la repatriación forzada de millones de migrantes ilegales hacia sus países del llamado Tercer Mundo, y ha sembrado el pánico en los crecientes movimientos migratorios del mundo entero, agravando las situaciones de desempleo, pobreza y violencia en los países de origen.

Otra explosión en este año 2010 ha sido el espantoso desastre del derrame de petróleo en la explotación submarina de la Compañía inglesa BP; y aunque haya acontecido en aguas de Estados Unidos del Golfo de México, el petróleo se va expandiendo y a todos nos alcanza el miedo a sus devastadores efectos.

Por diferentes causas agravadas por esas crisis, la Organización Mundial de la Salud registra una alarmante subida de suicidios en el mundo. Hace poco más de un año nos dijo que 20 mil personas intentan quitarse la vida cada día, y más de 3 mil lo logran; cada año, un millón de suicidios consumados. Y las estadísticas aseguran que el número de suicidios de adolescentes en las sociedades ricas se ha triplicado en la última década. Este dato lo recoge Eduardo Punset en su sorprendente libro *Por qué somos como somos*, y afirma que “cuanto más ‘desarrollada’ es una sociedad desde el punto de vista tecnológico, mayor es la tasa de suicidios de adultos o de adolescentes, y mayores son también los problemas pseudosuicidas como la adicción a las drogas o al alcohol, y las conductas autodestructivas”¹. Las riquezas y el desarrollo científico y tecnológico no aseguran la calidad humana, espiritual y ética de ninguna sociedad, y no garantizan la ausencia de miedos patológicos ni la felicidad de las personas.

1. E. PUNSET, *Por qué somos como somos*, Aguilar (Madrid 2008, 6ª) 140.

En estos meses finales del año 2010 que coronan la primera década de este siglo XXI, vemos en numerosos países un aumento preocupante de la violencia del terrorismo suicida o del narco-terrorismo y del crimen organizado que utilizan a jóvenes pandilleros y a menores como “sicarios”. Y aumentan también la delincuencia común y la violencia de género con el “feminicidio”.

Se confirma lo señalado para América Latina por el Informe del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD): los países de El Salvador, Guatemala y Honduras integran la zona más violenta e insegura de las Américas y del mundo. A la cabeza, El Salvador con 4.325 homicidios en el año 2009, que en relación a su población de 6 millones da la tasa de 71 homicidios por cada cien mil habitantes (la Organización Mundial de la Salud considera que 10 homicidios por cada cien mil habitantes ya es “epidemia”).

Ahora en México las matanzas diarias del narcotráfico son espeluznantes. Y Guatemala, con más de 13 millones de habitantes tuvo 6.500 homicidios en el año 2009, casi 20 diarios, lo cual es monstruoso; el Departamento de la capital tiene 90 asesinatos por cada cien mil habitantes, la tasa más alta del mundo; con el dato curioso de que en el año 2009 asesinaron a 200 chóferes del transporte urbano e interurbano, además de a 50 ayudantes y a otros tantos pasajeros; y a ese ritmo continúan esos asesinatos en este año 2010; también los asesinatos de mujeres han aumentado en Guatemala. Y lo peor de todo es que las pocas medidas adoptadas ante los reclamos de la población espantada de miedo, han sido inútiles y la impunidad es casi total. No llega al 5 por ciento el número de los asesinatos que alcanzan sentencia en los tribunales de justicia. La incapacidad del gobierno de turno

para ofrecer seguridad a los ciudadanos es enloquecedora, propia de un “Estado fallido”; algunos sospechan que lo que hay es “complicidad”, porque, existen gentes, fuerzas, poderes y empresas (legales e ilegales) cuyos ‘intereses’ se alimentan de la inseguridad y el caos.

Ahora, todos vivimos en el mundo bajo el “síndrome del miedo”. Los estudios sociológicos y psiquiátricos son unánimes en afirmar que los humanos nos hemos vuelto más vulnerables al miedo, a la ansiedad, a la frustración y al desequilibrio emocional, al estrés y la depresión. La complejidad de la vida actual nos presiona de mil modos. El consumo masivo de antidepresivos y somníferos, y la adicción a otros fármacos y técnicas relajantes, lo confirman. Y lo gritan los desenlaces violentos (con asesinatos y suicidios) de numerosos conflictos de pareja y de violencia doméstica, laboral y social. Por todo el mundo cobra fuerza una constatación terrible: estamos transmitiendo a las nuevas generaciones una ‘vida cotidiana’ tan deshumanizada, tan frívola, egoísta, vacía y violenta, que los adolescentes aprenden pronto a malgastar su vida, a maltratar a los demás e incluso a matar, con la única finalidad de ‘divertirse’...

Pertenece eso a lo que José María Castillo llama “la crisis más grave y en la que nadie piensa”, que consiste en un alarmante desequilibrio entre el ‘superdesarrollo’ de las tecnologías que esclavizan e inducen al consumismo y al bienestar egoísta, y el ‘subdesarrollo’ del cerebro humano como sede de emociones, convicciones y hábitos de conducta ética y solidaria. Parecería que “ya no nos queda sino una sola convicción: ganar mucho dinero, vivir bien y trabajar poco”. Y concluye Pepe Castillo: “me da miedo pensar que este camino ya no tiene retorno”.

A todos nos conviene manejar bien nuestros ‘miedos amigos de la vida’, y evitar o superar nuestros “miedos enemigos”, los miedos patológicos, nuestras fobias depresivas. Debemos liberarnos del exceso de miedo que nos hunde, y del miedo que nos ciega y nos hace violentos. De esto tratamos en la primera parte de este libro.

Y a los cristianos nos iluminará y nos alentará saber lo que hizo Jesús ante el miedo en su experiencia humana; cómo manejó él sus miedos, qué aconsejaba a sus discípulos cuando los veía paralizados por el miedo (lo cual era frecuente) y a qué tuvo Jesús hacia el final de su vida un “miedo mortal” y cómo lo superó. Lo analizamos ampliamente en la segunda parte del libro.

En su experiencia del miedo y en sus consejos a los primeros discípulos cuando los veía dominados por el miedo, nos dejó Jesús sus ‘consignas’ para evitar o superar los excesos de miedo que hoy nos desconciertan y nos paralizan, no solo en nuestra vida cotidiana tan afectada por las crisis actuales, sino incluso en nuestra Iglesia actual. Centraremos en eso la atención en las dos últimas partes del libro.

Y en un epílogo final, cerraremos el libro retomando el título general, *¿Por qué tanto miedo?*, para responder sumariamente a esa pregunta desde el miedo en nuestras vidas, desde la experiencia humana de Jesús del miedo, desde el miedo excesivo de sus primeros discípulos y desde nuestros miedos en la Iglesia actual.

Indagar sobre el miedo en nuestra experiencia humana y eclesial, y en la experiencia de Jesús de Nazaret, resulta muy iluminador. Se descubre por qué sufrimos tantos miedos los humanos, y por qué Jesús, que se dedicó a aliviar el sufrimiento ajeno y a liberar del miedo a sus

discípulos y a la gente, padeció él mismo luego las mayores soledades y tormentos, y una muerte en cruz que truncaba su Proyecto de vida digna y justa para todos. Por ese proyecto vivió Jesús jugándose el tipo todos los días sin miedo alguno, pero, al final de su vida, un “miedo mortal” le hizo padecer toda la fragilidad de nuestra condición humana. ¿Qué le causó a Jesús un miedo tan atroz?

Es sorprendente la novedad que ofrecen los evangelios cuando se contempla en ellos la experiencia que vivió Jesús de nuestras emociones humanas más básicas y comunes, el sufrimiento, la esperanza, la alegría, el amor, la tentación, y también el miedo. Jesús vivió esos sentimientos abriendo camino a todos en nuestra condición humana, hacia una vivencia positiva y feliz de nuestros propios sentimientos y emociones. Analizar esto es una dimensión apasionante del “tema mayor” de la cristología contemporánea, que consiste en que *Dios se humanizó en Jesús*. Hice recientemente una exploración sobre cómo integró Jesús el sufrimiento y la alegría en su vida humana, viendo también cómo vivimos nosotros esas emociones, y antes estudié nuestra experiencia y la de Jesús sobre ‘las tentaciones’².

Sumando ahora a eso esta indagación sobre ‘los miedos’ en nuestra vida humana, en la vida de Jesús de Nazaret y en nuestra Iglesia actual, veo claramente que Jesús inició en su vida histórica lo que alguien ha llamado con acierto “una revolución de la condición humana”, de nuestros sentimientos y emociones; la revolución del corazón. Y se ha comprobado ya que sin hacer efectiva en

2. T. CABESTRERO, *Entre el sufrimiento y la alegría: nuestra experiencia actual y la experiencia de Jesús de Nazaret*, Desclée De Brouwer (Bilbao 2009); *Pero la carne es débil: antropología de las tentaciones de Jesús y de nuestras tentaciones*, Desclée De Brouwer (Bilbao 2007).

la historia la revolución del corazón humano, todas las revoluciones ideológicas y políticas acaban fracasando.

Comparto, pues, ahora con los lectores y lectoras esta indagación sobre 'los miedos' en la vida humana, y sobre el miedo de Jesús en su vida y misión, así como el exceso de miedo de sus discípulos y nuestros miedos en la Iglesia actual. La comparto porque nadie debe hundir su vida, ni la vida de los demás, por el miedo, y ningún sector o colectivo eclesial debe frenar y estancar con su exceso de miedos la vida y la misión de la Iglesia de Jesús en los procesos de la historia.

Si como asegura Eduardo Punset, "la felicidad consiste en la ausencia de miedo"³, debemos preguntarnos: ¿cómo podremos ser felices en un mundo donde los miedos nos acechan día y noche, desde fuera y desde dentro de nosotros mismos, incluso en nuestra Iglesia?

El Dios de Jesús quiere que de verdad seamos felices. Y Jesús, cuyo evangelio del reino de Dios es la referencia esencial insustituible para toda Iglesia cristiana, insiste en decirnos: "*¡No temáis, no tengáis miedo! ¿Todavía no tenéis fe?*". El más funesto error en que podemos caer los miembros de nuestra Iglesia (todos y cada uno, desde el Papa y los obispos hasta el último de los bautizados y bautizadas) consiste en no saber vivir la verdadera *fe cristiana* por nuestro exceso de miedos. Y en esto todos podemos caer, incluso inconscientemente. Nuestra Iglesia actual necesita con urgencia, fuertes dosis del antídoto y las terapias que nos ofrece Jesús en su evangelio contra el exceso de miedos.

Teófilo Cabestrero cmf.

Ciudad de Guatemala, Julio de 2010

3. E. PUNSET, o.c.,163.