

## El poder del miedo

En los tiempos que corren podría esperarse que hablara en este espacio de la gripe A que amenaza nuestra sociedad del bienestar; pues no, no voy a dedicar este lugar de libertad para dedicar ni una palabra a este tema manipulado por intereses económicos claros y evidentes. Esta vez voy a hablar del **miedo** que está en el trasfondo de esta situación y en la base de la vida que estamos montando en esta parte del mundo, un miedo que nos vuelve vulnerables y manejables, que nos impide vivir de forma relajada porque limita el libre fluir de la vida. Desde él construimos una existencia basada en una seguridad que no existe, ya que no tenemos asegurado el momento siguiente. No podemos permitir que jueguen con nosotros vendiéndonos una seguridad disfrazada de amenaza bien sea de una enfermedad, bien sea previniéndonos sobre algo desconocido, incluso sobre los extraños o diferentes que llegan a nuestra sociedad y también pueden ser una amenaza porque son portadores de nuevas propuestas. El miedo impide vivir con libertad y desplegar las alas, para volar hay que desprenderse de la comodidad, aventurarse a lo desconocido, vivir unas relaciones sanas para ir ligero de equipaje en el corazón. Tenemos tanto que perder que ya no somos capaces de sonreír, constreñimos nuestro gesto por las excesivas preocupaciones cuando muchas de ellas son inconvenientes derivados de nuestra vida de exceso que convertimos en problemas y entonces nos roban la vida.

Acabo de llegar de Goma y Bukavu, una de las zonas más conflictivas del mundo en estos momentos, donde el sufrimiento y la injusticia tienen carácter de genocidio silencioso y latente porque paradójicamente, es un lugar hermoso y con la mayor abundancia de coltán, lo que le convierte en lugar estratégico de explotación del mismo para mantener el bienestar en este mundo occidental, sin embargo la gente de allí no disfruta de esa riqueza y las mujeres están amenazadas por la violencia sexual como arma de combate. Yo he estado con algunas de ellas, con adolescentes que han sido violadas por varios y han tenido hijos y con mujeres que han quedado con lesiones importantes y después han sido expulsadas de sus casas.

Pues bien, en medio de aquella situación de sufrimiento, en medio de aquella pobreza, sigo encontrando que la gente siempre saluda mirándote de frente, te sonríe porque se encuentra con el otro y comparte lo que tiene, aunque sea una taza de agua... su miedo es real, tiene nombre y a veces rostro, sus necesidades son evidentes. Nuestro miedo sin embargo, está construido desde la sociedad, alimentado con la insatisfacción porque la vida si no tiene sentido termina por envenenarnos y cultivado por un sistema que usa el miedo para manipularnos, y todo ello porque hemos olvidado que la vida no nos pertenece, es un regalo cada día y si fuéramos conscientes de ello viviríamos más contentos, seríamos más libres y nos daríamos cuenta que el otro existe y dejaríamos de darle tanto pábulo al miedo, que se instala como un vampiro en nuestros corazones y nos impide sencillamente **vivir**.

Dra. Inmaculada González-Carbajal García  
Oviedo, octubre de 2009

## El poder del mieu

Nestes dómines, bien podría esperase que nesti espaciu fuera falar del gripe A, qu'amenaza la nuesa sociedá del bienestar; pues non, nun voi dedica-y, nesti llugar de llibertá, nin una pallabra a esti tema cacipláu por intereses económicos fíidios y evidentes. Esta vegada voi falar del **mieu** que ta nel tresfondo d'esta situación y na base de la vida que tamos montando nesta parte del mundu; un mieu que tórnanos mancatibles y manexables, qu'impídenos vivir relaxaos enforma porque acota'l llibre fuxir de la vida. Dende él, construimos una esistencia sofitada nuna seguridá que nun esiste, ya que nun tenemos aseguráu'l momentu siguiente. Nun podemos permitir que xueguen con nos, vendiéndonos una seguridá antroxada d'amenaza, bien seya d'una enfermedá, bien seya previniéndonos sobre dalgo desconocíu, mesmo sobre los estraños o diferentes que lleguen a la nuesa sociedá y tamién poden ser una amenaza porque son portadores de nueves propuestas. El mieu impide vivir con llibertá y desplegar les ales; pa volar hai que se desprender de la comodidá, aventurase a lo descoñocíu, vivir unes rellaciones sanes pa dir llixeru d'equipax nel corazón. Tenemos tanto que perder, que ya nun somos quien a sonrir; esconstríñimos el nuestro xestu poles escesives preocupaciones, en cuantes que munches d'elles son inconvenientes derivaos de la nuestra vida d'escesu que convertimos en problemes y, entós, róbenos la vida.

Toi acabante llegar de Goma y Bukavu, una de les zones más conflictives del mundu nestos momentos, au'l sufrimientu y la inxusticia tienen caráuter de xenocidiu silenciosu y llatente porque, paradóxicamente, ye un llugar perguapu y cola mayor bayura de coltán, lo que-y convierte nun llugar estratéxicu de la so esplotación pa caltener el bienestar nesti mundu occidental; por embargo, la xente d'ellí nun disfruta d'esa riqueza y les muyeres tán amenazaes pola violencia sexual como arma de combate. Yo tuví con dalguna d'elles: con mocines esforciaes por más d'ún y que tuvieron fíos, y con muyeres que quedaron con lesiones importantes y dempués espulsaron de les sos cases.

Pues bien, metanes d'aquella situación de sufrimientu, metanes d'aquella probeza, sigo alcontrando que la xente siempre saluda mirándote de frente, sonríte porque alcuéntrase col otru y comparte lo que tien, mal que seya una taza d'agua... el so mieu ye real; tien nome y, delles vegaes, rostru; les sos necesidaes son bien evidentes. El nueso mieu, por embargo, ta armáu dende la fartura; alimentáu con la insatisfacción, porque la vida, si nun tien sentíu, termina por envenenanos; y cultiváu por un sistema qu'usa'l mieu pa caciplanos; y too ello porque olvidamos que la vida nun mos pertenez, ye un regalo ca día y si fuéremos conscientes d'ello viviríamos más contentos, seríamos más llibres y daríamosnos cuenta que l'otru esiste y dexaríamos d'afalar tanto al mieu, qu'allugase como un vampiru nos nuestos corazones e impídenos cenciellamente **vivir**.

Dra. Inmaculada González-Carbajal García  
Uviéu, ochobre del 2009

Traducción: Xicu Xesús F.-G. Muñiz