

Lectura y discusión grupal

Toma un cuarto de hora para leer las preguntas a continuación y el artículo de la BBC Mundo (21 de octubre de 2013) titulado **Ingrid Betancourt: "Perdonar es una estrategia de liberación personal"**. Basándote en lo leído, discute las siguientes preguntas con los compañeros de tu grupo:



1. Describe la vida de la candidata Betancourt antes de ser secuestrada.
2. ¿Qué estrategias usó Betancourt para sobrevivir los cinco años que estuvo secuestrada para combatir el síndrome de Estocolmo? Menciona un mínimo de dos.
3. ¿Qué es lo que le atrae de volver de nuevo a la política, y qué es lo que la detiene?
4. ¿A qué conclusiones ha llegado Betancourt años después de su liberación?
5. ¿Qué impresión tienes tú del tipo de persona que es Ingrid Betancourt después de leer el artículo?
6. ¿Sabes de algún caso similar al de Betancourt aquí en los Estados Unidos o en tu país de origen?

Ingrid Betancourt: "Perdonar es una estrategia de liberación personal." BBC Mundo, 21 de octubre 2013.

Han pasado varios años desde que la ex-candidata a la presidencia de Colombia fue liberada después de pasar casi siete años secuestrada por las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia (FARC). Se encontraba en campaña para las elecciones de 2002 cuando fue capturada por el grupo guerrillero en los alrededores de San Vicente del Caguán, en el suroeste del país.

Ahora estudia Teología en la Universidad de Oxford, Inglaterra, pero a pesar del paso del tiempo, los recuerdos de sus días en cautiverio la acompañan todos los días. Muerte, dolor, humillación, miedo, depresión, soledad, hambre, ser tratado como un animal, estar enfermo sin tener la posibilidad de aliviar el dolor; ser criticado, ignorado por los compañeros de cautiverio, son algunas de las situaciones con las que lidió mientras estuvo en poder de las FARC.

Retomar la vida donde la dejó no ha sido tarea fácil. Hace poco declaró que no descartaba volver a la política. Sin embargo, sus prioridades han cambiado en forma radical, y la oposición de sus seres queridos podría convencerla de no regresar.

"Agrupaciones políticas en Colombia me han contactado, y yo descubrí que mi vínculo con el país es muy fuerte y por eso me gustaría ayudar en el proceso de paz, aunque sea con mis pensamientos. Pero es una decisión difícil porque todavía tengo que sanar mis heridas y mi familia está en contra", dice.

Durante los años que precedieron su secuestro, Betancourt encarnó la imagen de una nueva generación de dirigentes, que no temía la polémica y ni le interesaba la posición tímida que tradicionalmente tuvieron las mujeres en la política colombiana. Y aun cuando la controversia siguió los años siguientes a su dramática liberación, muchos la consideran un símbolo del sufrimiento que la situación de secuestro impone a víctimas en el mundo entero.

¿Cómo se recupera la vida suspendida por cinco años de secuestro? Para algunas personas puede ser difícil de entender, pero para Betancourt agradecer lo vivido forma parte fundamental del proceso de sanación.

"Cuando me levanto en la mañana, lo primero que hago es darle gracias a Dios.

Agradezco poder cerrar la puerta cuando voy al baño, tener un techo, una cama para dormir, que haya un interruptor para prender la luz y un grifo de agua caliente. Doy gracias por estar viva, soy una mejor persona debido a lo que me pasó", dice.

La gratitud, añade, es un componente esencial de la felicidad, ya que ofrece una perspectiva nueva: en vez de estar mirando todo lo que no se tiene, se agradece lo que sí se tiene.

Sobreviviendo en la selva

Ingrid Betancourt dice que durante los años que pasó secuestrada, la rabia jugó un papel en los mecanismos de supervivencia que desarrolló mientras estuvo en la selva. Era parte

de la tristeza que le permitía rechazar la situación en la que estaba. No aceptar lo que le sucedía también era una manera de luchar contra el Síndrome de Estocolmo.

Otra herramienta que la ayudó en los primeros años de cautiverio fue su constante actividad mental. Dice que estaba obsesionada con “volarse” (escaparse) y que por eso pensaba todos los días en cómo sería su próximo intento y en los errores que había cometido en los intentos frustrados. Fue por su insistencia en huir que los últimos tres años de su secuestro los pasó encadenada a un árbol.

Y se aprende. Especialmente sobre uno mismo. "La pelea por la comida con otros compañeros que estaban secuestrados me trajo muchos problemas, pero eso reveló que yo era egoísta, impaciente e irrespetuosa con los demás. Normalmente evitas confrontarte con lo que no te gusta acerca de tu persona, pero estando en cautiverio, estás desnudo contigo mismo, así que descubrí muchas cosas acerca de mí, fue algo bueno que valoro en la actualidad".

Betancourt cuenta que el sentimiento de solidaridad familiar fue otra adquisición del secuestro.

“Aprendí que tenemos el tiempo contado. Es normal tener problemas con las personas que amamos, y cuando eso ocurre, es muy común dejar de hablarles. Estamos enojados y pensamos que, cuando nos pidan perdón, podremos arreglar el desacuerdo. Pero mi familia descubrió que ese es un lujo que no podemos darnos, porque en cualquier momento podemos morir, así que no sabes cuando será la última vez que beses a esa persona que quieres... Es por eso que no nos acostamos sin haber arreglado el problema que podamos tener. Aprendí que en la vida no tienes lo que mereces, sino lo que te toca. Se trata de la capacidad que tienes de sobreponerte a esas cosas. Y eso también lo aprendí en la selva. Lo que nos pasó fue un drama, pero eso le pasa también a millones de personas: a un familiar le detectan cáncer o muere porque un auto lo atropella. La vida es eso, imprevistos que no esperábamos. Nunca, nunca, nunca.”