

tar el silencio, la espera y la oscuridad. Nos incomoda el umbral.

El Sábado Santo es precisamente esto: un día sin resolución, sin liturgia, sin respuestas. Los discípulos vivían en el “entre”. No había nada que hacer, solo habitar. Esa experiencia no es un vacío, sino una pausa.

Hay investigaciones sobre crecimiento postraumático que plantean que los cambios más profundos en la persona no ocurren en los momentos de claridad, sino cuando los esquemas anteriores colapsan y aún no existe uno nuevo. El sufrimiento habitado tiene una dirección que el sufrimiento evitado nunca alcanza.

Una sociedad que no sabe habitar su oscuridad no podrá transformarse. El Sábado Santo nos recuerda que hay procesos que exigen espera, no aceleración, y que interrumpir el “entre” prematuramente no es alivio, sino perder la resurrección.

*Angélica Herrera, U. Finis Terrae*

---

## Un país sin dormir

●Chile medica lo que no sabe sostener. En 2024, un inductor del sueño se convirtió en uno de los tres medicamentos más vendidos en Chile, superado por el paracetamol y el ibuprofeno. Somos un país que no puede dormir y eso es el retrato de una cultura que ha perdido la capacidad de habi-

El Austral de Temuco invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a **cartasdirector@australtemuco.cl** o a la dirección **Antonio Varas 945, Temuco.**