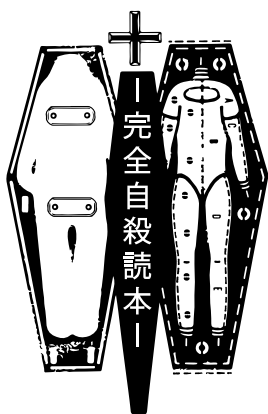
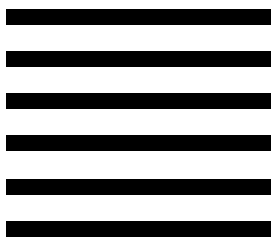


— 完全自殺読本 —



**EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO**





Autor: WATARU TSUMURI

Traducción: ALEXANDRA REYES

Ilustración: KAZUNORI SADAHIRO

Diseño del libro: SEIICHI SUZUKI DESIGN OFFICE

Por favor, no te tomes en serio este libro, únicamente fue traducido para comprender al personaje de Dazai ;)



---

Si estás pasando por un mal momento  
y tienes pensamientos suicidas, recuerda  
que nunca es tarde para pedir ayuda.  
No estás sola/o .

---



*Línea telefónica  
para la prevención del suicidio*

*Argentina: (+54) 11-5275-1135*

*Bolivia: 2248486*

*Brasil: 188*

*Chile: 005642221200*

*Colombia: (57-1) 323 24 25*

*Ecuador: (593) 2 6000477 – 2923327*

*España: 717 003 717*

*Honduras: (00 504) 2558 08 08*

*México: +5255 46313300*

*Perú: 01 498 2711*

*Puerto Rico: 1-800-981-0023*

*Uruguay: 0800 8483 (VIVE) y \*8483*

*Venezuela: 0-800-PSIQUE*

*Guatemala: +502 5392 5953*

## ≡≡≡ Prólogo

Este libro contiene descripciones detalladas de los métodos suicidas. Este libro no es un informe histórico de personas que se suicidan, ni pretende explicar las razones del suicidio, sin embargo, se puede leer como un libro de trivía, de entretenimiento, pero la dirección que sigue es la de “cómo suicidarse”. En dirección del progreso.

No sé cuánto tiempo nos hemos preguntado “¿Por qué los jóvenes corren hasta la muerte?” Se habla de ello una y otra vez. En ese momento, en la década de 1970, la conclusión a la que se llegó fue “nihilismo” y “edad infeliz”, la epidemia reciente hacia la sensación de muerte ha sido fundamentalmente diferente a la de generaciones anteriores. Sin embargo, todavía no hay respuesta a las preguntas “¿Por qué debería suicidarme?” y “¿Por qué debería vivir?”.

Suficiente. Lo que necesitamos ahora es un libro que pueda hacer realidad el suicidio. Por cierto, recuerdo que estaba cansado de este tipo de libros, los “Métodos de Suicidio” publicados hace diez años que no son más que escritos lacónicos y contenido desordenado, lo que resultaba muy molesto. Lo que debería conocerse ahora es ese método de suicidio puro.

En Estados Unidos, solo hay un dispositivo suicida que se puede usar para la eutanasia, que fue inventado y creado por un académico. Mientras que en Japón este será el único “dispositivo suicida que utiliza el lenguaje como herramienta”.

Hablando de eso, me gustaría comenzar con la introducción del método de tomar medicamentos para suicidarse de inmediato, pero para dejar más clara la pregunta "*¿Por qué suicidarse?*" Es necesario comprender que hay otras razones comerciales, así que primero tengo que escribir sobre ellas.

[CHERNOBYL]

*...Estoy esperando la oportunidad de "mostrar mis talentos".*

Cuando ocurrió un alboroto estudiantil hace veinte años, todos pensaron *¡Un algo grande está a punto de aparecer!*

Apolo aterrizó en la luna, la crisis del petróleo, la Unión Soviética invadió cierto país y la era Shōwa estaba a punto de terminar. Y creyeron que sería un momento trascendental. Sin embargo, fue solo un terremoto de magnitud 3. Los estudiantes se miraron, sonrieron y dijeron "*¡Genial!*". Y el alboroto terminó.

... (Extracto de la posdata del "Amanecer")

A fines de la década de 1980, hubo una "*marea apocalíptica y temas peligrosos*".

La orquesta favorita del país tocaba la canción de CHERNOBYL, y las bromas de los niños estaban llenas de muerte. Un grupo de jóvenes comenzó a buscar



compañeros en preparación para el Armagedón, diciendo emocionados:

*"¡El grande está por llegar!"*

*"¡Está aquí! "*

*" ¡Quizás mañana sea el fin del mundo!"*

Sin embargo, el fin del mundo no llegó. La planta de energía nuclear nunca explotó, el sueño de una guerra nuclear a gran escala nunca ocurrió. Hace mucho que desapareció sin dejar rastro.

Los revolucionarios de la década de 1980 experimentaron una profunda frustración. Al final, todos se dieron cuenta de que *"mostrar sus talentos "* es imposible, y el siglo XXII definitivamente llegará. Por supuesto, se acerca el siglo XXI, porque no habrá la tan ansiada guerra que terminaría con todo a su paso. El mundo no está en absoluto cerca del juicio final. Es sólo un pequeño encuentro con el *"otro mundo"*.

*[Unas largas vacaciones]*

Decir *qué aburrido* no ayuda, porque tuvimos la mala suerte de nacer en la historia de esta etapa.

Hasta el siglo XXII, nos levantaremos a las 7 de la mañana e iremos a la escuela o al trabajo. Repitiendo algunas palabras sin importancia. En la escuela, memorizaremos el vocabulario en inglés y el año histórico una y otra vez; en la empresa, diremos cosas

aburridas. Muchos meses y años de hacer un trabajo realmente aburrido.

Los productos de vanguardia se siguen creando sin cesar, los políticos siguen cometiendo corrupción sin cesar y la televisión continúa agitándose. Pero cuando apagas la televisión y miras alrededor, es lo mismo que de costumbre todos los días. La maravillosa oscuridad después de apagar la televisión.

En su novela autobiográfica *"La confesión de una máscara"*, Yukio Mishima mencionó que:

*"La vida cotidiana es más que una espantosa guerra. Siempre soportamos esta vida cotidiana temblorosa y aterradora".*

Con el fin de traer el inexplicable "futuro estable". Seguimos en el camino, paso a paso, evitando con cuidado alguna desviación.

No hay un final de comedia como en una serie de televisión. Es solo que la extraña "alegría" siempre avanza lentamente y sin interrupciones. Pero ¡Sí lo es! Las palabras clave son *ritmo lento y repetitivo*. Las mismas cosas siguen apareciendo lenta y repetidamente, este es el primer elemento que hincha la emoción de querer morir.

*[Otro ladrillo en la pared]*

En 1978, ocurrió un "incidente suicida en un laberinto de papel" en Japón. Un par de hermanas gemelas de secundaria que vivían en la prefectura de Toyama,

Japón, fueron encontradas colgadas en el bosque, se suicidaron. En el cuaderno de una, dibujaron un patrón de laberinto con cuatro líneas rectas y varias líneas horizontales escalonadas. (Un juego de encontrar la fuente a lo largo de la línea). Debajo del patrón, las palabras incomprensibles "X japonesa", "self kill", "ROS" y "Gosanja" estaban escritas respectivamente. La línea que estaba trazada desde arriba se encontraba directamente conectada al lugar del suicidio. Dado que sus padres no pudieron averiguar los motivos del suicidio, la conclusión es que las dos se suicidaron a causa del "laberinto". Se dice que "ROS" podría significar "Rolling Stones". Dado a que las palabras "X japonés" y "Odio a los asiáticos" también estaban escritas en el cuaderno podrían haber estado relacionadas. Sin embargo, todavía es imposible comprender el significado de estas palabras.

En el pasado, un juez dijo:

*"La vida humana es más pesada que la tierra".*

Sin embargo, este es un malentendido extremadamente inútil. Tal como ya lo habían notado las dos chicas de secundaria en la década de 1970, su vida era muy liviana, tan liviana como "X japonesa" y "ROS". En 1950, los sociólogos populares estadounidenses decían:

*"Las masas son como átomos atrapados en una sensación de impotencia".*

A finales de la década de 1970, la banda de rock británica Pink Floyd cantó: "Another brick in the wall". Pero incluso en nuestros tiempos el contexto de la

canción no ha cambiado. Como de costumbre, todavía somos un ladrillo en la pared; la prueba es que cuando una persona muere, seguramente alguien la reemplazará. La existencia de nadie es insustituible. Ningún político es suficiente para ser asesinado. Con solo un ladrillo que falta, la pared no se derrumbará. Cada uno de nosotros está lleno de impotencia. No importa si la hay o no, es decir, la vida es tan fugaz como la luz.

Sí, este es el segundo elemento que hincha la emoción de querer morir.

*[Naranja de relojes]*

Con esta sensación de impotencia, nosotros, que estamos haciendo lentamente lo mismo una y otra vez, nos olvidamos de si realmente estamos vivos. Poco a poco he olvidado si estoy vivo o muerto. ¿Sientes que estás viviendo de verdad? Ahora, entre la vida y la muerte, sólo hay un límite que es casi invisible.

- *La vida es muy importante, así que no puedes suicidarte.*
- *Mientras puedas vivir, todo cambiará.*
- *No puedes morir porque la gente a tu alrededor estará triste, así que debes vivir.*

Estas palabras ya no tienen ninguna capacidad de persuasión. Las palabras efectivas para detener el suicidio han desaparecido; pero han aparecido las señales para guiar al suicidio.

Sí, puedes morir. Si vas a trabajar o a la escuela, la vida es incómoda, aburrida o incluso dolorosa, puedes cruzar la frontera invisible para buscar la muerte y nadie puede detenerte. Como dije antes, nada cambiará de todos modos.

Normalmente no es posible saber qué le pasará a la sociedad o a uno mismo en el futuro.

*"¡Todo cambiará en el futuro! ¡Ya viene!"*

Incluso si esta frase es convincente, es inútil. Tu vida probablemente será estudiar en la escuela primaria y secundaria cerca de donde naciste, asistiendo a una escuela intensiva para un examen de ingreso y luego incorporarse a una escuela secundaria o a la universidad. Después de cuatro años o más de estudiar, ingresas a una empresa para trabajar. Para las personas de entre 20 y 30 años, casarse antes de los 30 es prioridad, tener hijos el próximo año, tener varios cambios de trabajo o ascensos, haber sido promovidos al puesto de gerente, jubilarse a la edad de 60 y vivir el resto de tu vida durante los próximos diez o veinte años disfrutando de los ingresos que generaste a lo largo de tu existencia. Y finalmente morir. Eso es todo en el mejor de los casos, es desesperado, pero es la vida ideal *"más tranquilizadora"*.












En tales condiciones, lo ordinario ya no es de gran importancia. Por tanto, descansar de tu vida en el lugar correcto no es una cuestión de *"tristeza"*, *"no tener una segunda vez"*, *"miedo a los efectos dominó"*. El suicidio es un comportamiento bastante positivo.

*[Polvo de ángel]*

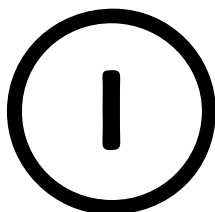
Tengo un amigo que tiene un tipo llamado “*polvo de ángel*”. Después de ingerirlo, su mente se marea. Es un tipo de medicina fuerte que te puede hacer saltar desde un edificio alto con indiferencia, se empaqueta en una pequeña bolsa de metal, se convierte en un collar y se lleva en el cuerpo de manera inseparable. Dijo:

*"Si es necesario, puedes tomar esto para encontrar la muerte."*

Mi amigo no tiene un trabajo fijo y se divierte todos los días. Espero que este libro se convierta en ese pequeño collar de metal.

① Tomar medicamentos	
② Ahorcamiento	
- Mapa de suicidio (1) Mar de árboles -	
③ Saltar de un edificio	
- Mapa de suicidio (2) Takashimadaira -	
④ Corte de muñeca y carótida	
⑤ Saltar	
- Mapa de suicidio (3) Montaña Mihara -	
⑥ Intoxicación por gas	
⑦ Electrocución	
- Mapa de suicidio (4) Pueblo de suicidio ciudad de Kumatori -	
⑧ Ahogamiento	
⑨ Autoinmolación	
⑩ Congelación	
⑪ Casos especiales	
- Posdata del autor -	
- Citas letales -	
- Citas y referencias -	



**EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO**



**T O M A R  
M E D I C A M E N T O S**





<i>Dolor</i>	
<i>Esfuerzo</i>	    
<i>Desagradable</i>	
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	
<i>Letalidad</i>	

Si tienes éxito, tomar medicamentos es el mejor método de suicidio. Sin embargo, necesitarás de muchos intentos para lograrlo, el tiempo de preparación en este caso específicamente es excesivo y la pérdida de tiempo es un gran problema, y si tienes miedo por el dolor que padecerás, déjame decirte que varía con los diferentes medicamentos.

*“Sobre la mesa hay esparcidas cápsulas y píldoras rojas, amarillas, azules y otras hermosas, o una pequeña pila de polvo blanco como la nieve. Cuando me los trague, me quedaré dormido poco a poco y nunca volveré a despertar.”*

Esta es la muerte extendida en la línea del sueño pacífico, es el medio más ideal de suicidio, y solo es posible a través de las drogas. El cerebro es un dispositivo de control del sistema responsable de la autoorganización del cuerpo humano. Independientemente de la función respiratoria o de los latidos del corazón, todas las funciones utilizadas para mantener el sistema están controladas por el cerebro. Lo que quiero explicar aquí es la tecnología utilizada para destruir todo el sistema mediante el uso de drogas para perder gradualmente la coordinación de este dispositivo de control. También se puede decir que es un método de lobectomía realizado por uno mismo.

*Un medicamento que no es fatal no es un medicamento.*

No importa qué tipo de fármaco, existen básicamente una gran cantidad que tendrán un efecto en específico, otra cantidad que será tóxica y una cantidad de letalidad. Algunos expertos dicen que:

*"Una droga que no te mata no es una droga".*

No importa qué tipo de droga sea, cualquiera tiene el potencial de causar la muerte. Y es que hay una gran brecha entre la cantidad de acción y la dosis letal, para llegar a la dosis letal hay que tragar una cantidad considerable, que es más difícil de captar. Con los medicamentos actuales, esta brecha se ha ampliado, es decir, son medicamentos seguros para evitar la muerte en los pacientes. Lo que quiero presentar aquí es la brecha más pequeña.

Sin embargo, el problema radica en la "dosis letal". Los estándares para la dosificación de los medicamentos descritos en este libro son las dosis letales de diferentes medicamentos que se encuentran en varias publicaciones, pero también varían de un libro a otro y al mismo tiempo, la dosis letal depende mucho según el físico de la persona y si debe o no tomar el fármaco con regularidad. Por lo tanto, también hay ejemplos de personas que fueron rescatadas después de tomar una gran cantidad del fármaco y otras que murieron después de tomar una dosis pequeña.

La "dosis letal" se supone, determina el límite entre la vida y la muerte, pero hay casos en los que la muerte no se produce debido a diferentes dosis, diferentes rangos y diferentes personas. De esta manera, *cantidad letal* no significa que sea efectiva. Entonces, algunos investigadores dijeron que, si realmente quieres morir, tómate tres veces la dosis letal. Por el

momento, este libro considera la "*dosis letal*" entre la dosis mínima y la máxima (no se especifica la dosis para adultos), que es solo un estándar general. Esta ambigüedad en la dosis letal no solo muestra el límite borroso entre la vida y la muerte, sino que también es la principal razón por la que el suicidio por drogas es difícil.

Sin embargo, aquí hay algunas palabras más. Nunca morirás con solo cortadas en la muñeca, pero los medicamentos enumerados aquí realmente podrían ser un paso muy cercano a la muerte. Si solo quieres experimentar el sabor del suicidio (lo cual no es nada malo), es mejor que te hagas un corte en la muñeca.

### *[Nota]*

Fortalece la absorción de los órganos digestivos para evitar las náuseas.

Lo más importante que debes evitar es escupir el medicamento que has tomado. La muerte por consumo de drogas, en otras palabras, es una intoxicación aguda por estas mismas. Imagínate una escena de bebida, por supuesto, el alcohol no es mortal, aunque, los estudiantes universitarios a menudo mueren de alcoholismo. Sin embargo, la situación general es que cuando el cuerpo ya no pueda soportarlo, vomitará. Esto es solo reemplazar el alcohol por drogas. Es natural vomitar debido a una sobredosis drástica. Por lo tanto, es muy difícil dominar la cantidad correcta. Por supuesto, hay formas de prevenir los vómitos, fortalecer la absorción de los

órganos digestivos, al igual que el tratamiento sintomático. No hay forma de lidiar con los vómitos debido al rechazo físico. En resumen, solo trabaja duro para alcanzar la dosis letal, incluso si solo tomas una tableta más.

*[Es posible no morir incluso si lo tomas]*

Otra cosa a la que hay que prestar atención es comprender la *dosis letal* antes de tomar el medicamento. Hay muchas drogas que pueden matarte. Por ejemplo, la pastilla para dormir que se ha convertido en un tema hoy en día. La somnolencia llega rápidamente y perderás la memoria después de tomarlo, por lo que parece muy peligroso, pero es un medicamento muy seguro.

Una mujer de 27 años que bebió y tragó 80 comprimidos al mismo tiempo, después de quedarse dormida, trepó como una sonámbula, les dijo a sus padres: "Vayan con Lawson", y se cayó. Recuperó el conocimiento al día siguiente de ser enviada al hospital y los resultados del examen fueron normales. El simple hecho de parecer peligroso no significa *letal*. Este libro no presenta fármacos con dosis letales desconocidas. Las acciones que no están planificadas no solo fallarán, sino que también experimentarás un dolor innecesario.

Una ama de casa que ingirió cianato de potasio se rascó el pecho toda la noche debido a que le dio alergia, cuando la encontraron su pecho estaba completamente ensangrentado.

Por cierto, muchos rumores de suicidio por drogas son falsos. A menudo se dice que las secuelas graves que durarán toda la vida quedarán en los órganos internos o en el cerebro, pero solo los medicamentos enumerados en este libro tienen un efecto en el sistema nervioso, algunos médicos dicen que casi no existen tales efectos secundarios.

También hay "*defensores del suicidio*" que predicaron que el seguro médico no cubre el costo del tratamiento suicida, por lo que cuesta mucho dinero, pero esto tampoco es cierto.

Una mujer de 26 años ingirió 20 tabletas sedantes y 20 paquetes de polvo, que es "*el medicamento más potente considerado en el hospital*", aunque desconocemos la dosis de los ingredientes. Fue enviada al hospital. Estuvo en coma durante dos días, pero usó su tarjeta de seguro para pagar los gastos médicos. Por tanto, no dejarse engañar por las mentiras es también un punto al que hay que prestar atención.

### [Preparación]

#### Inyección intravenosa

En primer lugar, existen varias contramedidas para prevenir los vómitos. La forma más fácil es poner el medicamento en una cosa similar al aluminio y hornearlo con fuego para derretirlo, o usar agua caliente para disolverlo en una solución acuosa y luego inyectarlo en la vena con una jeringa. En este caso, por supuesto, no vomitarás, pero tiene un efecto mayor que la absorción gastrointestinal y requiere

mucho menos. Si se mezcla aire en la jeringa, la embolia aérea cerebrovascular causará la muerte. También hay muertes por shock causado por cuerpos extraños distintos de la sangre mezclada con los vasos sanguíneos. Debido a la mezcla de cuerpos extraños, los vasos sanguíneos tendrán un grado considerable de dolor. En el caso de múltiples inyecciones, el dolor es severo y se pueden aplicar compresas frías en el brazo, en resumen, se necesitan algunos métodos.

### *[Presta atención a la última cena]*

Para las personas que no quieren inyectarse, pero quieren tomar medicamentos para morir, es necesario ajustar el estado del estómago con anticipación. Para absorber el medicamento más rápido y causar efectivamente una intoxicación aguda, no debe quedar comida en el estómago. Sin embargo, si es demasiado rápido, tendrás una reacción alérgica y vómitos, es difícil comprender sus proporciones. Debes beber una taza de té negro y una tostada aproximadamente una hora antes de decidir suicidarte, o tomar un poco de medicamento contra la borrachera. Las tabletas deben triturarse de antemano y colocarse en un pulverizador para convertirlas en polvo. La cápsula debe retirarse, dejando el polvo, o ponerse en agua caliente para que se vuelva líquida. Luego mezcla el medicamento con pudín o yogur, agrega un poco de miel y traga rápidamente. Algunos expertos dicen que mezclar el medicamento con pudín o yogur no acelerará la absorción, pero piensa en ello como una especie de ayuda para tragar.

[Tomar una copa al mismo tiempo]

Beber un poco de vino al mismo tiempo es un factor que contribuye a su efectividad. Se dice que los fármacos que tienen efectos sobre el sistema nervioso central tienen efectos complementarios y multiplicadores, pueden acelerar la velocidad de disolución de cualquier fármaco y el efecto se puede incrementar en un 50% cuando se usan en combinación. Además del alcohol, lo mejor es preparar más bebidas. Es más, debes elegir un lugar donde otros no te encuentren, y al menos un lugar donde puedas quedarte solo dentro de las siguientes ocho horas, por ejemplo, un hotel es el más adecuado. Si alguien se entera en unas pocas horas, se convertirá en un intento de suicidio y tendrás que experimentar el dolor de un enema repetido.

Una mujer de veinticinco años recibió un enema por intentar suicidarse. Ella dijo:

*"Si supieras que es tan doloroso, no te matarías".*

De igual manera indicó que podría volver a intentarlo.

Una vez completados los preparativos, comencemos a introducir las drogas suicidas.

[Medicina popular]

Los medicamentos que se venden en el mercado tienen baja toxicidad. Está escrito en un libro profesional:



*"Un medicamento que se vende en el mercado casi no es mortal si se toma en cantidades como una sola dosis".*

Aunque esta afirmación puede considerarse correcta, es difícil tomar medicamentos populares para morir. Como se mencionó anteriormente, los medicamentos tienen diversos efectos y cantidades de intoxicación, por lo que parte de ser una medicina popular es mantener cierta distancia de la cantidad de intoxicación y fabricarlas con baja toxicidad. Por tanto, se vende en farmacias generales. Sin embargo, los puntos básicos de las drogas suicidas es que son fáciles de obtener y puedes dormir inmediatamente después de tomarlas. Si no puedes conseguirlo, incluso la introducción no tiene sentido. Es necesario saber que tomar medicinas populares consiste en una muerte difícil de lograr, pero libros profesionales anteriores han declarado que es *casi imposible matarse con este tipo de medicamentos*. En otras palabras, no es 100% imposible, pero aquí se introduce esta excepción.

### *[Lithrone S]*

Pastillas para dormir / Sedante

Nombre del Producto: Lithrone S

Nombre genérico del Ingrediente: Bromovalerylurea

Dosis letal: Estimado alrededor de 10g (A), 10 – 30g (B), 20g (C), 15 – 0g (D) (E) (F)

Contiene: 100mg en 1 tableta

Dosis: 100 – 300 comprimidos

En una caja: 12 tabletas / 450 yenes

*[Nota: El nombre genérico es el nombre universal del medicamento decidido por la OMS (Organización Mundial de la Salud). El nombre del producto fabricado por la compañía farmacéutica combinándolo con el nombre del producto de uso común, como "Lithrone S".]*

*[Nota 2: Los alfabetos entre paréntesis indican la bibliografía utilizada para estimar la letalidad.]*

En las décadas de 1950 y 1960 después de la guerra, hubo una segunda fiebre suicida con pastillas para dormir. Principalmente jóvenes de veintitantos años; tomar somníferos para suicidarse supera con creces el número de personas que se ahorcan. El bromovalerylurea se vendía bajo la marca "Bromuro" en ese momento y era el fármaco principal del país. Cuando Akutagawa Ryunosuke se suicidó tomando pastillas para dormir en 1926, causando la primera fiebre suicida, "Bromazepam" se vendió con el nombre de "Carmotin" y se usó ampliamente.

Osamu Dazai también usó "Carmotin" para muchos intentos de muerte. Por lo tanto, se dice que es una pastilla para dormir japonesa que tiene una larga historia de suicidio. En la actualidad, "Bromazepam" está designado como un "medicamento para ser utilizado bajo la dirección de un médico" y no se puede comprar sin receta médica. "Lithrone S" (Sato Pharmaceutical Co.) en el mercado tiene los mismos ingredientes y dosis que "Bromazepam". Obviamente esto no es ilegal. Esto se debe a que la cantidad de bromo en cada tableta se puede vender por debajo de 500 miligramos. Esta es una tableta de color blanco con ocho miligramos y un sabor amargo.

Una vez que las condiciones han madurado, siempre que se tome la dosis letal, el sistema nervioso central está controlado (la estimulación del cerebro y los nervios de la médula espinal fallan) pierde rápidamente el conocimiento. Si es aproximadamente una hora, la causa principal de muerte se debe a un paro respiratorio. Algunas personas murieron después de tomar 50 tabletas (Caso 2), pero aún es apropiado tomar 200 tabletas, la cantidad de dos manos llenas; si es la cantidad total, no hay necesidad de mezclarlo con yogur, que es molesto de tomar (Caso 1). Además, entre los medicamentos que contienen 100 mg de bromo en un medicamento, se encuentran las tabletas *Mulmi* y las pastillas de dormir comunes.

*Lithrone S* se elabora exclusivamente a partir de bromo, pero los demás contienen algunos ingredientes como la cafeína. Debido al exceso de ingredientes, la dosis aumenta y también aumenta la posibilidad de vómitos. Además de las tabletas *Mulmi*, el "acetaminofén" (que se describe más adelante) también contiene 150 mg de bromo en una tableta. Tomar 100 ~ 200 será suficiente para alcanzar la dosis letal de acetaminofén. La dosis doble es aún más peligrosa.

### *[Cómo comprar]*

El folleto de "*Lithrone S*" dice: "*medicamento que tiene un efecto calmante sobre la inquietud y el nerviosismo*". Puedes comprarlo siempre que expliques los síntomas, pero el mayor problema es cómo comprar de diez a veinte cajas. La mayoría de estos

productos en las farmacias están agotados y las empresas farmacéuticas no tienen muchas farmacias mayoristas. No se pueden comprar muchas a la vez. A veces, es posible que no se venda debido al juicio de la farmacia. Las farmacias cercanas a los hospitales principales generalmente tienen suministros, busca cinco o más, los compras cada medio mes y acumulas 20 cajas en dos meses. Este medicamento se toma de dos a tres tabletas al día, y solo hay doce tabletas en la caja, por lo que no es de extrañar comprarlo cada diez días. Sin embargo, para prevenir el abuso, la farmacia a veces no lo vende, pregunta sobre los síntomas o recomienda ir al hospital.

Un miembro del personal de una farmacia dijo:

*"A las personas que no parecen tener una buena razón no se les venderán".*

Pues lo mismo ocurre con el miedo al abuso de drogas. En este caso, explica que no quieres ir al médico o que tus compañeros de clase o colegas saben que no estás de buen humor. Cuando no puedas encontrar en una farmacia, puede llamar a la compañía farmacéutica y te dirán cuáles están disponibles para la venta.

*[Ataraxone]*

Nombre del Producto: Ataraxone

Nombre genérico del Ingrediente: Clorhidrato de hidroxicina

Dosis letal: Estimado alrededor de 25 – 250mg/kg (A) (B)

Contiene: 25mg en 1 tableta

Dosis: 60 – 600 comprimidos por un peso de 60kg

En una caja: 20 tabletas / 1500 yenes

*[Nota: “kg” se refiere al peso corporal de la persona que lo toma]*

Este medicamento se vende en farmacias generales. Es fácil comprar de 60 a 600 cápsulas, es decir, de tres a treinta cajas. Tómallo y duerme inmediatamente, es uno de los tipos de medicamentos suicidas para dormir. Ataraxone es el medicamento con mejores condiciones. La dosis letal es de 25 a 250 miligramos por kilogramo de peso corporal, lo cual es una suposición demasiado grande y vaga, por lo que una persona con un peso de 60 kilogramos puede tomar 600 comprimidos. Con solo poner 600 cápsulas pequeñas de color verde frente a ti, se producirá una especie de alucinación, pero incluso si se toman todos los ingredientes de una cápsula, solo son 20 miligramos. Esta cantidad es fácil de tomar sin mezclarlo con el yogur.

El clorhidrato de hidroxicina tiene el efecto de inhibir el sistema nervioso central y estabilizar el sistema nervioso autónomo. Puede producirse sueño, cansancio, mareos al tomar una gran cantidad y finalmente la muerte por paro respiratorio. Siempre usa alcohol al tomarlo. El efecto inhibitor del sistema nervioso central aumentará y el efecto será mejor si el cuerpo se enfría en ese momento.

Sin embargo, una mujer de 40 años que tomó 100 tabletas de Atarax y bebió una botella de cerveza y un vaso de whisky perdió el conocimiento y vomitó después de 17 horas. Luego de ser encontrada, fue enviada al hospital. Dos días después, perdió el conocimiento, luego se curó y fue dada de alta. En resumen, considéralo una y otra vez, y tómatela en gran medida.

### *[Codeína]*

Sustancia Narcótica

Nombre del Producto: Codeína

Nombre genérico del Ingrediente: Dihidrocodeína

Dosis letal en tabletas: Estimado alrededor de 0.5 – 1g (A), 0.8mg (D) (G), 24g (H)

Contiene: 15mg en 1 tableta

Dosis: 33 – 160 comprimidos

En una caja: 16 tabletas / 1800 yenes

Dosis letal en jarabe: Estimado alrededor de 0.5g (G)

Contiene: 30mg en un jarabe

Dosis: 17 botellas

En una caja: 2 botellas / 1165 yenes

En la década de 1980, surgieron casos populares de “saltos salvajes después de beber pastillas para la tos”. Esto se debe a que la solución para la tos contiene

sustancias anestésicas como "codeína" que actúa sobre el centro de la tos en el cerebro para suprimir la tos, y efedrina, que dilata la tráquea.

La codeína es un ingrediente opiáceo, aunque la dosis letal de efedrina no está clara, es una materia prima para estimulantes, por lo que es muy peligrosa. Debería estar prohibido, pero no se dejará de toser si no se usa, por lo que la mayoría de los antitusígenos que se venden hoy en día contienen ambos ingredientes.

En la década de 1980, la solución de codeína se usaba con más frecuencia, pero ahora este medicamento no contiene efedrina. Por lo tanto, hay un dihidrógeno fosfato de codeína que tiene casi la misma estructura que la codeína (*Dihidrocodeína*) de 30 miligramos y el componente hermano de efedrina clorhidrato de metilefedrina. Grandes cantidades de fosfato de codeína pueden causar somnolencia, mientras que la efedrina tiene un efecto de vigilia. En general, no causa sueño, pero Wuning dijo que tiene un fuerte efecto excitador, lo que conduce a un aumento en la cantidad de latidos cardíacos y respiración acelerada. Con respecto a la codeína, el libro "The Final Way Out" enumera una cantidad específica de 2,4 mg.

En otras palabras, créelo y llévate más de 160 paquetes. De esta manera, debes tomar 240 miligramos de gránulos, que es solo un tazón pequeño en términos de cantidad. La opinión de un experto es:

*"Mezclarlo con yogur y otras cosas".*

## *[Dimenhidrinato]*

Fármaco poderoso

Nombre del Producto: Dimenol

Nombre genérico del Ingrediente: Dimenhydrinate

Dosis letal: Estimado alrededor de 25 - 250mg / kg (G)  
Mínimo 2.5g

Contenido: 50mg en 1 tableta

Dosis: 30 – 300 comprimidos

En una caja: 6 tabletas / 800 yenes

Los antieméticos contienen muchos ingredientes peligrosos. Una mujer de 24 años tomó 7.5 gramos para un aborto, desarrolló vómitos, mareos y convulsiones, y cayó en un estado letárgico, luego de 90 minutos murió por insuficiencia respiratoria.

El dimenol contiene 7 miligramos de clorhidrato de piridoxina y 14 miligramos de cafeína anhidra, que son más fáciles de obtener que los medicamentos de dimenhidrinato puros. Esta es una tableta un poco más grande con una estructura de tres capas de color blanco, azul y blanco. Los medicamentos que contienen 50 mg también se venden en farmacias. Además, si puedes morir tomando al menos 30 comprimidos, sería genial para un suicidio.

El problema de tomar este medicamento es el no poder dormir. Como se mencionó anteriormente, este medicamento tiene un efecto sobre el sistema nervioso central y hace que la respiración se detenga, los efectos secundarios son somnolencia, dolor de



cabeza, etc. Sin embargo, al no ser un fármaco psicotrópico, es imposible conciliar el sueño rápidamente. Si tienes que dormir, puedes utilizar pastillas para dormir disponibles comercialmente. Sin embargo, también hay casos de hombres de entre 20 y 22 años que habían tomado 800 mg de estos medicamentos y tuvieron alucinaciones, pero no murieron.

### *[Difenhidramina]*

Nombre del Producto: Travel Well / Travelmin Senior

Nombre genérico del Ingrediente: Difenhidramina

Dosis letal: Estimado alrededor de 25mg / kg (A), 40mg / kg (G)

Contenido: 40mg en 1 tableta

Dosis: 38 – 60 comprimidos

En una caja: 10 tabletas / 650 yenes

Los ingredientes de este medicamento son el ácido fosfórico hidroxibenzoico 40 mg y diprofilina 16mg. Los ingredientes restantes no son muchos, pero el más peligroso es el ácido fosfórico hidroxibenzoico que representa la mayor proporción. Además, existen muchos otros ingredientes que previenen la somnolencia como la cafeína. El ácido hidroxibenzoico de fósforo actúa como un antihistamínico (histamina), y la supresión del sistema nervioso central y los síntomas de excitación aparecen mixtos. Produce estimulación cerebral severa y

pérdida de conocimiento. Sin embargo, los antihistamínicos tienen un efecto hipnótico. Está prohibido conducir un vehículo después de tomarlo. Si tomas una gran cantidad, te quedarás dormido.

La ventaja de la medicina contra los vómitos y el mareo por movimiento es que la gente cree que *"nadie usará ese tipo de cosas para suicidarse"*. Cuando vayas a comprarlo, puedes decir que la razón para comprarlo es porque vas a viajar, quieres comprar más medicamentos para prevenir el mareo. La farmacia no sospechará.

El bromuro de hidrógeno de escopolamina tiene el efecto de inhibir los nervios parasimpáticos y una gran cantidad inhibirá la respiración. Los efectos secundarios son somnolencia, confusión, alucinaciones, dificultad para tragar, etc. Es cuestionable quedarse dormido inmediatamente después de tomarlo. Hay más medicamentos que contienen bromuro de hidrógeno de escopolamina para prevenir el mareo en los barcos. Entre los medicamentos actualmente disponibles en el mercado, la escopolamina contiene la mayor parte del contenido y no otros ingredientes innecesarios, lo mejor es que no tiene sabor amargo.

*[Combinación fuerte de acetaminofén y Bromo]*

Nombre del Producto: Acetaminofén

Nombre genérico del Ingrediente: Bromhidrato de escopolamina

Dosis letal: Estimado alrededor de 50mg (A), 5 - 10mg (D)

Contenido: 0.25mg en 1 tableta

Dosis: 200 comprimidos

En una caja: 6 tabletas / 777 yenes

Las "*Taisho Dongpu Ku*" contienen 300 mg de acetaminofén, que tiene un efecto sedante y antipirético. Una gran cantidad de ingesta puede causar somnolencia, mareos, dolor de cabeza, náuseas, vómitos y letargo. A la larga, puede poner en riesgo el hígado y causar la muerte, por lo que se recomienda no utilizar somníferos. Un paquete contiene 200 mg de bromovalerilurea, por lo que es fácil conciliar el sueño. Las precauciones del medicamento indican que causa somnolencia por lo que está prohibido conducir un automóvil o manejar maquinaria después de tomarlo.

Son pastillas pequeñas con partículas blancas y sabor amargo, pero dejan una sensación refrescante en la boca. Otros analgésicos también contienen 300 mg de acetaminofén, la ventaja que tienen es la de poder comprar muchos a la vez. Hoy en día hay muchas variedades en el mercado, por lo que puedes comprar medicamentos en cantidades letales en todas partes.

Por ejemplo, una mujer de cuarenta y nueve años tomó 30 comprimidos que incluyen acetaminofén 80 mg, bromovalerilurea 100 mg, bromelina 200 mg, cafeína anhidra 25 mg; esto le causó insuficiencia hepática y renal. Después de 16 días de excitación y letargo, murió a causa de un paro respiratorio. La

mujer que murió después de tomar solo 30 comprimidos (2,4 g de acetaminofén) tuvo suerte.

El acetaminofén tiene el efecto secundario más poderoso entre los ingredientes. actualmente los que se encuentran a la venta usan 30 mg de bromovalerilurea y 40 mg de cafeína en lugar de bromo, y los demás ingredientes permanecen sin cambios.

### *[Antipiréticos para el dolor]*

Nombre del Producto: Acetaminofén / Aspirinas /  
Paracetamol

Nombre genérico del Ingrediente: Paracetamol

Dosis letal: Estimado alrededor de 0.2 – 1g / kg (A)

Contenido: 300mg en 1 tableta

Dosis: 40 – 200 comprimidos

En una caja: 6 tabletas / 25 yenes

Algunas personas piensan que es malo tomar café con frecuencia y no preocuparse por la cafeína que contiene. La cafeína estimula el centro del movimiento vascular y el centro respiratorio en el cerebro, fortalece la contractilidad muscular del corazón y es una droga muy estimulante. Beber grandes cantidades puede causar excitación, aumento de la presión arterial, fibrilación ventricular (un fenómeno en el que los ventrículos de la parte inferior del corazón se encogen) y el corazón y los pulmones se detienen hasta la muerte.

La aspirina estimula el sistema nervioso central y el sistema metabólico, así como también el centro respiratorio, lo que provoca una respiración rápida, un metabolismo anormal, fiebre alta, muerte por insuficiencia respiratoria o shock y daño a los riñones. Ambos tienen efectos excitantes, sin embargo, se presentan en este libro porque son fáciles de conseguir y pueden causar la muerte en pequeñas cantidades.

Para quienes quieren morir en paz, es una droga desfavorable. Como ejemplo, una estudiante de 21 años que tomó 500 mg de aspirina 100 tabletas (50 gramos) experimentó varios síntomas como fatiga, náuseas, excitación, falta de aire, letargo, etc. Más tarde, unas diecinueve horas después, murió porque dejó de respirar. A juzgar por los ejemplos anteriores, el tiempo transcurrido desde la toma de aspirina hasta la muerte es bastante corto.

#### *[Estudio de caso 1]*

*Un joven vendedor que publicó un artículo de periódico anunciando su suicidio.*

El 2 de agosto de 1956, cuando se proyectaban dos películas en una sala de cine de Mejiro alrededor de las 10 de la noche, el acomodador encontró a un joven todavía dormido, por lo que planeó despertarlo, pero encontró que el hombre estaba muerto. Bebió alcohol y tragó lentamente 200 tabletas de Brovarin y 30 tabletas de Adorm. Inmediatamente después de ser

llevado al hospital, estuvo en coma durante todo un día y una noche, muriendo por fin en la madrugada de 4 de agosto.

Nació en Tokio, tenía 23 años. Abandonó la Universidad y trabajó en una empresa farmacéutica durante cuatro años y medio, principalmente en el área de empaque y entrega. Su hermano también era farmacéutico y se estimó que de allí obtuvo la dosis letal del fármaco y la forma de administración.

El 28 de julio del mes anterior, el mismo día en que renunció a la empresa farmacéutica por "*motivos personales*", inició a trabajar como vendedor en grandes almacenes. Sin embargo, estaba extremadamente insatisfecho con las normas de la compañía pues las comisiones quedarían en manos de ellos si él no lograba sus objetivos de ventas. Incluso envió una carta a la columna de sumisión de Asahi Shimbun el 1 de agosto el día antes del suicidio.

*"Cuando deje este mundo, correré la voz sobre las prácticas ilegales de esta empresa".*

En otras palabras, anunció su muerte mediante la presentación del artículo en el periódico. Escribió en su nota de suicidio a la tienda departamental:

*"Antes de tomar la decisión de hacer algo que ya había tomado en cuenta, me encontré con la experiencia de una tienda departamental por accidente. La culpa no es de los débiles ni de los fuertes en esta sociedad. La responsabilidad se coloca en las bases de la organización."*

Esto demuestra que no se suicidó acusando a la empresa de injusticia. Es muy alegre y filosófico, aún se

desconoce el motivo suicida de este joven que estaba se encerraba en su habitación y escribía novelas policiales.

*[Prueba de la causa de muerte]*

Lo que debe probarse aquí no es el comportamiento extraño que tomó antes de su muerte, sino que se tragara 200 tabletas de Brovarin, 30 tabletas eran Adorm (pastillas para dormir de la serie barbitúrica) y otras grandes cantidades de pastillas para dormir. No vomitó y completó su suicidio.

En circunstancias normales, al tragar una cantidad tan grande de comprimidos los habría vomitado. Ésta es también una de las deficiencias del suicidio por envenenamiento. Probablemente se lo tragó poco a poco durante las más de dos horas que duró la película, y demostró que tragando de a pocos, es fácil evitar escupirlas.

Cuando iniciaron las ventas del Brovarin, el paquete era de solo 100 miligramos y él tragó 20 gramos, que es suficiente para alcanzar una dosis letal de 10 a 30 gramos. Se dice que, si bebes alcohol junto con estas pastillas para dormir, el efecto será 10 veces mayor, probablemente lo escuchó de su hermano.

*[Estudio de caso 2]*

*Estudiante que tomó 50 tabletas de Brovarin y dejó un "registro de defunción".*

En mayo de 1972, un estudiante de veinte años se resbaló de una silla en la habitación y murió. En la mesa de su habitación dejó una nota de suicidio, un cuaderno nuevo titulado "Los últimos momentos", que comenzaba diciendo:

*"No estoy escapando de la sociedad por misantropía.  
La razón por la cual quiero desaparecer ahora es  
para sentir que el presente es el momento correcto  
para suicidarse".*

Lo que es aún más extraño es que anotó los detalles del proceso desde que ingirió la droga hasta que perdió el conocimiento en su cuaderno de la universidad.

*"Son las 7:07 p.m. del 19 de mayo de 1972. Me tragué  
cincuenta tabletas de Brovarin hace dos o tres  
minutos.*

*No sabía que me quedaría dormido en unos minutos  
o unas horas, así que me despido de esta sociedad,  
pero observaré mi propia muerte hasta el último  
momento...*

*Son las 10:15 y no quiero dormir nada. Encendí la  
radio, escuché un rato, luego la apagué. Quiero  
quedarme tranquilo, pero sigo emocionado, la  
música que generalmente amo está aburrida hoy.*

*Quiero repasar mi vida cuidadosamente...*

*(Hay cinco registros en papel sobre sus padres y  
amigos)*

*11:30 a.m. He estado bostezando desde hace poco y  
parece que llegó el momento. Pero tengo que vigilar*



*la muerte hasta el último momento, así que sigo  
amonestando a perseverar.*

*No sé dónde estará mi cuerpo. Me descubrieron en el  
tiempo, pero quiero ver que mis deseos sigan  
aflorando*

*Las doce en punto. Cinco minutos.”*

La nota terminaba aquí, probablemente en ese momento estaba inconsciente.

*[Prueba de la causa de muerte]*

50 piezas de Brovarin equivalen a 5 gramos de bromovalerilurea, que es mucho más baja que la dosis letal, pero no creo que el joven mintiera, incluso si se tragara una cantidad tan grande también morirá. Al mismo tiempo, sé que tragar 50 tabletas de Brovarin aumentará lentamente la somnolencia y no volverá a despertar después de aproximadamente dos horas de quedarse dormido. No hay ningún dolor hasta que la conciencia se ha perdido y ésta se despeja. Por supuesto, varía mucho dependiendo de su fuerza física y salud, si cae inmediatamente, probablemente se quede dormido en menos tiempo.

Su suicidio fue realmente un experimento. Respecto a su registro, escribió:

*“Si mueres sin dejar nada, es fácil que te  
malinterpreten como un resultado melancólico o  
depresivo que a menudo se da a mi edad.*

*No quiero que me malinterpreten de todos modos, así  
que aquí estoy tranquilo, dejando la evidencia a  
cerca de mi muerte"*

Sin embargo, no tenemos del todo claro su motivo para suicidarse, por lo que solo pensamos que murió para probar qué se sentía el morir.

En cualquier caso, los registros escritos que dejó mientras sostenía una pluma hasta el punto de perder el conocimiento son extremadamente valiosos. Después de los últimos cinco minutos, me temo que debería haber escrito "*Entonces debería quedarme dormido*".

Además, como ejemplo de la toma de Bromovalerilurea, una mujer de 22 años que ingirió 50 tabletas de cinco medicamentos de la serie Brovarin fue descubierta y tratada doce horas después de tomarla. Días después, murió de un corazón debilitado y una nefritis complicada. Además, dos estudiantes de 15 años que ingirieron 100 tabletas de Brovarin, es decir, 10 gramos, fueron encontradas tambaleándose mientras caminaban y fueron llevadas al hospital en ambulancia. Después de cinco horas, recuperaron el conocimiento y fueron dados de alta.

#### *[Medicamentos restringidos]*

Las drogas que pueden ser usadas como anestésicos o utilizadas para el suicidio, el Ministerio de Salud y Bienestar las estipula como drogas potentes, venenos,

drogas indicadas, drogas designadas, etc., y no está permitido que las personas comunes las obtengan.

Lo que quiero presentar aquí es este tipo de "medicamentos restringidos". Pero que no sean fáciles de obtener no significa que no puedas obtenerlo.

Recientemente, algunos psiquiatras prescriben recetas al azar. Cuando abres la puerta de la clínica y le dices al médico que "*no puedes dormir*" o que estás "*inquieto*", existe una alta posibilidad de que se receten de inmediato agentes ansiolíticos. A veces, la medicina interna también se prescribe aquí.

Después de obtener la prescripción de ansiolíticos en el departamento de psiquiatría, dirás que no funciona y solicitarás un cambio de medicamento, porque, es necesario encontrar el más adecuado para los pacientes, por lo tanto, los médicos también probarán recetando algunos medicamentos. Sin embargo, los médicos recetan medicamentos con benzo diazepam en primer lugar, también demuestra que son muy seguros. Incluso si tienes suerte de obtener este tipo de prescripción, la distancia de la dosis letal es demasiado pequeña debido a su pequeño efecto. Para obtener la dosis letal, debe ir al hospital con frecuencia. La prescripción es de no más de 15 miligramos al día, por lo que se debe acumular al menos un mes de medicamento. Cabe decir, que a los médicos les preocupará que los medicamentos recetados se acumulen y sean utilizados para el suicidio. No es adecuado para el suicidio simplemente porque es fácil de obtener.

### *[Ansiolíticos e hipnóticos]*

Nombre del Producto: Diazepam

Nombre genérico del Ingrediente: Diazepam

Dosis letal: Estimado alrededor de 500mg (I) o más (H)

Contenido: 300mg en 1 tableta

Dosis: 100 comprimidos de 5mg

Receta requerida

*[Nota: Este tipo de medicamentos tienen marcas que los presentan como altamente tóxicos, se basan en las restricciones estipuladas por la Ley de Asuntos Farmacéuticos. Catalogados como drogas violentas, veneno, tóxicos y deben manejarse estrictamente. No se pueden vender sin receta médica y su uso está prohibido por personas que no sean farmacéuticos.]*

Son adecuados para enfermedades como la depresión y el insomnio. Y son más difíciles de conseguir que los medicamentos contra la ansiedad, pero puedes obtener una receta si le demuestras al médico que es difícil conciliar el sueño y que los medicamentos contra la ansiedad no funcionan. Incluso puedes indicar que quieres suicidarte. Si realmente caes en un estado melancólico, a veces estarás alegre y a veces animado, una vez que se interrumpa la medicación, volverás al estado original.

Estos son los antidepresivos enumerados, todos son de naturaleza similar y pueden producirse dolor de cabeza, mareos y somnolencia después de tomar una gran cantidad. A veces también puede causar confusión y alucinaciones y, por lo general, te duerme

rápidamente. Pero el espasmo de manos y pies es un efecto tóxico común. Aunque se cree que no causará daño a los órganos internos, también hay ejemplos de daño al hígado. Si se usan de manera simultánea los inhibidores del sistema nervioso central y alcohol, se potenciará el efecto.

[*Wintermin*]

El efecto es muy grande. La mayoría de las personas solo necesitan tomar una tableta y pronto sentirán una intensa somnolencia. Un estudiante universitario de 21 años se quedó dormido después de tomar un pedazo de "WINTERMIN" mientras asistía a una clase, cuando se despertó, la siguiente clase había comenzado. En otras palabras, no se percató del movimiento de las personas a su alrededor y durmió más de cinco horas.

Este medicamento se usa para pacientes con síntomas graves, no neurosis sino esquizofrenia, por lo que es más difícil de obtener, pero la tasa de mortalidad es alta. Este medicamento también inhibe el sistema nervioso central y la causa de la muerte es un paro respiratorio. Es importante ingerir una dosis letal del fármaco antes de la aparición de la somnolencia. Sin embargo, también hay ejemplos de personas que fueron rescatadas tras ingerir 9,5 gramos.

Los síntomas de intoxicación son: fiebre alta persistente, alteración de la conciencia, dificultad para respirar, colapso circulatorio, deshidratación y muerte por insuficiencia renal aguda.

### *[Barbital]*

Este medicamento te mataría solo con inhalarlo. El rango entre la cantidad de acción y la dosis letal es muy pequeño, y se dice que, si tomas un poco, te quedarás dormido y morirás.

La Asociación Europea y Estadounidense de Eutanasia también recomienda encarecidamente el medicamento. Sin embargo, es imposible conseguirlo al 100%. Debido a que ha existido durante mucho tiempo, casi no se usa en Japón en la actualidad. Incluso si se obtiene una receta, solo se usa para personas con síntomas extremadamente graves. Sin embargo, puede estar disponible en el extranjero, así que lo presentaré aquí.

Todas estas son pastillas para dormir que pertenecen a la familia del ácido barbitúrico, que son drogas extremadamente peligrosas que pueden detener el corazón y la respiración y morir cuando se toman en grandes cantidades. Los síntomas de intoxicación incluyen dolor de cabeza, calambres, confusión, etc. Si tomas una gran cantidad, caerás repentinamente en coma. Si puede conseguirlo, no hay mejor antídoto que este. Si planea comprar en el extranjero, el nombre del producto no es universal, por lo que debe recordar el nombre general. Se dice que las regulaciones holandesas son relativamente laxas. Sin embargo, existen los siguientes ejemplos.

Un médico de 51 años calculó que después de ingerir 20 gramos de fenobarbital en polvo estuvo en coma durante cuatro días. Posteriormente, recuperó la conciencia mediante diálisis artificial y siguió teniendo delirios, fantasías y excitación. Después de un mes, fue

dado de alta del hospital sin ningún obstáculo mental. Para los medicamentos que casi no están disponibles y cuya dosis letal se conoce, la lista al final de este capítulo se proporciona como referencia.

Nombre del Producto	Nombre genérico del ingrediente	Dosis Letal	Dosis
Tofranil	Clorhidrato de Imipramina	10 – 210mg / kg (A) Mínimo de 3g	Personas con peso de 60kg, de 24 a 504 comprimidos de 25mg
Surmontil	Maleato de trimipramina	10 – 210mg / kg (A) Mínimo 5g	Personas con peso de 60kg, de 24 a 504 comprimidos de 25mg
Anafranil	Clorhidrato de clomipramina	10 – 210mg / kg (A) Mínimo 4g	Personas con peso de 60kg, de 24 a 504 comprimidos de 25mg
Tryptizol	Clorhidrato de amitriptilina	10 – 210mg / kg (A) Mínimo 4g	Personas con peso de 60kg, de 24 a 504 comprimidos de 25mg
Norfenazin	Clorhidrato de nortriptilina	10 – 210mg / kg (A) Mínimo 4g	Personas con peso de 60kg, de 24 a 504 comprimidos de 25mg
Ludiomil	Clorhidrato de maprotilina	10 – 210mg / kg (A) Mínimo 5g	200 comprimidos de 25mg
Dormodor	Flurazepam	3g (H)	200 comprimidos de 15mg
Wintermin	Clorpromazina	15 – 150mg / kg (A)	Personas con peso de 60kg, de 36 a 360

			comprimidos de 25mg
Barbital	Barbital	2g (G)	Solo polvo
Amytal	Amobarbital	1,5g (A), 1,5g (G) Mínimo 6g	15 – 80 comprimidos de 100mg
Fenobarbital	Fenobarbital	1,5g (A), 1,5g (G) Mínimo 6g	50 – 200 comprimidos de 30mg
Repocal	Pentobarbital	1g (A) Mínimo 6 – 8g / Sugerencia 10g	20 – 200 comprimidos de 50mg

### [Anestésicos]

Los anestésicos son las drogas más cercanas a la muerte. Comparado con otros medicamentos, su dosis letal es muy pequeña. Sin embargo, la recomendación de anestésicos como fármacos suicidas es algo vacilante. Es difícil conseguirlos. Incluso si alguien dice que "*hay clubes a los que suelen ir los extranjeros*", es peor, porque no se sabe qué club es, quién lo vende, qué tipo de anestésico es y si se consigue, seguramente contiene muchas impurezas. Al mismo tiempo, debido a que, si el cuerpo está acostumbrado, el efecto tóxico y la dosis letal son bastante diferentes.

La tasa de mortalidad varía de persona a persona, pero es aún más obvia con los anestésicos. La dosis letal general no es aplicable a pacientes con intoxicaciones crónicas (algunos registros dicen que es diez veces mayor) Este método de letalidad no tiene otra forma de funcionar, solo ingerir una gran



cantidad. Esto significa que los anestésicos no son adecuados para suicidios planificados. Debido a esto, lo presentado es solo para quienes pueden obtenerlo o ya lo tienen, y conocen los ingredientes.

*[Estimulantes: Anfetamina y metanfetamina]*

Componente: Metanfetamina

Dosis letal: 120mg (A)

Componente: Anfetamina

Dosis letal: Estimado alrededor de 120mg (Intravenosa) (L)

Una vez alguien preguntó: "¿Quieres dejar los estimulantes o acabar con tu vida?" La respuesta correcta debería ser "Usa los estimulantes para acabar con tu vida".

Al final de la Segunda Guerra Mundial, una droga se hizo popular, iniciando una fiebre estimulante en el sector. Hoy en día, es ampliamente utilizada por gánsters e incluso jóvenes de clubes, y sigue siendo el rey de los anestésicos japoneses. La anfetamina se usa principalmente en Europa y Estados Unidos, y el inventor de la metanfetamina era japonés; más tarde se distribuyó ampliamente en todo el mundo como anestésico en representación de Japón.

Los estimulantes incentivan el sistema nervioso central, especialmente el cerebro, mejoran la concentración y el deseo de actividad. La primera dosis letal de metanfetamina fue por vía intravenosa, causando

taquicardia mi en pocos segundos, los nervios autónomos se volvieron anormales, sudoración, respiración profunda y pupilas dilatadas; la causa de muerte fue una insuficiencia en los órganos circulatorios. A veces puede provocar hemorragia cerebral.

Si es ingerido, el efecto se reduce, por lo que debe inyectarse por vía intravenosa. Sin embargo, para las personas que están acostumbradas no serán fatales las dosis incluso si toman de 0,5 a 1 gramo al día.

Una mujer de 27 años entró en coma tras tomar 2 gramos de metanfetamina. Tenía las pupilas dilatadas y sus músculos faciales se contrajeron severamente. Fue ingresada en el hospital. Once días después se recuperó y fue dada de alta. Se puede considerar que ella pudo soportar la droga. Por el contrario, también hay ejemplos de muerte con tan solo un miligramo.

Por otro lado, evita usarlo con Wintermin porque reducirá el efecto.

### *[Cocaína]*

Componente: Cocaína

Dosis letal: Estimado alrededor de 1,2g (A) (J). Inyección 0,2 – 0,5g. Oral 1,0 – 1.5 g (M)

Aproximadamente 1,5g (D)

Según una encuesta realizada por la revista American Women's Magazine en 1984, un tercio de las mujeres menores de 25 años han consumido cocaína.

Este es un anestésico estadounidense cuyo interés sigue aumentando. No hay ningún informe de muerte por cocaína, la dosis letal es mucho más alta que la de otros anestésicos y es menos adecuada para el suicidio.

Tiene un efecto estimulante sobre el sistema nervioso central y profundiza la respiración. Se considera que su efecto farmacológico es aproximadamente el mismo que el de los estimulantes. El polvo generalmente se inhala por la nariz, pero el efecto de la inyección intravenosa es mucho mayor. Se dice que el envenenamiento agudo general conducirá a la muerte dentro de las tres horas posteriores al uso. La conciencia del estado agonizante es la misma que la de los anestésicos distintos de los alucinógenos. Incluso si tienes algunos dolores de cabeza, tendrás la conciencia clara y pensarás con calma: *"esto no es bueno"* y *"no puedo morir así"*. Para las personas que generalmente consumen entre 1,5g o 2g al día, esto no causaría la muerte.

La cocaína es el principal componente de las hojas del árbol de coca, si quieres comprarla en el exterior, debes comprarla en Colombia.

*[Serie de supresión: Opio, morfina y heroína]*

Componente: Opio

Dosis letal: Estimado alrededor de 2 – 5g (A), (E) 1 - 2g (D) (M)

Componente: Morfina

Dosis letal: Estimado alrededor de 0,2 – 0,5g (M), 0, 25g (D), 0,2g (G), 70 – 500mg (E)

Componente: Heroína

Dosis letal: Estimado alrededor de 10 – 600mg (A), 0,2g (G), 0,2g (D)

*[Nota: La fórmula estructural de la codeína contenida en la morfina, la heroína y el opio es muy similar.]*

Generalmente, estos tres tipos de anestésicos se consideran completamente diferentes, sin embargo, pertenecen al mismo antepasado.

El opio se convierte en polvo después de secar la emulsión obtenida de la cáscara inmadura de la castaña de amapola y está compuesta por más de veinte bases vegetales como la codeína. Entre ellos, la morfina, que contiene la mayor parte del contenido del 4% al 20% como ingrediente principal, se procesa químicamente para convertirse en una poderosa heroína. Por supuesto, el orden de su potencia es la heroína, la morfina y el opio. La concentración de la heroína se considera diez veces superior a la de la morfina. El efecto de envenenamiento es aproximadamente el mismo.

Si se puede obtener, la heroína sigue siendo la causa de muerte más confiable. Estos estimulantes, a diferencia de la cocaína, pueden inhibir el sistema nervioso central y provocar un trance de placer, se

denominan *series inhibitoras de drogas prohibidas*. Por ejemplo, cuando se inhala o se inyecta en exceso, los mareos, las náuseas, los vómitos, la presión arterial y la temperatura corporal disminuirán gradualmente en decenas de segundos, se inhibirá la respiración y la muerte será causada por un paro respiratorio después de seis a doce horas de caer en un coma. La insuficiencia renal causada por la heroína es fatal. Personas famosas han muerto a causa del consumo de heroína. Tailandia, Myanmar y Laos son las principales zonas productoras y, por supuesto, también son fáciles de comprar.

#### *[Bola de velocidad (Cóctel)]*

El uso mixto con otros anestésicos formará un efecto sinérgico, y la letalidad será mayor, como las pastillas para dormir. El cruce entre heroína mezclada e inhalada o inyectada generalmente se denominan "bolas rápidas", lo cual es particularmente peligroso. Con este tipo de mezcla, la estimulación y la inhibición del sistema nervioso central se cruzarán. El corazón late vigorosamente y se puede llegar a sentir que está a punto de detenerse, este fenómeno ocurre repetidamente en unos pocos segundos. La causa de la muerte es un paro cardíaco, que es una maravillosa mezcla para el suicidio.

Además, se dice que la mezcla de estimulantes y LSD es bastante irritante.

### *[Alucinógenos: LSD]*

Componente: LSD

Dosis letal: Estimado alrededor de 1,4mg (D)

Este es un anestésico que actúa muy rápidamente en una pequeña cantidad de 20 a 250 microgramos (una millonésima parte de un gramo), y su poder de letalidad es incomparable. Entre todos los medicamentos enumerados en este libro, éste tiene la dosis letal más baja.

Entonces, ¿morirás rápido? La respuesta es no. El LSD del mercado solía sumergir en papel cientos de veces la dilución original, lo que requiere una gran cantidad de este tipo de papel. En términos generales, los alucinógenos son anestésicos irritantes y su uso en grandes cantidades puede provocar taquicardia. Al mismo tiempo, la cabeza se encuentra en un estado de pánico que podría llevarte a saltar por la ventana y morir. Aun así, si se usa en una dosis normal, es menos dañino para el cuerpo humano que otros anestésicos.

### *[Aparte de los medicamentos]*

En esta sección encontrarás todos los tipos de "veneno" que está en todas partes a tu alrededor. Por supuesto, muchas personas desean morir de inmediato, incluso si no pueden ser sacrificadas. Para estas personas, este libro también presenta los métodos de "suicidio por accidente automovilístico" y

"suicidio por autoinmolación" que de ninguna manera son eutanasia.

Lo mismo ocurre con las drogas: incluso si mueres durmiendo, puedes morir experimentando dolor por un instante. Si lo que estás planeando es terminar con tu vida, es demasiado problemático conseguir medicamentos que no son fáciles de obtener, ya sea por dinero o recetas médicas. Simplemente ingiere los medicamentos que se enumeran en este libro.

En general, los efectos farmacológicos también se describen aquí, pero un experto en intoxicaciones cree que *"este tipo de cosas no tiene efectos farmacológicos"*. En otras palabras, la mayoría de las personas se sorprenderán inmediatamente después de tragar, y tendrán úlceras en la garganta y el estómago, y el dolor será insoportable.

El método de deglución no se explica, a excepción de la cantidad o dosis. No es lo mismo que una comida normal mezclada con yogur. Pero debe conocerse la dosis letal.

La cantidad de ingredientes nocivos en este tipo de productos es diferente, aunque no se indica la dosis, si quieres conocer el contenido de cada producto puedes llamar a la oficina de ventas. Así que calcula a partir de la dosis letal, no una demasiado pequeña.

Permíteme primero enumerar algunos que parecen ser fatales, pero en realidad son muy tóxicos y no aptos para el suicidio. Entre estos encontramos: desecante, gel de silicona, detergente sintético, champú, acondicionador para el cabello, aceite para el cabello (pomada), tinta, envoltura de plástico, espiral para mosquitos, esterilla para atrapar cucarachas,

desodorante, repelente de insectos de la serie paradiclorobenceno, agente blanqueador doméstico (cloro), cal viva utilizada como desecante. Las series de cumarina, raticidas, etc. también son inutilizables debido a su escasa toxicidad. Además, el lápiz labial, la pasta de dientes, la loción de baño, etc. que tienen la posibilidad de "penetrar en el cuerpo" son todos seguros. Es inofensivo tragar un tubo de pasta de dientes, incluso si tienes ganas de suicidarte. No importa cuánto tragues, simplemente se sentirá incómodo.

*[Tabaco: Cigarrillos cortos Hope, Peace y Hi-Lite]*

Nombre del Producto: Tabaco

Nombre genérico del Ingrediente: Nicotina

Dosis letal: Estimado alrededor de 30 – 60mg (A) (B), 100mg (D), 50 – 60mg (C), 40mg (F)(G), 80 – 160mg (G)

La nicotina contenida en los cigarrillos es más tóxica de lo que generalmente se imagina. Un bebé podría morir por sólo uno o dos cigarrillos.

Los libros profesionales dicen que es "*un veneno que rivaliza con el ácido ciánico*". Los cigarrillos actualmente a la venta, como la marca HOPE contiene 1.6 mg, HI-LITE contiene 1.6 mg y PEACE contiene 2.7 mg de nicotina. Contiene más que los puros, pero no es eficaz debido a la quema de nicotina al fumar.

Por supuesto, puedes comer las hojas de tabaco, pero remojar las hojas de tabaco en agua disolverá la



nicotina, que la absorberá rápidamente y tendrá un mejor efecto. Después de remojar las hojas de tabaco en agua, se disolverá del 50 al 70% de la nicotina en una hora.

Si planeas ingerir 60 mg de nicotina, puedes usar 44 cigarrillos PEACE empapados en agua, después de una hora se debe hervir en una olla a 100° grados, el calor no destruirá la nicotina y se disolverá más rápido. Luego de eso puedes beberlo. La solución del cigarrillo es muy amarga, así que agregarle un poco de azúcar sería adecuado.

Cuando la nicotina comienza a estimular el sistema nervioso central, como el nervio motor, produce un efecto inhibitor. Después de tomarlo, sentirás inmediatamente ardor en la garganta, náuseas acompañadas de dolor de cabeza, y pronto se adormecerá el inconsciente, muriendo al final por una falla respiratoria. Después de tomar la dosis letal, la parálisis ocurre cuando no hay excitación, cayendo en un estado de colapso y la respiración se detiene en un instante.

El mayor problema es que la nicotina tiene un fuerte efecto sobre las náuseas, por lo que es mejor tomarla con medicamentos que las eviten. Por supuesto, si esta solución se inyecta en una vena, el efecto es más fuerte y no hay necesidad de preocuparse por los vómitos.

### *[Insecticidas y repelentes]*

Nombre del Producto: Repelente

Nombre genérico del Ingrediente: Naftalina

Dosis letal: Estimado alrededor de 74mg / kg, 5 – 15g (A)(B), 2g (G)

Nombre del Producto: Repelente de cucarachas

Nombre genérico del Ingrediente: Ácido bórico

Dosis letal: Estimado alrededor de 15 – 20g (A)(B), 0.1 – 0.5g (G)

Nombre del Producto: Mata gusanos

Nombre genérico del Ingrediente: Cresol

Dosis letal: Estimado alrededor de 1 – 10g (A), 1.5g / kg (B), 15 – 20ml (D)

Este tipo de estos fármacos que matan insectos son, por supuesto, dañinos para el cuerpo humano. Existen bolas de naftalina, polvo de alcanfor, etc., que son vendidos en polvo original de 500 gramos.

El "*alcanfor de Fujisawa*" (Industria farmacéutica de Fujisawa) es vendido en presentación de 252 gramos.

Los síntomas de intoxicación incluyen dolor de cabeza, vómitos, confusión, fatiga y la tendencia a caer en letargo según la gravedad del caso. También puede causar daño al hígado y los riñones.

Hoy en día los repelentes de insectos son principalmente hechos de para-diclorobenceno, mientras que el alcanfor está desapareciendo gradualmente. En términos de toxicidad, es más fuerte que el alcanfor.

El asesino de cucarachas, (*Cockroach Killer*) contienen ácido bórico, este inhibe el sistema nervioso central; cuando se ingiere en grandes cantidades,

aparecen síntomas como dolor de cabeza, vómitos, debilidad, letargo y la muerte por circulación incompleta. También puede causar problemas renales y hepáticos. Si te preocupan las secuelas, debes tomar mucho para evitar que sea solo un intento de suicidio. Los agentes blanqueadores (cloro) también contienen ácido bórico.

Los insecticidas en aerosol se vuelven líquidos porque se rocían en el aire, por lo que se pueden beber cómodamente. Estos productos contienen solo del 1 al 10% del ingrediente nocivo *Cresol*, por lo que no es letal si se toma la cantidad equivalente al 40 - 70% del componente *Odiclorobenceno* que tiene una toxicidad alta.

El *cresol* puede causar corrosión de la mucosa y vasoconstricción, y el *odiclorobenceno* puede inhibir el sistema nervioso central e irrita la mucosa. Ambos son dañinos para el hígado y los riñones. Después de tomarlo, causa dolor en los órganos digestivos superiores, percepción alterada, presión arterial más baja, insuficiencia de la circulación y, por último, la muerte.

*[Disolventes orgánicos: Queroseno, gasolina, benceno, thinner]*

Nombre del Producto: Queroseno

Nombre genérico del Ingrediente: Hidrocarburo

Dosis letal: Estimado alrededor de 90 – 120g (A)(B), 500mg / kg (C)

Nombre del Producto: Gasolina

Nombre genérico del Ingrediente: Hidrocarburo

Dosis letal: Estimado alrededor de 20 a 30ml (A), 10 – 50ml (B)

Nombre del Producto: Benceno

Nombre genérico del Ingrediente: Hidrocarburo

Dosis letal: Estimado alrededor de 10ml (A), 108 – 135ml (B)

Nombre del Producto: Tolueno

Nombre genérico del Ingrediente: Hidrocarburo

Dosis letal: Estimado alrededor de 50mg / kg (A)

Podría ser fácil verter queroseno o gasolina en el cuerpo y prenderle fuego, pero, si en cambio lo tomas, puedes morir sin mucho dolor.

Ambos estimulan la membrana mucosa e inhiben el sistema nervioso central, causando náuseas, somnolencia, sensación de ardor en el pecho, confusión y eventualmente conducirán a la muerte por paro respiratorio. Podría darse también, la muerte súbita por fibrilación ventricular. Sin embargo, ha habido casos de recuperación tras beber 250 mililitros de gasolina.

El benceno se puede comprar en cualquier momento en las farmacias. La dosis letal mínima es de diez mililitros, que equivale a una quinta parte de la cantidad de un vaso, pero se deben tomar al menos 100 mililitros. Después de tomarlo, se suprime el sistema nervioso central y todo el cuerpo queda anestesiado. Los síntomas incluyen dolor de cabeza, mareos e

intoxicación y letargo a corto plazo, muerte por insuficiencia respiratoria o fibrilación ventricular súbita. Los síntomas de intoxicación no son graves y son los más adecuados para el suicidio.

Los componentes volátiles del benceno inhalado son más tóxicos que los ingeridos. Pero debido a que la dosis letal de inhalación aún no se ha aclarado, no se introduce en este libro.

El *thinner* o diluyente es originalmente un líquido para diluir pinturas, siendo el tolueno y metanol (*alcohol metílico*) la mezcla común. El contenido de los ingredientes no es fijo, por lo que no es adecuado para un suicidio planificado, pero es muy tóxico.

Después de tomarlo, hay una sensación de ardor en la boca, el esófago y el estómago, inhibe el sistema nervioso central, altera la función hematopoyética y conduce a la muerte.

Es fácil morir succionando el diluyente, cayendo inmediatamente en un estado de anestesia. Si viertes agua en el lavabo y te cubres con una colcha, perderás el conocimiento y morirás por falta de oxígeno. Este es el único método de suicidio en paz que no sea la medicina. Se debe usar un diluyente muy puro. Por supuesto, antes de usar otros métodos para suicidarse, tomar algunas caladas para acelerar el proceso también es un buen comienzo.

### *[Productos para el hogar]*

Nombre del Producto: Removedor de óxido

Nombre genérico del Ingrediente: Ácido fosfórico

Dosis letal: Estimado alrededor de 8ml (A)

Nombre del Producto: Tintura de yodo

Nombre genérico del Ingrediente: Yodo

Dosis letal: Estimado alrededor de 2 – 4g (A), 30 – 50ml (A),  
30 – 250ml (B), 2 – 3g (K)

Nombre del Producto: Jabón de cresol

Nombre genérico del Ingrediente: Cresol

Dosis letal: Estimado alrededor de 1 – 10g (A), 15g / kg (B)

Productos como el removedor de óxido "Rust Clean" y "Best Clean" (Mejor limpieza) contienen aproximadamente una concentración del 40% y un 89% de ácido fosfórico.

La dosis letal del removedor de óxido es de 22,5 ml. Si se toma una cantidad tan grande, probablemente será una muerte por daños agudos en los tejidos de la boca, el esófago, el estómago debido a la toxicidad del propio ácido fosfórico.

Los desinfectantes son altamente tóxicos y se pueden comprar en las farmacias o supermercados, son excelentes drogas suicidas. Además de los medicamentos, me temo que no hay más que eso. Un farmacéutico dijo que:

*"Esta es la forma más fácil de cometer un suicidio,  
porque se puede beber en grandes bocados".*

El yodo puede corroer los órganos digestivos, provocando dolores de cabeza, confusión y

conmoción, provocando letargo y la muerte. El cresol, tiene una dosis letal de 180 miligramos para un adulto que pesa 60 kilogramos, puede estimular el sistema nervioso central después de tomarlo y luego causarle un estado de anestesia, lo que lleva a alteraciones sensoriales y convulsiones, que van desde la inconsciencia, parálisis respiratoria hasta un paro cardíaco y es dañino para riñones e hígado. La pérdida del conocimiento puede ocurrir tan rápido como en cinco minutos y tan tarde como en treinta minutos.

Un estudiante de secundaria de 14 años bebió alrededor de 80 mg de cresol y cayó en coma, sin embargo, recuperó el conocimiento, pero su hígado y riñones estaban dañados. Dieciséis días después, murió de un paro cardíaco provocado por un *neumotórax*, una condición en la que el aire queda atrapado entre las membranas pulmonares.

### [Cosméticos]

Nombre del Producto: Esmalte y quitaesmalte

Nombre genérico del Ingrediente: Acetona

Dosis letal: Estimado alrededor de 100ml (A), 50 – 75ml (A)(B), 50g (A)(B)

Nombre del Producto: Tinte para el cabello

Nombre genérico del Ingrediente: Parafenilendiamina

Dosis letal: Estimado alrededor de 10g (B)

Nombre del Producto: Líquido permanente

Nombre genérico del Ingrediente: Bromato de potasio

Dosis letal: Estimado alrededor de 20g, mínimo 4g (B)

El quitaesmalte es el producto más peligroso de la cosmética. Contiene 20-25% de acetona y 30-50% de acetato de amilo, que son anestésicos, si se toma una gran cantidad puede irritar las mucosas y causar dolores de cabeza, excitación, fatiga y coma. Su contenido varía de un producto a otro. Utilice esta tabla como referencia para confirmar la dosis letal. Si se intenta el suicidio y sale mal, puede dañar el hígado y los riñones severamente.

La laca de uñas también contiene un 30% de acetona y un 30% de acetato de amilo. Beber de 500 a 750 mg puede llegar a ser la cantidad letal, causando náuseas intensas, dolor de cabeza, excitación y coma a su paso. La mayor desventaja es que debe consumirse en grandes cantidades debido a su baja toxicidad.

La *parafenilendiamina* es el ingrediente que se utilizan para los tintes de cabello de color negro, siendo este, extremadamente tóxico. *Biogen Color Hair*, *Bleach King*, *Veratron*, entre otros, son cosméticos que contienen aproximadamente un 2% de parafenilendiamina. El contenido en polvo es aún mayor, algunas marcas en sus presentaciones contienen 6 gramos por caja, y solo 14 gramos son suficientes. Eso sí, a la hora de beber, es mejor disolverlo en agua para aumentar su tasa de absorción. Tomar grandes cantidades puede causar trastornos hepáticos agudos, desde insuficiencia circulatoria hasta dificultades respiratorias y la muerte.



El segundo neutralizador es el líquido permanente, contiene 2-6% de bromato de potasio que estimula el sistema nervioso central y los tejidos del estómago, provocando náuseas, vómitos y ardor en el estómago, lo que lleva al coma. A veces, puede causar problemas de audición y se considera muy tóxico. Sin embargo, debido a que el contenido es relativamente pequeño, para ser infalible, debes beber un kilogramo de líquido para permanente. Por tanto, no lo voy a recomendar.

[Otros]

- Herbicidas, acónito, sal de mesa -

Aunque los herbicidas que contienen *paraquat* no pueden ser comprados fácilmente por la gente común, todavía se usan ampliamente en las áreas rurales, por lo que aún hay fuentes para poder obtenerlos. Esta es una droga altamente tóxica y el método de desintoxicación aún no está claro. El *paraquat* tiene una estructura y propiedad que produce enzimas en el cuerpo y degradan los lípidos de las membranas celulares.

Después de beberlo, los vómitos serán intensos, la boca, el esófago y la descomposición de los órganos digestivos pondrán en peligro el hígado, los riñones, los órganos circulatorios, los pulmones y finalmente la muerte. La característica es que, aunque los órganos internos están dañados, la percepción es clara, por lo que el dolor es mayor (Caso 3).

Una mujer de 40 años intentó suicidarse después de beber unos 10 ml de *paraquat*.

Se estima que un hombre de 28 años que bebió alrededor de 100 ml del herbicida *Gramoxone*, le provocó trastornos pulmonares y murió 14 días después.

De manera similar, una mujer de 50 años que bebió 250 mg de *Gramoxone*, murió 30 horas después de una falla en la circulación sanguínea.

Un hombre de 67 años que bebió alrededor de 100 mg de *Linurex*, murió de un paro respiratorio después de seis horas.

En resumen, si quieres morir de manera rápida, debes beber mucho.

Hace unos años, la aconitina (*Aconitum*), ha atraído la atención de la gente por su incidencia mortal; es conocida por su alta toxicidad entre plantas venenosas. El contenido de estas raíces es particularmente alto y estimula el sistema nervioso central, los nervios periféricos, el corazón, etc., especialmente la destrucción de la médula del cuerpo paraliza los músculos respiratorios y debido a ello la función respiratoria puede detenerse en dos horas.

Lo que venden los floristas comunes es el acónito, que es una planta menos tóxica, esta crece principalmente en los bosques de Honshu, Japón y es bebible. De hecho, algunas personas pensaron erróneamente que el envenenamiento fue causado por comer vegetales silvestres.

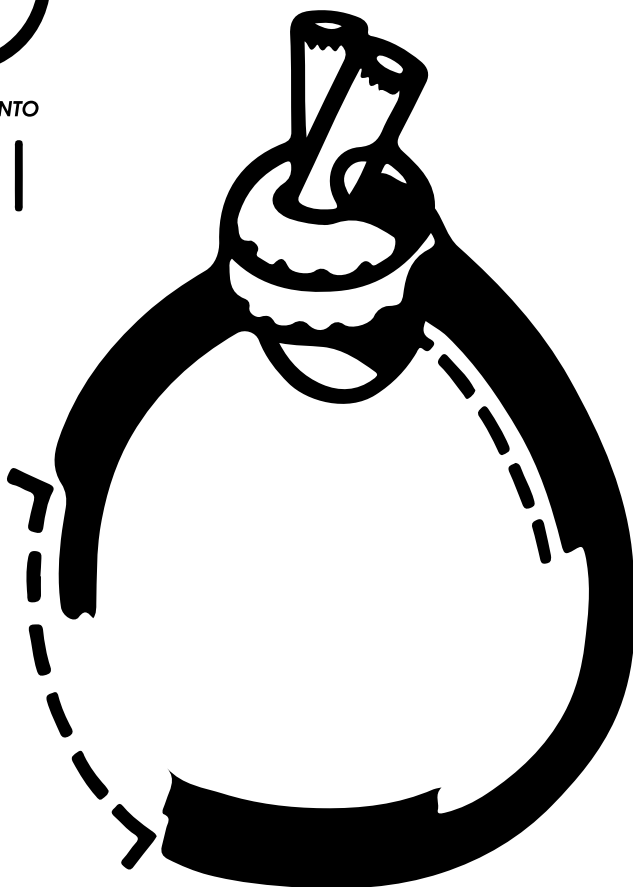
Por otro lado, me temo que no hay gente que coma sal para suicidarse. Sin embargo, la sal también es fatal, es muy interesante, así que la presentaré aquí. Si tienes la intención de suicidarse con sal, debe beber 300 gramos (un cuenco de té). Hubo personas que murieron después de beber un litro de salsa de soja porque la salsa de soja contenía aproximadamente un 14% de sal. Los síntomas de la intoxicación por sal incluyen mareos, confusión, dificultad para respirar, fiebre, debilidad, etc. Cuando se consume en grandes cantidades, el sistema circulatorio, el hígado y los riñones se verán afectados por lesiones fatales.

Al leer este libro, es posible que te preguntes por qué no habrás oído hablar de este método si es tan eficaz.

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



AHORCAMIENTO



<i>Dolor</i>	
<i>Esfuerzo</i>	 
<i>Desagradable</i>	  
<i>Fastidioso</i>	 
<i>Impacto</i>	
<i>Letalidad</i>	    

*[La muerte por ahorcamiento es verdadera, simple y sin dolor, y es amada de manera abrumadora por hombres, mujeres y niños, y puede ser llamada el "rey del suicidio".]*

Parece que estoy hablando de conclusiones infundadas, pero realmente no hay una forma más segura, confiable y fácil de suicidarse que "ahorcándose". No es necesario considerar ningún otro método en absoluto.

Puede que no lo creas, pero después de una cuidadosa investigación, todavía no he encontrado una mejor manera para cometer un suicidio que colgarse.

También describiré en detalle por qué el ahorcamiento es superior a otros métodos, e incluso se puede decir que es un arte de la imaginación humana. Debido a esto, la mitad de los suicidas de Japón eligen este método cada año, y se usa ampliamente tanto en la antigüedad como en la actualidad, tanto en el país como en el extranjero.

La mayor ventaja del ahorcamiento es que la "tasa de intentos" es extremadamente baja. Siempre que la cuerda no se rompa y la persona no sea encontrada dentro de los diez minutos posteriores al colgado, se puede decir que la tasa de éxito es del 100%.

Hubo una persona que se cortó después de tomar el veneno, pero no murió; saltó de un acantilado y no murió. Eventualmente se colgó en un árbol del acantilado.

"Si quieres suicidarte, ahórcate".

Las personas que planean suicidarse deben tener esto en cuenta.

### *[Preparación]*

Todo lo que necesitas para prepararte es una cuerda, alambres, cinturones, cualquier cosa, siempre que se puedan enrollar alrededor del cuello. Sin embargo, intenta elegir uno suave que se ajuste a tu cuello. Por ejemplo, las cintas de plástico utilizadas para el embalaje en los grandes almacenes son suficientes incluso para personas que pesen más de 100 kilogramos. Si usas algo con poder de corte, como alambre de acero, la cabeza y el cuello pueden cortarse.

Alguien ató un extremo de la cuerda de acero utilizada para remolcar el vehículo a la barandilla del puente, ató el otro extremo alrededor de su cuello y luego saltó al río. La cabeza fue cortada y fluyó hacia el río, que se convirtió en un *extraño y perturbador incidente de muerte* durante un tiempo.

De la misma manera, hubo un empleado valiente de una empresa usó un cable de acero para atar el vehículo a un árbol, se puso el otro extremo alrededor del cuello y encendió el auto, se cortó la cabeza para suicidarse.

Coloca la cuerda en cualquier lugar que no sea una ramita que se rompa fácilmente.

También hay un ejemplo de un adolescente de primer año que clavó un clavo de cinco pulgadas en la estantería para ahorcarse.

Es común no encontrar un lugar donde se pueda colocar adecuadamente la cuerda, especialmente en hospitales y centros de detención. Sin embargo, no es necesario que coloques la cuerda en un lugar más alto que tu propia longitud para colgarte. Incluso si tus pies o nalgas tocan el suelo, puedes morir, en pocas palabras, es posible ahorcarse en una cama de hospital.

Antes de explicar esta teoría, permíteme hablar sobre la diferencia entre la causa de la muerte por estrangulamiento y la causa de la muerte por ahorcamiento.

La primera es causada principalmente por asfixia debido al bloqueo de la tráquea y la segunda es causada por la obstrucción de la sangre al cerebro, la mayoría de las personas murieron por el estado de hipoxia interna.

Hay dos tipos de arterias que suministran sangre al cerebro: las arterias carótidas y arterias vertebrales que están protegidas por huesos al lado de la columna. En la forma de estrangular el cuello, incluso si la arteria carótida está bloqueada, la arteria vertebral protegida por el hueso no puede bloquearse. Sin embargo, en la forma de ahorcamiento, el cuello se levanta oblicuamente hacia arriba para formar un ángulo, por lo que el interior y el exterior se bloquearon al mismo tiempo y el



suministro de sangre al cerebro se detendrá instantáneamente.

La diferencia entre los dos se puede ver en el cadáver. Si bien el cadáver estrangulado seguirá suministrando sangre de la arteria vertebral al cerebro, por el contrario, la arteria carótida, que transporta la sangre del cerebro, estará bloqueada, por lo que se volverá púrpura y tendrá estasis sanguínea; en la forma de ahorcamiento, no habrá estasis de sangre.

Ahora que hemos aclarado algunas cuestiones básicas, volveremos al tema de la altura del ahorcamiento. Si al colgarse, la presión arterial de una persona es de 170mmHg, la arteria carótida se puede bloquear con una fuerza de 3.5 kilogramos y la arteria vertebral se puede bloquear con una fuerza de 16.6 kilogramos. Si los pies están en el suelo y las rodillas están dobladas, del 70 al 90% del peso corporal (las rodillas en el suelo también tienen un peso del 20% del peso corporal), presionando el cuello.

Por ejemplo, cuando una persona que pesa 60 kg se cuelga de las rodillas, la fuerza sobre el cuello es de 12 kg y la arteria carótida se bloquea de forma natural. En este momento, la arteria vertebral aún no ha alcanzado el punto de bloqueo completo, por lo que hay una pequeña cantidad de sangre fluyendo hacia el cerebro, pero esto es solo una cuestión de tiempo, y es mejor que simplemente estrangular el cuello.

La pérdida del conocimiento puede ser un poco más tarde, pero no terminará en un intento. En otras palabras, incluso si la fuerza que presiona el cuello es solo el 20% del peso corporal, siempre que el cuello

esté en ángulo y el cuerpo no esté completamente levantado, puede morir fácilmente.

Diversos suicidios por ahorcamiento: extraído de la Facultad de Medicina Forense de la Norma del Sistema de Medicina Legal y de Asuntos Médicos.

De hecho, hay ejemplos posiciones sobre las caderas y la espalda, y algunas personas dicen que mientras la altura sea de 30 cm, puede morir. En Europa y América, algunas personas incluso dicen que hay más casos en los que los pies están en el suelo.

Si planeas morir en tu propia habitación, no es necesario que sientas que la altura no es suficiente y te rindas. La manija de la puerta también es suficiente, y el aprovechamiento de la pendiente de las escaleras es otra forma.

Otra cosa para tomar en cuenta es que mientras no es necesario buscar un lugar que no sea fácil de descubrir, como los suicidios con gas o medicamentos que requiere horas o días para pasar desapercibido. No podrán salvar tu vida si no te encuentran en diez minutos.

Si no quieres que tus familiares y amigos vean tu cuerpo, lo mejor es salir de casa e ir al trabajo o la escuela los días de semana y luego ir un poco más lejos al salir. Para cuando se verifica tu identidad y tus padres lo descubran, ya estarás en el hospital o en la estación de policía.

[Después]

*-Una pérdida momentánea de la conciencia, sin dolor.*

*¿Cómo será tu percepción de la realidad cuando te enrolles una cuerda alrededor del cuello, levantes el taburete y cuelgues en el aire?*

Según la investigación de científicos forenses, tu percepción se vuelve borrosa cuando te cuelgas y no puedes mover las manos o pies. No hay dolor en absoluto en el proceso.

En Tokio, un actor se ahorcó frente a la audiencia y cuando dijo: "Agáchense así...", perdió el conocimiento y murió frente a la audiencia.

Un científico forense quería experimentar el dolor de ahorcarse, colocó el taburete en una posición en la que pudiera ponerse de pie en cualquier momento e invitó a sus colegas a estar presentes. Cuando sus pies dejaron el taburete, de repente perdió el conocimiento. Afortunadamente, fue rescatado por sus compañeros.

En un intento de suicidio una persona rescatada colgándose de un cable y dijo:

*"Con la cabeza zumbando, no sé nada, ni siquiera tengo sentimientos de tristeza o dolor porque no puedo respirar, no es solo doloroso, en realidad, es bastante cómodo."*

Por ejemplo, en judo, un adolescente fue estrangulado y cayó inconscientemente emocionado; un adolescente que jugaba a estrangularse con una toalla en el baño se ahorcó hasta morir de esta

manera. Al mismo tiempo, si la persona cuelga con demasiada fuerza de repente, la articulación del cuello se dislocará, lo que hará que se detengan inmediatamente los latidos del corazón y la respiración.

Cuando se trata de ahorcarse, mucha gente piensa que la garganta se cierra, se asfixia con dolor y muere. De hecho, antes de que se quede sin aliento, ha causado que el cerebro carezca de oxígeno y pierda el conocimiento, por lo que no hay dolor. Si dudas de esta afirmación, también puedes ahorcarte con una cuerda alrededor del cuello para ver si realmente pierdes el conocimiento en un instante. Tal vez simplemente te pongas la cuerda y ganes un poco de peso, y al final ¡detendrás el experimento inmediatamente porque te sientes más nervioso y asustado de lo que crees!

### *[Paro cardíaco en 10 minutos]*

Hay académicos que dividen el proceso en varias etapas y realizaron investigaciones detalladas.

La primera etapa comienza con acúfenos, fiebre, destellos frente a los ojos, apareciendo tan pronto como te cuelgues, y al mismo tiempo, la percepción empieza a difuminarse.

Al entrar en la segunda etapa después de la inconsciencia, el cuerpo pasa por un estado de convulsiones. Se dice que los músculos de las manos y los pies comienzan a tener calambres, luego todo el cuerpo se endereza y por último, se contrae. Este tipo

de espasmos, se consideran pequeños temblores en todo el cuerpo. Esta etapa dura entre un minuto y un minuto y medio. Lo desconcertante es que los hombres tendrán erecciones en este momento y eyacularán.

En la tercera etapa, el cuerpo se encuentra en un estado de animación suspendida, con orina y semen desbordados, globos oculares protuberantes y la respiración detenida. Este período es de aproximadamente un minuto, por lo que solo se necesitan de tres a tres minutos y medio para llegar a este punto. El corazón todavía late en esta etapa y puede salvar una vida si se le encuentra. Después de eso, el corazón latirá durante unos diez minutos y una vez que deje de latir, no hay esperanza de que lo rescaten.

Había un acróbata estadounidense que realizaba una "comedia" de ahorcarse frente al público, lo habitual era pasar una señal a su asistente en cuanto su percepción comenzara a desdibujarse. Un día de repente perdió el conocimiento y no pude entregar la señal a tiempo, así que se quedó allí durante 13 minutos, cuando lo enviaron al hospital, ya se había recuperado. Esto significa que, en solo diez minutos, si nadie se entera, tu suicidio será exitoso y no habrá dolor.

¡Probablemente no exista un método de suicidio más adecuado que este!

### *[Condición corporal]*

#### *¿Es desagradable el cuerpo ahorcado?*

La desventaja que la gente suele mencionar sobre el ahorcamiento es que la imagen del cadáver es en su totalidad, desagradable, dados también, los casos de incontinencia y eyaculación.

Algunas personas dicen que debido a que la garganta está estrangulada hacia arriba, la lengua se saldrá, la cara se volverá púrpura debido a la congestión y los globos oculares sobresaldrán. Sin embargo, no hay muchos ejemplos terribles hasta este momento. Pasan unos días después de la muerte para que los globos oculares sobresalgan y la lengua no sobresale incluso cuando toca los dientes. En otras palabras, la situación con el cadáver no es más que esto.

A juzgar por las fotos de los cadáveres colgados, la mayoría de ellos simplemente están colgados allí, no es diferente de cuando estaban vivos. Como se mencionó anteriormente, debido a que el suministro de sangre a la cabeza se corta con rapidez, generalmente no hay congestión en la cara. Aunque no se ve muy bien, se puede decir que es un cadáver decente en comparación con un cadáver que saltó de un edificio o se estrelló en un automóvil. Si quieres prevenir la incontinencia, puedes ir al baño de antemano, si no quieres eyacular, primero haz la masturbación.

Un hombre de 87 años se suicidó en un jardín de naranjos con una gasa en la boca y una máscara, para seguir al emperador Showa en el día de su muerte. ¿Quizás no quería morir demasiado feo!?

[Nota]

### *El estrangulamiento sí es doloroso*

Como se mencionó anteriormente, la ventaja de ahorcarse es que la postura de tirar del cuello oblicuamente desde arriba hace que la arteria vertebral esté bloqueada. Cuando una mano estrangula el cuello, por supuesto, la arteria no se puede bloquear, por lo que el suministro de sangre al cerebro no se puede perder de una vez. Si te ahorcas, perderás el conocimiento en la primera etapa mencionada anteriormente, si te estrangulas, experimentarás la primera, segunda y tercera etapas mientras estás consciente, y luego finalmente perderás el conocimiento. El resultado es muerte por asfixia debido al bloqueo de la tráquea. Junto con los calambres, los acompañantes son bastante dolorosos. Sin embargo, son muchos los suicidios por estrangulamiento. No pude evitar expresarles mi condolencia. ¿Por qué no se tomaron el tiempo de crear una altura de 30 centímetros para colgarse!?

Un profesor asociado universitario de 42 años se apretó la corbata poco a poco y finalmente se desangró.

Una mujer de 43 años, que participó en la competencia de natación olímpica de Tokio y vivió una vida de ama de casa mediocre, aprovechó al máximo su extraordinaria capacidad pulmonar y se asfixió hasta morir colocándose varias capas de esparadrapo en la boca, la nariz y el cuello.

Una ama de casa de 49 años, que fue encerrada por matar a su hijo, murió asfixiada al meterse papel higiénico en el estómago y la nariz en el centro de detención.

También hubo un obrero de construcción de 46 años que se tragó unos cien gramos (un rollo) de papel higiénico en la unidad de cuidados intensivos de la comisaría y luego murió por una obstrucción bronquial.

Por supuesto, este método de asfixia también se puede utilizar para morir, pero va acompañado de un dolor considerable y no estoy dispuesto a recomendarlo. Respecto al ahorcamiento, cabe mencionar que, debido a la formación de hipoxia en el cerebro y la destrucción de células, quedarán graves secuelas ante los intentos de suicidio. Las características de las células cerebrales son diferentes a las de otras células y no se regenerarán si se destruyen. Por lo tanto, es necesario hacer arreglos cuidadosos para no ser descubierto.

### [Estudio de caso 3]

La tragedia del intento de ahorcamiento: Frank Nagai

En octubre de 1985, el cantante Frank Nagai (entonces de cincuenta y tres años) regresó a casa después de un concierto alrededor de las diez de la noche, bebió un poco de cerveza con su esposa y se acostó alrededor de las diez y media. Pero en medio de la noche, no volvió durante mucho tiempo después de salir de la habitación. Cuando su esposa salió a buscarlo, descubrió que su esposo se había colgado con cuatro o cinco lazos en la barandilla de la escalera que se encontraba entre el primer y segundo piso alrededor de las tres de la madrugada.



Cuando llegó la ambulancia, el Sr. Nagai perdió el pulso, ya no respiraba y entró en un estado de coma. Cuando fue enviado al hospital, sus pupilas estaban dilatadas y se encontraba en un estado de "muerte cerebral". Pero después de cuatro o cinco días, milagrosamente recuperó la conciencia.

Un mes después, podía decir algunas palabras, reconocerlas las letras y escribirlas. Posteriormente fue ingresado y dado de alta en numerosas ocasiones; días después pudo realizar caminatas y cantar canciones conocidas con karaoke, demostrando un avance en su recuperación. A pesar de esto, no pudo identificar a su esposa y amigos que fueron a visitarlo, la enfermedad era un poco similar al estado de Alzheimer.

Cuando compartió esa experiencia con su amigo Tamba Tetsuro, le dijo:

*"En cuanto me colgué, tuve dificultad para respirar, mi visión instantáneamente se volvió roja y luego negra, como la boca de un lobo. Podía ver mi rostro distorsionado en el ambiente, gradualmente escuché algo extraño, un sonido, un sonido que se hizo más y más fuerte, pero al final desapareció en el túnel oscuro. De repente me levanté, flotando a través de las paredes y puertas, y pude ver el otro mundo. De pronto me di cuenta de que estaba parado en el vasto llano, el sonido de la música, de los árboles, del hermoso paisaje que tenía frente a mis ojos, un jardín, luego escuché las voces de mis amigos y familiares fallecidos, y fui impulsado por el sentimiento de nostalgia. Había un río de tres bifurcaciones allí, pero una fuerza desconocida me hizo retroceder."*

La razón por la que Nagai intentó suicidarse fue porque estaba angustiado por el hecho de que su ex amante le presentó al hijo de ambos, pero que él desconocía.

### *[Ejemplo de prueba]*

Luego de esta revisión exhaustiva, podría decir que el suicidio por ahorcamiento es uno de los que más revuelo ha tenido por mucho tiempo. Incluso si se considera que la tasa de finalización es del 100%, puede que no sea un éxito si te descubren rápidamente.

Si observas el ejemplo anterior, si el pulso se detiene, es posible que la persona haya estado colgando durante más de diez minutos, pero algunos expertos creen que, (desde el punto de recuperación hasta el punto actual) el momento del descubrimiento fue solo de tres a cuatro minutos después de haber sido colgado, pues los pies y caderas deberían haber aterrizado en el suelo.

Sin embargo, incluso si la vida se salva, los nervios cerebrales dañados, no se recuperará de nuevo. Tal y como en el caso de Nagai y las secuelas que este intento de suicidio le dejó. Las células nerviosas del cerebro comienzan a dañarse en el momento en que la sangre ya no circula.

¡Intentar ahorcarse es terrible! Él indica que perdió el conocimiento en un instante y su visión se tornó difusa en un color rojo y negro.

Lo que presencié después se puede llamar la "experiencia de la muerte", y se dice que muchas personas al borde de la muerte la han experimentado.

#### [Estudio de caso 4]

Colgando de una altura de 91 cm. Tsuneo Mori, el oficial de mayor rango del Ejército Rojo Unido

El 1 de enero de 1973, Tsuneo Mori (de 28 años en ese momento) en el Centro de Detención de Tokio se ahorcó en una celda solitaria. Él fue un miembro de un grupo revolucionario armado formado en enero de 1972. Su doctrina de sólo armas preconizaba el éxito únicamente basándose en la revolución de estas mismas.

Realizó entrenamiento armado en el Comando Subterráneo de Montaña en la prefectura de Gunma. Fue detenido en febrero de 1972, tras su confesión de haber matado a 12 combatientes del Ejército Rojo, diciendo que *"la acción no fue revolucionaria"*.

En septiembre fue trasladado al Centro de Detención de Tokio, donde se encontraba en espera de juicio. Este linchamiento, tortura y asesinato de 12 personas hizo que la gente se sintiera más aterrorizada que con los soldados del Ejército Rojo que huían en la Villa de Montaña Asama y que conmocionó a la sociedad japonesa por un tiempo.

El 1 de enero del segundo año, Tsuneo Mori desayunó y almorzó como de costumbre. A la 1:38 pm, el guardia de patrulla lo vio sentado en un tatami y leyendo un

libro. Pero a la 1:52 después de 14 minutos, cuando los guardias volvieron a visitar la celda unipersonal, se colgó haciendo un nudo con una toalla de 60 centímetros de largo en la barandilla de hierro de 91 centímetros de alto. El médico se apresuró a darle una inyección cardiotónica y respiración artificial, pero sin éxito, murió después de aproximadamente una hora, se dice que se ató los pies con la ropa que lo rodeaba y sin más, se colgó. Algunas personas dicen que su figura cuando murió era como estar sentado.

El análisis de este caso fue que, en el momento del suicidio, pateó con fuerza los pies atados al aire, de modo que se aplicara gravedad a la toalla para estrangular el cuello. Aunque había perdido el conocimiento cuando lo descubrieron, las venas justo como cuando estaba vivo, no hubo cambios, no se encontraron sangrados e incontinencia. Dejó dos notas de suicidio, en las que solo admite los errores del armamentismo. También hay rumores en los que se decía que le encantaba leer la Biblia unos meses antes de suicidarse y se interesó mucho en el cristianismo.

*[Prueba de la causa de muerte]*

*¿Su cadera golpeó el suelo?*

Es un hombre pequeño con una altura de 163 cm y un peso de 54 Kg. La toalla que utilizó era muy corta, de apenas 60 cm. Hizo un nudo en la barandilla y envolvió su cuello de modo que quedara cerca de la barandilla. Lo raro del caso es que su cintura era larga, y la toalla estaba tan apretada que es posible que sus

caderas no hayan tocado el suelo. En otras palabras, es imposible para un hombre que pesa 54 kilogramos colgarse con los pies en el suelo y su espalda contra la pared despertar en 14 minutos. Esta es una fuerte evidencia que demuestra la facilidad del ahorcamiento y el corto plazo en que se pierde la respiración.

Dicho esto, los incansables esfuerzos y tribulaciones por la revolución, las personas que abandonaron sus creencias que persistieron durante mucho tiempo y se volvieron a Dios, no pudieron salvarse de la desesperación y terminaron por suicidarse al no poder ser rescatados, es una pena.

Sin embargo, aunque fue hace 20 años, la revolución fue un disparate mayor que el linchamiento y el asesinato de los doce cómplices.

#### *[Estudio de caso 5]*

##### *Mujer rescatada ahorcada en un hospital psiquiátrico*

El 17 de mayo de 1982 a las 4:45 p.m., en un hospital psiquiátrico, una mujer hospitalizada se encontraba en un estado de euforia y gritaba "¡Mátame!" De inmediato fue enviada a la sala de protección. Cuarenta minutos después, a las 5:25, se subió al marco de la ventana con ayuda de varias colchas apiladas y se colgó con una toalla.

Cuando fue descubierta, tanto la respiración como el corazón se habían detenido, y fue rescatado gracias a la respiración artificial y el uso de cardiotónicos.

Cinco minutos después, su respiración regresó junto a un pulso. A pesar de ello, estuvo inconsciente durante dos días y finalmente reaccionó al estímulo al tercer día. Recuperó la conciencia al cuarto día y pude comer cosas líquidas después de una semana.

A partir de la segunda semana, comenzó el "*auto entrenamiento de recuperación*". Después de dos semanas, pudo regresar a la rutina grupal con otros pacientes. Sin embargo, su memoria disminuyó, perdió su antiguo entusiasmo, y siempre se escondía detrás de los demás, convirtiéndose en más dependiente de los cuidadores.

Después de cumplir los veintiséis años, la mujer estuvo en el hospital durante trece años y había estado en otros hospitales psiquiátricos tres veces antes. Después de ser dada de alta del hospital en 1979, se fue a trabajar a un hospital general cercano. Debido a fricciones con los empleados varones de la unidad, dejó su trabajo y vivió con otro hombre. Al poco tiempo, dejó de comer nuevamente como en el pasado, gritando "*¡Mátame!*". Al cabo de dos años, fue hospitalizada de nuevo. Luego de medio año, se ahorcó, siendo este el tercer intento de suicidio.

Su historia indica que, se graduó de la escuela secundaria y trabajó en una fábrica de toallas durante seis años. Se casó a los 23 años y se divorció al año siguiente. Dio a luz a un niño, pero poco después, murió. Además, cuatro de sus cinco hermanas, incluida ella, cometieron intentos de suicidio.

*[Ejemplo de prueba]*

Tal y como dijeron las enfermeras es uno de los pocos casos raros en los que el personal médico los trató rápidamente y los devolvió a la vida cuando fueron descubiertos. En un tiempo de al menos cuarenta minutos, menos el tiempo para apilar las colchas, fue encontrada unos quince minutos después de colgarse, justo después de que su corazón se detuviera. Aunque fueron cuarenta minutos y una altura suficiente, no fue fatal, lo que contrasta fuertemente con el ejemplo de Mori. El suicidio es difícil de descubrir a tiempo debido a la vigilancia en el hospital o la celda, especialmente en el hospital debido a las completas instalaciones de primeros auxilios. A juzgar por estos casos fallidos, quizás no sea tan sencillo querer ahorcarse. Pero, después de todo, estos son ejemplos extremadamente raros. A juzgar por el efecto de que más de 10.000 personas mueren por ahorcamiento cada año, y que la tasa de suicidios acertados es casi del 100%, este sigue siendo el ganador de los métodos suicidas.

Ahora bien, ¿Qué será de las vidas de estas personas a partir de ese momento? Llegaron mucho más allá de la desgracia y la mala suerte. Desde ese punto de vista, vivirán un infierno, pues a juzgar por las secuelas, hubiese sido mejor no salvarlas.



Si el trabajo y las relaciones interpersonales han llegado al punto de aburrirte, y quieres suicidarte tranquilamente sin ser conocido por los demás, te aconsejo que te adentres en el "mar de árboles" sin dudarlo. No existe un sitio de suicidios como Aokigahara, en donde no es fácil entrar y mucho menos encontrar un cadáver. Se desconoce tu paradero y desaparecerás de la memoria de las

personas con el tiempo. Sin embargo, para lograr este objetivo es necesario estudiar el método de entrada a este bosque, este mapa puede servir de referencia.

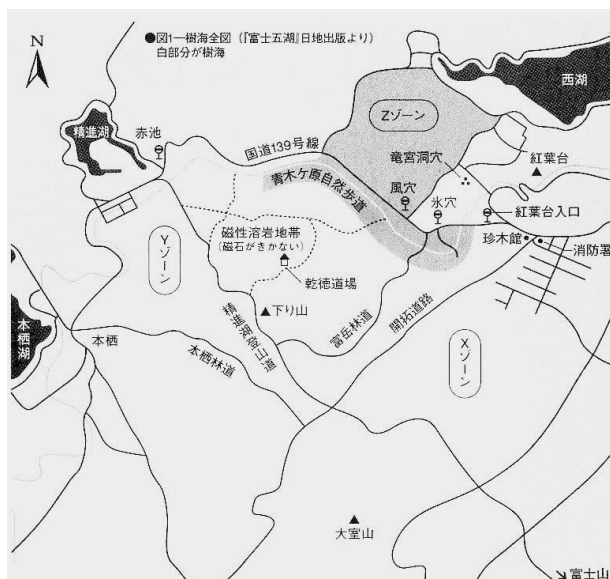


Figura 1: Mapa completo Aokigahara.



### *[Historia]*

El suicidio en el mar de árboles es de aproximadamente 30 personas por año, sin aumento ni disminución (Comisaría de Fujiyoshida). La mayoría de los otros "centros de suicidio" ahora han quedado en el pasado, pero Aokigahara es superior a estos, lo que ya se ha demostrado en el punto anterior.

Originalmente, el mar de árboles era un lugar para los suicidas, pero de repente se hizo famoso y decenas de personas se suicidan aquí todos los años. La razón principal es que la novela de Seicho Matsumoto "*Torre de la Ola*" se adaptó a una serie de televisión en 1957 con el mar de árboles como el fondo.

### *[No será posible encontrar el cadáver con facilidad]*

En términos generales, una vez que ingresas, perderás el sentido de la dirección y no podrás salir, por lo que no importa por dónde camine, puedes hacerlo, pero lo que quiero presentar aquí es que no hay forma de encontrar un cadáver. Lo más habitual es entrar desde las inmediaciones de la "Cueva del Viento". Bájete en la estación del Fuji Express Bus (consulta la barra de tráfico para saber cómo llegar) y podrás ver la entrada en el lado sur de la carretera nacional 139. Pero no entres en la cueva del viento, hay dos caminos frente a la taquilla, toma el sendero natural Aokigahara a la izquierda. Avanza unos trescientos metros, y hay una bifurcación en la carretera, tienes que ir por la izquierda. Hay un letrero en el frente que dice:

"Solo tienes una vida, *cuídala*"

Pero no te lo tomes en serio. Avanza otros trescientos metros y encontrarás otros carteles sobre la Cueva del Viento Fugaku. En el lado de la carretera de la montaña, hay otro letrero que dice:

*"¡La vida es una propiedad preciosa otorgada por los padres! ¡Piensa en tus padres, hermanos e hijos otra vez!"*

Ignóralo. Inevitablemente estarás un poco conmovido cuando llegues aquí. En este punto puedes decidir si regresar o no, pero si sigues hacia adelante, te adentrarás en el monte Fuji, Aokigahara.

Este camino de montaña es muy común, no hay nada especial para aquellos con experiencia en montañismo. Sin embargo, debido a la densidad del bosque, te preguntarás en dónde te encuentras. Los caminos de montaña generalmente se extienden hacia el sur. Después de caminar unos 15 minutos, el camino ya no parece un camino y los árboles a tu alrededor se vuelven agobiantes. A partir de ese momento, puede caminar hacia el denso bosque desde cualquier dirección, pero es mejor ir hacia la derecha.

Otra forma para llegar es bajarte del Fuji Express en *Koyama Entrance*, cerca te encontrarás con el cuerpo de bomberos y un hotel. Mientras tanto, camina por la carretera asfaltada durante aproximadamente un kilómetro y poco a poco verás un bosque denso, el bosque virgen. Sigue este camino hasta la bifurcación izquierda y ve lo más profundo posible. En esta área, por no hablar de la población local, es poco probable que lleguen personas rescatistas, incluso las personas que habitan a los alrededores dicen que la

encrucijada es el área más difícil para encontrar cadáveres. Con normalidad los turistas comunes no suelen recurrir estos lugares, sin embargo, lo mejor será no levantar sospechas al momento de entrar.

Si avanzas cien metros más, ya no hay vuelta atrás. En el bosque primitivo, hay raíces enredadas por todas partes, el musgo y las hojas caídas cubren los agujeros, por lo que no puedes seguir el camino en línea recta. Probablemente pensarás que recuerdas el camino por el que llegaste, pero después de todo esa caminata, será muy confuso qué dirección tomar para regresar. Si tienes una brújula, deséchala, de cualquier manera, no hay forma para volver.

En el mar de árboles, el método más adecuado y con mayor índice de letalidad es el ahorcamiento, basta con preparar una cuerda. Sin embargo, los árboles aquí son muy altos y es bastante difícil encontrar uno adecuado en el que puedas trepar, para encontrar tal árbol tendrás que ir más adentro del bosque. A este punto, ya desapareciste de la memoria de las personas para siempre.

#### *[Nota]*

Cada octubre, un total de más de 600 personas, incluidos los bomberos locales, la policía y otros, realizan una búsqueda a gran escala del cadáver en la carretera Z [Figura 1]. Es decir, si el suicidio se lleva a cabo en la parte media de la carretera en el lado sur de la carretera nacional y el lago sur del lado oeste es

posible encontrar el cadáver. Incluso si caminas por el sendero natural a ambos lados de la carretera nacional, ocurrirá lo mismo.

En las grandes búsquedas de los últimos años, encontraron tres cuerpos en 1989 (incluida una mujer), ninguno en 1990, cinco en 1991 (incluidas dos mujeres) y en 1992 no se realizó ninguna búsqueda debido a un asesinato cerca de la Cueva del Viento.

En resumen, nunca ingreses en estas áreas.

Por cierto, cuando un miembro de la familia solicita una búsqueda, la tarifa por día es de 10,000 yenes. En otras palabras, si 50 personas se movilizan para buscar durante dos días, costará 1 millón de yenes.

¡Cuidado con la Fuerza de Autodefensa! Cada marzo, desde la entrada de la cueva del viento, la Fuerza de Autodefensa lleva a cabo una columna de entrenamiento para caminar en el denso bosque. Se dice que la mayoría de los cadáveres que no se encontraron en la gran búsqueda se encontrarán en este momento. Por lo tanto, no es conveniente realizar un suicidio desde el sur de la Cueva del Viento.

No dejes que los lugareños sospechen, las personas que han vivido en la zona durante mucho tiempo pueden detectar las intenciones suicidas de un vistazo. Se cree que el simple hecho de llevar una bolsa pequeña o no tomar fotografías es una característica, pero es más importante confiar en la intuición. Cuando quieras caminar hacia el mar de árboles, los lugareños te saludarán y preguntarán si conoces tales lugares,

llegando por fin a persuadirte. Incluso si dices "*déjame morir*", no te escucharán. Después de más de cuarenta minutos conversando, algunos finalmente ceden y son retirados. Por lo tanto, no provoques este tipo de atmósfera en primer lugar. Finge ser feliz, después de todo el momento de la muerte es una pantomima.

No te demores en tomar una decisión, ni dudes antes de adentrarte en el mar de árboles, entra con generosidad y los lugareños no sospecharán y no te seguirán. Porque incluso los lugareños apenas pueden regresar después de caminar cien metros, esa es la verdad.

### *[Transporte y alojamiento]*

Se necesitan dos horas para llegar a Fujiyoshida en Fuji Bus desde la estación Mishima de la línea JR. Se tarda de 30 a 40 minutos en cambiar el autobús Fuji a la entrada de Hongyetai Terrace y la Cueva del Viento. Hay un bus cada hora. Cabe señalar que la frecuencia de los coches se reducirá en invierno.

Por supuesto, no hay necesidad de alojamiento, pero lo introduciré para uso adicional. Hay muchas casas familiares en el lado sur de West Lake, que están abiertas todo el año, por lo que es más conveniente utilizarlas aquí. Desde aquí hasta la estación de Fuji, tome el autobús Fuji Express durante aproximadamente una hora. Puedes quedarte en el Pabellón Ginkaku-ji a la entrada de la carretera de la montaña.

*[Estudio de caso 6]*

*Un hombre que tenía una vida errante en el mar de árboles.*

Un empleado de 31 años fue rescatado por la policía después de vagar en el mar de árboles durante 16 días en noviembre de 1983. Se fue de su casa en Yokohama a fines de septiembre debido a problemas personales y de la compañía en la que trabajaba. Condujo hacia su ciudad natal, la prefectura de Aichi y la región de Tohoku durante más de un mes y luego decidió suicidarse.

Envío una nota de suicidio a su familia. El 26 de octubre, entró en el mar de árboles de Hongyetai. Durante la primera semana, fue a todas partes para encontrar lugares adecuados para suicidarse. Había momentos donde su único pensamiento era el de querer colgarse, pero de repente ese pensamiento se esfumó, su deseo de morir se fue debilitando gradualmente al encontrar un recolector de hongos. Entonces, a veces iba a la carretera nacional a comprar un poco de pan, a veces comía en el estacionamiento, luego volvía al mar de árboles y vivía como un indigente.

Al final, fue difícil aguantar el frío y esa forma de existencia; el 10 de noviembre encontró una casa de familia junto al lago, y llamó a su hogar. La comisaría local y el cuerpo de bomberos fueron encomendados por la familia y movilizaron a más de 150 personas para realizar una búsqueda de tres días, de hecho, el hombre sabía que todo eso era para encontrarlo. Una vez rescatado, dijo:

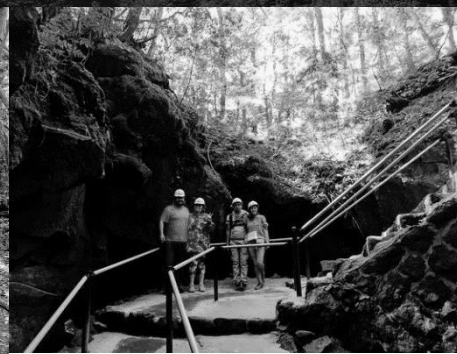
*"Ya no quiero suicidarme".*

*[Estado de inspección]*

Si entras por la ruta incorrecta, Incluso si das un paso más, no podrás regresar del mar de árboles, terminarás perdido. Este hombre tomó una ruta de senderismo con lugares de descanso y pastos, por lo que es natural conocer gente que recolecta setas. Si realmente quieres morir, esta área no funcionará.

*"He desvanecido mi deseo de muerte, pero seguí adentrándome en el mar de árboles y pasé diez días de vida en ese lugar."*

Suena a broma; pero en realidad no se sabe si es una vida peligrosa en el mar de árboles o si es agradable. Para los voluntarios indican que una vez ingresas al bosque, puedes sobrevivir sin comer ni beber por al menos una semana.





EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



SALTAR DE UN  
EDIFICIO



<i>Dolor</i>	
<i>Esfuerzo</i>	
<i>Desagradable</i>	  
<i>Fastidioso</i>	  
<i>Impacto</i>	   
<i>Letalidad</i>	   

*Saltar de un edificio de repente, una muerte sin dolor, con una alta tasa de letalidad, es el método más avanzado de suicidio.*

Saltar de un edificio o de un acantilado no es doloroso. No hay dolor, ansiedad ni miedo. No solo eso, sino que incluso puede considerarse muy agradable. Esto no es una analogía, de hecho, es cierto, aunque suene un poco absurdo.

Respecto a este punto, lo describiré en detalle a continuación, sin embargo, de esta forma, saltar de un edificio o de un acantilado puede decirse que es un método excelente comparable al suicidio por ahorcamiento. Saltar desde edificios y acantilados no tiene las sombras que acompañan a otros métodos suicidas.

Fue una joven llamada Kayo Sato quien cambió por completo el concepto de suicidarse saltando un edificio. Hace noventa años, en 1903, dejó escrito en su carta de suicidio:

*"La verdad de todo, es, en una palabra,  
'incomprensible'."*

Y la joven saltó, dejándole al suicidio, una noble imagen filosófica diferente a la del pasado. Al igual que sus sucesores que seguían apareciendo, Kayo Sato dio una imagen sagrada de la caída del suicidio, incurriendo en seguidores uno tras otro. Kayo Sato es el nombre real de la idol japonesa Yukiko Okada.

Quizás por esta razón, el método de saltar desde edificios o acantilados es solo superado por el método de ahorcamiento, tanto para hombres y como para mujeres, pero especialmente para los más jóvenes.

Este método ha mostrado una tendencia al alza. Ahora el 50% de los suicidios de mujeres, incluidas las adolescentes, se suicidan tirándose de un edificio, lo que está muy por delante de otros métodos de suicidio.

Se dice que la primera persona en utilizar este método fue un empleado de cierta empresa que saltó desde el techo del séptimo piso de los grandes almacenes Ginza Matsusaka en la avenida Ginza, Tokio, en 1935.

El cambio de suicidarse en las cascadas Kegon o Gimpō a los rascacielos representados por la comunidad de Takashimadaira, está estrechamente relacionado con los fenómenos de la urbanización y modernización. El día después de que Yukiko Okada se suicidara, es decir, el 11 de abril de 1986, una chica de dieciocho años dejó en las manos de su hermana una nota en la que decía que todo era para comprender sus superpoderes en la vida pasada. Saltó del techo y murió.

*[Preparación]*

*Debes estar a 20 metros del suelo.*

Al saltar desde un edificio alto, debes comprobar de antemano la altura necesaria y el estado del lugar de aterrizaje. Hay más intentos de suicidio, principalmente porque no han podido asegurar la altura necesaria. Si realmente quieres morir, debes estar a 20 metros de altura, es decir, saltar de unos siete a ocho pisos por encima. Si el suelo es de hormigón, no será posible

salvarte. Saltando desde el cuarto piso, la tasa de éxito es solo del 50%.

Por cierto, cada capa adicional es de tres metros más alta, lo que puede usarse como base para la conversión. También es muy importante comprobar el punto de caída, si hay pequeños arbustos en la planta baja podría convertirse en un intento fallido.

Una chica de 16 años que saltó desde el techo del edificio escolar de cinco pisos a unos 18 metros de altura hasta los arbustos de la planta baja solo sufrió heridas graves.

En los Estados Unidos, alguien cayó en un macizo de flores desde una altura de 28 metros, pero solo sufrió heridas leves, una costilla rota y una fractura de muñeca izquierda.

Los árboles o las luces de la calle en la planta baja no son de ayuda si quieres un suicidio efectivo.

Una estudiante de secundaria de 17 años que saltó de la escalera de escape en el piso 14 a una altura de 35 metros solo resultó gravemente herida después de estar hospitalizada durante seis meses, después de su intento de suicidio. Resulta ser que había una zona verde en la planta baja, sin mencionar que la falda del uniforme que llevaba le sirvió de cortavientos, cuando cayó se infló por el aire para actuar como un paracaídas y golpeó el arce en el aire, evitando así el desastre.

Un reportero de una agencia de noticias que saltó del séptimo piso de un hotel de negocios en Shinjuku, cayó de golpe una farola y aterrizó primero con el pie. No murió, pero sí tuvo fracturas en el hombro izquierdo y

la pelvis. No perdió el conocimiento en ese momento, y maldiciéndose así mismo, mientras respondía las preguntas de la policía que se acercó a su auxilio.

En ocasiones, los vehículos también actúan como cojines. En Nagoya, un hombre de 40 años que saltó a la carretera desde el techo de una tienda departamental de 33 metros de altura cayó sobre el capó de un vehículo en decúbito prono y sufrió una lesión de tres meses por contusión facial y un traumatismo craneoencefálico y fractura de su hombro derecho.

Por otro lado, un techo de láminas de zinc debajo del área de estacionamiento de bicicletas no es aceptable.

Para no quedarse con los gatitos que fueron recogidos en su casa, una niña de 14 años saltó del undécimo piso con los gatitos en sus brazos, rompió un gran trozo del techo de zinc del estacionamiento de bicicletas, se rompió tres costillas. Ella resultó gravemente herida, pero tanto ella como los gatitos salvaron sus vidas.

Si bien estos son casos especiales, tenemos otro ejemplo de un accidente aéreo en Estados Unidos, alguien cayó sobre un pedazo de nieve desde una altura de 370 metros, además de la cintura rota y varias costillas, se le salvó la vida. Por lo tanto, también se debe prestar atención a la nieve.

*[Busca lugares discretos]*

Para no ser encontrado rápidamente y enviado al hospital, encontrar un lugar discreto también es la primera consideración. Una chica universitaria que saltó del edificio Marunouchi fue descubierta después de un año; la llamada discreción se refiere a un lugar que será descubierto después de un período de tiempo.

Junto al muro de piedra debajo del Pabellón 7 de la Universidad Sophia, mientras realizaban el peritaje del cadáver de un estudiante que había saltado del techo, descubrieron accidentalmente que era el chico que había desaparecido seis meses atrás; por supuesto, estos casos especiales.

*[Elige un lugar adecuado para saltar del acantilado]*

El salto de acantilados a veces no es confiable. Dos alumnas de secundaria saltaron de un acantilado de 60 metros de altura, una murió y la otra se salvó.

En las mismas condiciones, saltar de un acantilado tiene una gran diferencia en el final. Además, no importa cuán escarpados sean los acantilados, no necesariamente morirás si caes al mar. Entonces, en este caso, elige un lugar de interés. Hay lugares famosos para este tipo de suicidios, podrías elegir entre Cape Ashizuri en Shikoku, Kinpo en Atami y Kegon Falls.

[Después]

*Una forma indolora de morir*

Seguramente lo que más curiosidad da es cómo se siente durante la caída, y si hay dolor al aterrizar.

Un hombre de 54 años que saltó del cuarto piso del edificio y se salvó dijo:

*"No hay sensación de miedo. Naturalmente, todo el cuerpo ha cruzado la baranda del balcón. No recuerdo si hubo dolor cuando caí al suelo".*

Respondiendo a la sensación cuando aún estaba cayendo en el aire, dijo:

*"En el proceso de saltar, todavía pensé si caería de pies o de cabeza, de cualquier manera, no quería que mi cara tocara el suelo, por lo que instintivamente, me cubrí la cara con las manos".*

Un hombre que sobrevivió a una caída desde una altura a la orilla del glaciar dijo:

*"De repente, parece estar sentado en un ala enorme lentamente. Cuando me caí, pensé en mí y en el futuro de mi familia con calma. Muchos recuerdos pasaron por mi mente como un rayo. Después de caer al suelo, no podía respirar, y perdí el conocimiento sin ningún dolor. Aunque, me golpeé la cabeza, las manos y los pies contra acantilados o hielo, y me lastimé en muchos lugares, no lo sentí. Se puede decir que ¡No hay mejor momento que este momento!"*

Hay tantos casos de caídas debido a accidentes. El punto común de estas experiencias es que, al



principio, cayeron lentamente y se sintieron con mucha claridad, no hubo ansiedad ni terror en absoluto, y fue casi como un sueño. En ese momento, los recuerdos de la infancia a menudo ruedan por tu mente como una linterna giratoria, podrías ver una luz misteriosa y, a veces, podrías verte a ti mismo mientras caes desde arriba. Al aterrizar, pierdes el conocimiento tranquilamente. La mayoría de las personas que se suicidan saltando desde edificios y acantilados no tienden a gritar. Un tipo dijo:

*"Realmente quiero enfatizar que caer desde lo alto es la forma más indolora de morir".*

Algunos incluso que es la muerte perfecta. No hay dolor. Es mucho menos doloroso que una inyección. Por tanto, se puede decir que no hay dolor al saltar de un edificio o acantilado y suicidarse.

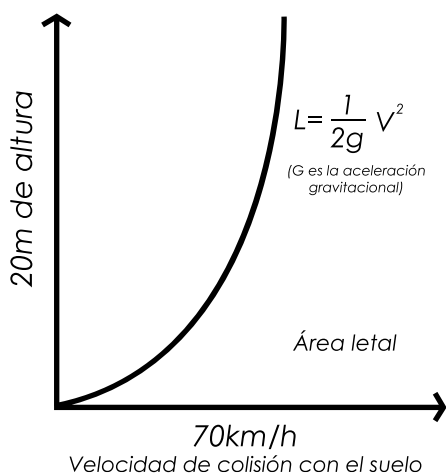


Figura 1: La relación entre la altura y velocidad del impacto.

*[La niña que murió llorando de dolor]*

Por supuesto, hay excepciones.

*"¡Ahora me voy a suicidar, adiós!"*

Fueron las palabras de una estudiante de secundaria que estaba sentada en el borde de la ventana del cuarto piso de la escuela y saltó. Cuando la levantaron, susurró repetidamente mientras lloraba:

*"¡Es tan doloroso, es tan doloroso!"*

Se rompió la cabeza y el cuello y murió poco después de ser enviada al hospital. La razón es, por supuesto, muy clara, porque la altura del cuarto piso no es lo suficientemente alta. Para no dejar una sensación de dolor, debes elegir una altura en la que puedas morir en el acto o al menos desmayarse.

Desde el piso 35 del Edificio Sumitomo Triangle en Shinjuku, una mujer de unos 30 años saltó 140 metros sobre el suelo, estiró las manos al nivel de letalidad y cayó en una posición de buceo a gran altura, la mitad de su rostro fue aplastado con la cabeza y murió en el acto. En este momento, se escucharon los gritos de muchos testigos que se encontraban alrededor.

También existe un caso en donde una estudiante de secundaria de 17 años saltó del undécimo piso mientras gritaba. Pero en realidad, no se sabe si todas las personas no se sienten horrorizados cuando saltan del edificio.

Desde un punto de vista físico, al saltar desde una altura de 20 metros (unos siete pisos), la velocidad en ese momento es de 35,5 kilómetros por hora y el cuerpo tocará el suelo en unos dos segundos. En estos

cortos dos segundos, rodando en varias posturas, la velocidad de aterrizaje es de unos 70 kilómetros por hora. Imagínalo desde este punto de vista, cuando alguien conduce una motocicleta o un automóvil y choca con una pared a esta velocidad, no es tan drástico. Sin embargo, al caer desde un lugar más alto, el impacto cuando golpea el suelo es grande. Hay un ejemplo increíble: una estudiante de secundaria que saltó del techo de un apartamento en el undécimo piso rompió la tapa de hierro de la alfombrilla por la mitad cuando golpeó el suelo.

#### *[Saltar de un acantilado]*

Al saltar de un acantilado, debido al entorno natural circundante, habrá una variedad de situaciones diferentes, aunque es un poco inexacto, más muertes son causadas por colisiones feroces. Hay muchos ejemplos de caídas al mar o en medio de una cascada y muerte por colisión con rocas. El comediante Haruo Tanaka, que se suicidó en Atami Kino, se golpeó violentamente con una roca del acantilado durante la caída, provocando que sus órganos internos estallaran y muriera. Otro hombre de 53 años que también saltó en un acantilado sufrió magulladuras por todas partes y murió en el acto. Por supuesto, si te caes al mar o a un lago, puedes ahogarte de igual manera.

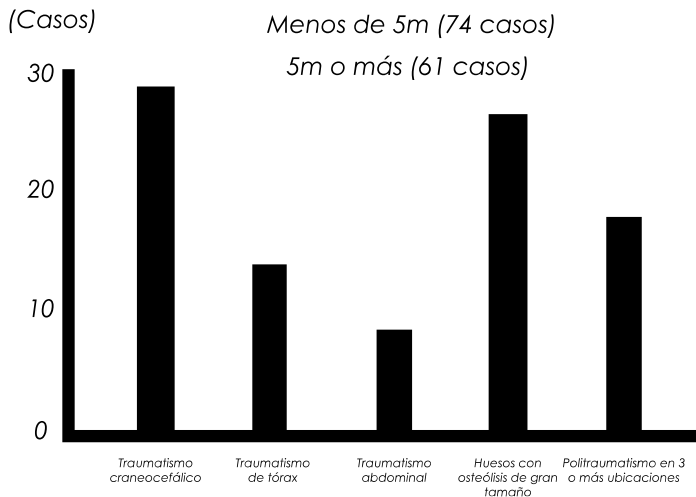


Figura 2: Lesiones importantes de pacientes con múltiples traumatismos

### [Condición corporal]

*Hay heridas por todas partes, pero no es terrible*

Tal y como pensó el hombre de 54 años después de saltar, *¿qué parte de su cuerpo aterrizaría en el suelo?*

Según una investigación de un experto médico, al saltar de un edificio y caer de pie, el 60% de las personas sufrió traumatismo craneoencefálico, el 30% de las personas sufrió fracturas de columna, las lesiones hepáticas y pulmonares fueron del 20% y el daño cardíaco fue del 2%. La segunda opción es caer de cabeza al suelo. En este momento, se producen fracturas de cráneo, lesiones cerebrales y fracturas de costillas. Las fracturas de los brazos y la columna vertebral y las lesiones pulmonares son más comunes. El siguiente es aterrizar sobre las caderas y caer de lado. Por lo tanto, no importa qué parte toque el suelo

primero, muchos lugares se lesionarán. A juzgar por la mayoría de los suicidios por medio del salto, la cabeza, abdomen, manos y pies se lesionan en casi el 70% de los casos. En resumen, el cuerpo está dañado en todas partes y las lesiones en la cabeza y el pecho son las más comunes, más del 70% de las lesiones mortales son causadas por esto.

El corazón vibra mucho debido a la acción inercial del cuerpo humano cuando cae, y las arterias grandes a menudo se rompen. Como resultado, mueren por rotura de cráneo, contusión, rotura de órganos internos y sangrado excesivo. Puede haber cadáveres que no quieran ser vistos tan terriblemente, pero una vez que son encontrados, una ambulancia se apresura y los limpia en un abrir y cerrar de ojos. En casos como el aterrizaje de cadera, en el cadáver apenas se ven signos de lesión (Caso 9). Por tanto, suicidarse saltando desde un edificio no es una forma tan fea de morir.

*[Nota]*

*¡Cuidado con los peatones!*

Si hay gente en el suelo, se producirán muchos problemas. También hay varios ejemplos de ser salvados por caer sobre peatones, y los heridos y aplastados por debajo reclamarán una enorme compensación.

Cuando un estudiante de secundaria de una escuela de comunicaciones en la prefectura de Saitama saltó desde el techo de una tienda departamental, aterrizó en el auto estacionado debajo. Por supuesto, murió,

pero el hombre sentado en el auto también se rompió el hueso del cuello y le causó parálisis debajo del pecho. Una compensación de mil millones de yenes.

Un ejemplo reciente es el de un hombre que saltó desde el octavo piso de un departamento en noviembre de 1992, cayó sobre un estudiante de secundaria que estaba hablando con su novia abajo. El saltador murió poco después y el estudiante murió cuatro días después.

No es bueno saltar de un edificio y caer sobre otra persona, y se debe prestar atención a esto.

El director de una empresa de 51 años quería saltar desde el último piso del departamento, pero vio a algunos niños jugando debajo, así que se sostuvo de la barandilla del pasillo en el piso catorce y gritó:

*“¡Váyanse de aquí! ¡Escóndanse!”*

Después de que los niños se dispersaron, saltó y logró su objetivo con éxito. Dado que tiene 14 pisos de altura, la voz que grita debe ser bastante fuerte. Si no quiere causar problemas a su familia, preste especial atención a las personas que se encuentran abajo.

*[Cabeza abajo]*

Se han dado casos en los que, aunque la altura fue bastante alta, se salvaron, y otros, por el contrario, que saltaron de una altura bastante baja, y murieron. Algunos ejemplos podrían ser los de una persona que cayó desde una altura de seis metros al fondo del río y

murió, y otro que cayó desde un puente peatonal a una altura de cinco metros a la carretera y se rompieron la cabeza, y murieron hora y media después.

Si no quieres fallar, debe dirigirte al suelo. Si te caes por accidente, morirás a una altura de cinco metros. Además, aunque el accidente no es una parte fatal, también puedes morir por razones especiales.

Una mujer de 50 años se cayó del balcón del cuarto piso del departamento, se fracturó la cintura en muchos lugares, murió de contusión sistémica.

Un hombre saltó desde el tercer piso del dormitorio y murió de estasis y embolia pulmonares aguda 20 días después.

### *[Estudio de caso 7]*

#### *La sensación de un estudiante universitario que no pudo saltar del piso 15*

En octubre de 1986, un estudiante universitario de tercer año de 21 años saltó desde el último piso de un edificio de 15 pisos en la ciudad de Urawa, prefectura de Saitama, y cayó a un cobertizo de hierro de bicicletas con un estruendo. Fue trasladado de urgencia al hospital de inmediato, pero no hubo otras lesiones, excepto una leve lesión en el pie izquierdo. En el techo del cobertizo dejó un gran agujero. Esta persona narró la sensación de estar en el aire muy claramente:

*"Mientras caía, sentí que los zapatos y las gafas se me caían lentamente. Después de caer en el cobertizo, de repente pensé: '¡Ah! Todavía estoy vivo'.*

*[Mira este ejemplo]*

Esto es de lo que habló un suicida que saltó desde un lugar alto, del *"estado de ánimo mientras estás en el aire"*, que es muy raro.

Un edificio de 15 pisos tiene unos cuarenta metros de altura, si saltas, descenderás lentamente, de manera tranquila, sin ninguna sensación de horror o dolor cuando aterrices en el suelo.

Fue un milagro caer del decimoquinto piso casi sin heridas. Por lo tanto, tal y como en el caso del techo del cobertizo de bicicletas, debes evitar caer en este tipo de lugares, y además, hizo un fuerte sonido cuando cayó.

Entonces, ¿qué tipo de ruido haría una persona suicida cuando cae? Por supuesto, esto es diferente dependiendo de dónde cayó, si el suelo es de cemento; la estudiante de secundaria antes mencionada que se cayó del techo del apartamento en el piso 15 hizo un sonido de *"puff-puff"*. El hombre que cayó por la ventana del apartamento del cuarto piso hizo sonido como un *globo explotando*. La mujer antes mencionada que saltó del Edificio Sumitomo Triangle en Shinjuku, hizo un sonido de *"puf"*. Si cae sobre otra persona, como el estudiante de secundaria de Yokohama antes mencionado, el sonido sería parecido al de una pelota golpeando el suelo con un



rebote. Cuando Yukiko Okada cayó desde lo alto de un edificio de 20 metros, se dice que hizo un fuerte sonido, probablemente porque el cráneo golpeó violentamente el piso de concreto.

### *[Estudio de caso 8]*

*"Vivir es aburrido de todos modos", artista de manga Hanako Yamada*

El 24 de mayo de 1992, la artista de manga Yamada Hanako (24 años en ese momento) se suicidó saltando desde el piso 11 de un apartamento cerca de su casa en la ciudad de Tama, Tokio. Debido a que el impacto contra el suelo fue con la cintura, el cuerpo estaba relativamente intacto y había muy poco sangrado. Incluso sus padres se sorprendieron:

*¿Está realmente muerta?*

Ella era introvertida cuando estaba en la escuela primaria y le encantaba quedarse en casa. Intentó suicidarse con gas. Fue intimidada una y otra vez en la escuela secundaria y la abandonó después de un año. Más tarde, se convirtió en dibujante y serializó sus obras en *"Revista Juvenil"*, pero el círculo de artistas no la elogiaron. Pronto, las obras seriadas no pudieron ser publicadas, y finalmente fueron publicadas en *"sin pagar remuneración a la autora"*. Ella no podía llegar a fin de mes con dibujos animados sola, por lo que trabajó como mesera en una casa de té. Pero no podía recordar los muchos menús de pedidos de los residentes, y fue despedida una vez tras otra porque no hacía las cosas con cuidado y también fue

intimidada en el lugar de trabajo. Finalmente, en el restaurante en el que había estado trabajado durante medio año, fue despedida. Después de ser golpeado por esta serie de conmociones, estaba un poco perturbada mentalmente. Corrió a este restaurante nocturno y rogó que la contrataran de nuevo. La dueña de la tienda, que era realmente intolerable, llamó a la policía medio mes después y sus padres se la llevaron. En el taxi de camino a casa, parecía llorar cuando dijo:

*"Todos me intimidaban"*

De hecho, se reía, sufría de esquizofrenia. Pronto fue ingresada en un hospital psiquiátrico y fue dada de alta dos meses después, pero perdió la confianza en el futuro, se tiró de un apartamento cerca de su casa el segundo día de su alta y murió. Ella escribió en su diario dos días antes de su suicidio:

*"No es bueno llevarse bien con los demás. Tengo una personalidad peculiar y no tengo ningún amigo. No puedo ver el futuro y tampoco puedo encontrar un trabajo. Siempre soy intimidada... No quiero hacer nada más. Todo es tan agotador, sin energía y muy cansado."*

Esta es su nota de suicidio.

*[Condición corporal]*

En el caso de un cadáver de una persona que se suicidó saltando desde un edificio es horrible cuando cae de cabeza. Por otro lado, como en el ejemplo

anterior donde la cintura está en el suelo, la cara estará intacta. Sin embargo, las piernas pueden torcerse debido a fracturas cuando aterrizan primero, lo cual es realmente insoportable.

*[Caricaturista asesinada por el "horror visual"]*

A lo que debemos prestar atención aquí es que Yamada Hanako es intimidada en todas partes. No importa a dónde vaya, siempre estaba siendo acosada y ella misma lo ha demostrado en la mayoría de los contenidos de los mangas que dibujaba, en ellos también muestran que presta especial atención a "cómo otras personas piensan de sí misma" en la escuela o en el lugar de trabajo. También se puede ver a partir de esto que nació con optofobia.



Manga de Yamada Hanako

Ella misma dijo que tiene "fobia a las personas", por lo tanto, usaba lentes de sol cuando salía, su vida la pasaba en el miedo interminable a los demás. Siendo intimidada y finalmente suicidarse tras sufrir esquizofrenia.

*¿Alguien puede predecir la magnitud de sus problemas?*

Aquellos que no son abiertos e introvertidos, y no pueden manejar los asuntos de manera limpia y ordenada, no son aptos para sobrevivir en una sociedad como Japón. Un investigador italiano del suicidio del siglo XIX dijo:

*"El suicidio es un medio para dejar que aquellos que son física y mentalmente débiles en la competencia por la supervivencia en el mundo natural se deshagan naturalmente".*

Es un buen punto, y Yamada Hanako también está en paz. También vale la pena mencionar su visión del suicidio durante su vida. En sus cómics, citó las siguientes frases de la película "Felicidad en el cielo":

*"Si no tienes puntos fuertes y eres desagradable, ¡vete a la muerte! No hables de esas cosas malas, no tienes nada que hacer, es mejor jugar en lugar de mezclar, vivir es aburrido de todos modos".*

Otras revistas también escribieron:

*"Este mundo es cruel. Personas con discapacidad ríen y gritan ¡Maldita sea el destino" Así es como va tu vida, si la odias, suicídate"*

Las palabras que vinieron desde el fondo del corazón por la desamparada desdicha solo podían ser dichas por ella que vivió en el mar de la desdicha, una vida llena de infortunios insuperables. Ella explicó este hecho en una palabra, y es consistente con el propósito de este libro.

#### [Estudio de caso 10]

Un estudiante de secundaria que se suicidó saltando de un edificio debido a ser acosado.

El 9 de septiembre de 1979, en el patio de un apartamento en la ciudad de Fukuoka, prefectura de Saitama, un estudiante de primer año de secundaria (12 años en ese momento) fue encontrado vistiendo un traje de kárate luego de saltar desde el décimo piso de un apartamento a unos dos kilómetros de su casa, cayendo en un piso de concreto veinte metros más abajo alrededor de las ocho de la mañana.

El motivo del suicidio fue el acoso. Este estudiante, que era bastante alegre cuando estaba en la escuela primaria, pronto ingresó a la escuela secundaria y se peleó con otros chicos por asuntos triviales. Con una altura de solo 142 centímetros, era considerado el más bajo de la clase, sus compañeros lo calificaron de *"pequeño pero arrogante"*.

No había nadie con quien él pudiera hablar, guardaba silencio todos los días, por lo que fue apodado como *"pared"*. La gente a menudo se burlaba y le decía:

*"Eres una pared, solo mira hacia ti mismo".*

En la noche del 18 de junio del mismo año, el joven pegó su nota de suicidio en el escritorio y desapareció. La nota de suicidio decía:

*"Me acosaron todos los días y ya no quiero ir a la escuela. No quiero vivir más. Quiero suicidarme".*

Sin embargo, a las 8 de la noche, el niño regresó a casa lleno sudor. Más tarde se reveló que quería saltar desde el último piso del apartamento, pero volvió corriendo después de sentirse asustado, sudando profusamente porque corría demasiado rápido. La noticia del intento de suicidio se filtró y los acosadores de la clase solo lo molestaron más y más. Le pusieron un nuevo apodo, "*Suicide Boy*", además, su padre solía ser conductor de taxis, por lo que fue ridiculizado y tratado como sucio, maloliente, mendigo y a veces, como ladrón. En varias ocasiones le tiraban comida a la cara.

Realmente no pudo soportar el acoso escolar. Faltó a la escuela por primera vez el día antes de suicidarse, y al día siguiente, domingo, se suicidó. El traje de kárate que usó ese día lo consiguió después de intentar practicar kárate.

Aquellos que lo molestaban se enteraron de su suicidio, y gritaban "*¡Viva!*", en cuanto al motivo de su acoso, dijeron que era él era aburrido y acosarlo, por otro lado, era divertido.

[Prueba de la causa de muerte]

Cuando el adolescente intentó suicidarse por primera vez, corrió a casa con miedo. En general, las personas que deciden suicidarse son tranquilas y no tienen miedo, aunque se encuentren al borde de la muerte, pero no siempre es así.

Una mujer de veinticuatro años quería suicidarse escalando una montaña alta de 1.713 metros, pero cuando estaba a punto de llegar al acantilado en la cima de la montaña, se sintió aterrorizada. Mientras esperaba la ayuda, se quedó comiendo y bebiendo. Esto sucedió a fines de agosto, la temperatura nocturna en ese entonces bajó de seis a siete grados y ella solo vestía una blusa. Parecía que sería más cómodo decidirse a morir.

*[La persona intimidada siempre lo será sin importar lo que haga]*

El ejemplo de Yamada Hanako es el mismo, solo se puede decir que no hay forma de evitar ser intimidado. El tipo acosado siempre será acosado sin importar lo que haga. Independientemente del kárate o el intento de suicidio, no solo no tuvo ningún efecto, sino que empeoró la situación. En una clase donde no hay un objetivo común más que la relación entre las personas, lo único que puedes hacer es alejarte de los grupos para ser un acosador, o convertirte en uno de ellos.

Con respecto al chico, se dice que su padre lo persuadió en el primer grado de la escuela secundaria diciéndole:

*"Aún quedan dos años y medio, así que sé tolerante".*

Pero nadie puede garantizar la felicidad después de graduarse de la escuela secundaria, y los cambios no necesariamente ocurren después de salir de la escuela; desde su perspectiva, tomó la decisión correcta, de solo pensar que tendría que aguantar otros dos años y medio de acoso, suena agobiante. El suicidio temprano también es muy importante.





Hoy en día, ¿cómo es la comunidad de Takashimadaira?

Alrededor de 1980, se instalaron los pasillos y las escaleras exteriores desde el tercer piso hasta el número 11 en 37 edificios de gran altura. Cercas para evitar saltos y ventanas selladas. Las escaleras que llevaban al techo estaban equipadas con puertas de hierro evitando el paso. Ahora se puede decir que es imposible saltar del edificio. El departamento administrativo de la comunidad, una vez conocida como un famoso centro de suicidios, estaba equipada con un dispositivo completo de prevención de suicidios, que la convirtió en una extraña prisión de hierro.

[Historia]

La comunidad se completó en 1973. En ese momento, fue aclamada como la más grande de Japón, pero ahora parece ser una comunidad a gran escala. Ese año hubo cinco suicidios saltando del edificio, pero lo que hizo famosa a la comunidad fue el incidente del suicidio de una madre y un hijo que saltaron desde un edificio en 1977. Como resultado, la comunidad fue denominada "*Tierra Sagrada del Suicidio*" y tiene más de 10 suicidios al año, en 1980 superó los 20 y en 1982 llegó a 100. Más del 80% fueron "suicidios expedicionarios" de Shizuoka, Niigata y otros lugares.

Algunas personas compraron escaleras para cruzar la cerca de sus casas. Durante la temporada de suicidios, se registraba un incidente cada tres días. Por esta razón, en 1981 se gastaron 700 millones de yenes para instalar cercas de acero e instalar "teléfonos salvavidas" en la comunidad, lo que les llevó mucho tiempo.

Aun así, todavía hay hombres y mujeres de 19 y 18 años que han roto vidrieras con bancos, se han subido a los aleros y han saltado del edificio para suicidarse. El personal relevante dijo:

"Desde el establecimiento de la comisaría de Takashimadaira, los suicidios solo han sucedido cada dos o tres años en los últimos siete años. Debido a que se instaló la cerca, era casi imposible escuchar a alguien suicidarse".

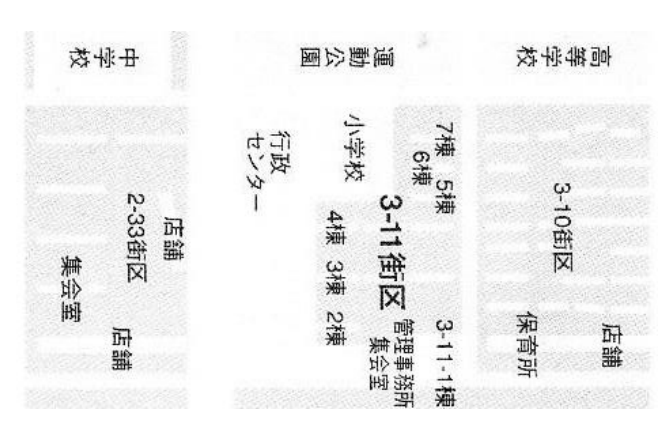


Figura 1: Mapa del distrito residencial de Takashimadaira

### *[Cómo saltar del edificio]*

Ya nadie irá a esta comunidad para saltar del edificio, pero para aquellos que no pueden encontrar un lugar adecuado cerca, ¡Puedes ir Takashimadaira de todos modos!

Estoy aquí para contarte en voz baja algunos secretos de la comunidad. Parece que debido a la gran cantidad de personas que se suicidaron en estos edificios, la mayoría de los edificios han sido completamente bloqueados, pero por alguna razón, los bloques 3 - 11 (ver mapa) están completamente indefensos. Especialmente en la sección No. 1 del 3 - 11, los forasteros también pueden entrar y salir por su propia voluntad. Los pasillos exteriores del primer al decimocuarto piso tienen solo un metro de pared.

Con las barreras altas y bajas, incluso los ocupantes temen situaciones desprevénidas. En las secciones No.2 - No.6 del 3 - 11, no hay dispositivo de bloqueo para las ventanas en la plataforma de la esquina de las escaleras, solo sube unos 150 cm.

Puedes saltar suavemente si tienes una pared baja. No obstante, recomiendo el corredor exterior en el piso 14 del edificio 3 -11, que tiene una vista de la línea Toei y el paisaje urbano del distrito. No hace falta decir que el suelo de abajo es de cemento y hay pocos peatones, definitivamente morirás si te caes. Además, las escaleras exteriores de este edificio no están equipadas con barandillas.

### *[Tráfico]*

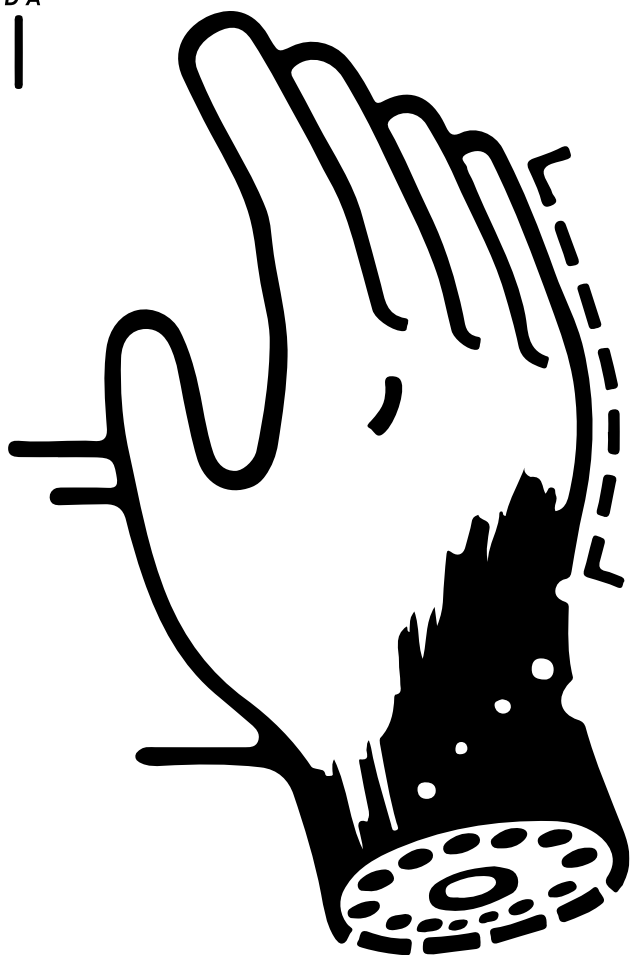
Toma la línea Toei Mita y bájate en la estación Shintakashimadaira, dirígete hacia 3 y 4 chome, luego gire a la izquierda y sigue adelante. El edificio No. 1 de la 3-11 está adyacente a la vía del tranvía. Es el único edificio en toda la comunidad que no tiene una cerca de hierro instalada. Puedes encontrarlo todo a la vez. Si desea ver el extraño paisaje de la puerta de hierro, lo mejor es bajar en la estación de Takashimadaira, una parada antes.



EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



CORTE DE MUÑECA  
Y CARÓTIDA



## Corte de muñeca

---

*Dolor*



---

*Esfuerzo*



---

*Desagradable*



---

*Fastidioso*



---

*Impacto*



---

*Letalidad*



---

*Aunque un cuchillo cortando tu muñeca podría sonar fatal, esta es una de las formas más tranquilas de morir, pero debes estar preparado.*

## Corte de arteria carótida

---

Dolor



---

Esfuerzo



---

Desagradable



---

Fastidioso



---

Impacto



---

Letalidad



*¿Quieres probar la sensación de un chorro de sangre en el techo? El único problema es que da demasiado miedo y la posibilidad de que se convierta únicamente en un intento de suicidio es muy alta, por lo que no es una buena forma de morir.*



## Corte de abdominal

<i>Dolor</i>	    
<i>Esfuerzo</i>	 
<i>Desagradable</i>	   
<i>Fastidioso</i>	   
<i>Impacto</i>	    
<i>Letalidad</i>	 

*Este método de suicidio también es muy novedoso, pero ¿por qué la gente lo hace de esta manera si es tan doloroso? Es increíble.*

### *[Corte de muñeca • Corte de cuello]*

Una persona sola en su habitación, a mitad de la noche, tomando un cuchillo mientras se corta la muñeca.

Si realmente has pensado en el suicidio, me temo que seguramente, has tenido una experiencia así al menos una vez.

Si te cruzas el cuello con un cuchillo, también puedes experimentar la emoción de la muerte. Cortarse la muñeca es la forma más fácil de experimentar la atmósfera suicida en el acto. Al mismo tiempo, puedes observarlo con tus propios ojos y comprender todo el proceso del dolor y la muerte.

En la década de 1960, se le llamó "*el síndrome de la muñeca cortada*" y este método suicida, fue extremadamente popular en los Estados Unidos, luego se extendió a Europa y finalmente a Japón.

Recientemente, después de que la cantante Akina Nakamori se cortara la muñeca, apareció en discotecas alrededor de Roppongi el "*síndrome de Akina*", en el que mujeres jóvenes se cortan sucesivamente las muñecas, y desde entonces se ha convertido en uno de los métodos suicidas más de moda en la actualidad. Sin embargo, realmente no quiero recomendar este método a personas que realmente quieren suicidarse. Porque existe la opinión de que la tasa de muerte por escisión de muñeca es solo del 5%, aunque el método es popular, la tasa de intentos es mayor.

Dicho esto, la insistencia en que "*cortarse la muñeca es absolutamente indecente*" también es incorrecta. Si

crees en los datos antes mencionados, una de cada veinte personas morirá por este método.

Un ex fiscal también dijo:

"No son muchos los que mueren por sangrado excesivo con solo cortarse las muñecas."

Este capítulo está escrito para aquellos que desean llegar a ser parte 5%. Por supuesto, no importa si te cortas la muñeca sin tener la intención de morir, si en realidad solo quieres experimentar emociones suicidas. Mientras no causes problemas a los demás, no hay razón para ser culpado. Además, al igual que cortarse la muñeca, existen métodos para cortar el cuerpo con una cuchilla y así causar una hemorragia masiva hasta la muerte, como cortar la arteria carótida, perforar el pecho o el abdomen. Todos estos suicidios autolesivos terminan en una muerte por hemorragia, debido a ello también se presentan en este capítulo.

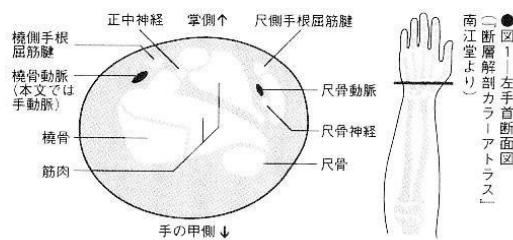


Figura 1: Vista en sección de la muñeca izquierda (extraída de "Anatomía seccional -" Nanjiang Tang)

[Preparación]

Muñeca - ¡Córtala!

Ya sea cortando la muñeca o la arteria carótida, un cuchillo afilado de cocina, navajas o un cortapapeles siempre será suficiente.

Al cortar la muñeca, lo mejor es beber un poco de alcohol primero y luego tomar un baño para acelerar la circulación sanguínea. Además, para no detener el sangrado, debes sumergir las manos en agua tibia o colocarlas en un recipiente después del corte, de lo contrario la sangre se coagulará y bloqueará la herida. Sin embargo, mientras la muñeca esté cortada junto con la arteria morirás, según el consenso de los médicos. Algunos de ellos dicen:

*"Si cortas más de la mitad de la arteria o la cortas por completo, morirás pues no se volverá a bloquear".*

También es importante confirmar la posición del corte de antemano. Si deseas cortarte la muñeca, debes levantar la palma de la mano que es menos flexible en el uso diario y mirar la muñeca con atención. Hay una arteria de la mano que es longitudinal en el lado interno de la articulación, así que corta esta arteria. Hay dos venas oblicuas entre la arteria de la mano y la piel, que cruzan la arteria en la arruga de la muñeca. Para ver la relación posicional mutua más claramente, también puedes presionar abajo del codo para hacer que las venas sobresalgan.

Si simplemente cortas la vena sin pensar en ningún método, el flujo sanguíneo se detendrá naturalmente entre 200 y 300 c.c. y no morirás. Sin embargo, incluso de esta manera, ya habrás derramado una cantidad

considerable de sangre, y a menudo es debido a esta escena que no querrás morir.

Apunta a la arteria debajo de la piel que no está cubierta por la vena y córtala lateralmente, simplemente corta la vena. Las arterias están de seis a siete milímetros por debajo de la piel (consulte la Figura 1), que es más profunda de lo que parece. La arteria debe perforarse y se requieren varios cortes. Incluso si se apuntas así, cortarás el nervio mediano al lado, lo cual es muy doloroso. Se puede evitar cortar a lo largo de la dirección longitudinal de la arteria, pero es difícil porque está demasiado cerca, por lo cual, podría convertirse en un intento de suicidio, en un hospital se puede volver a unir de todos modos, así puedes soportar el dolor y cortar los nervios y los tendones juntos. Hay una arteria del mismo grosor en el lado opuesto de la vena, por lo que es mejor cortarlas juntas.

En resumen, si no hay la determinación de cortarte las muñecas, no morirás. Además, ten en cuenta que en caso de un intento de suicidio dejará cicatrices, es posible que desees cambiar la posición de la correa de tu reloj.

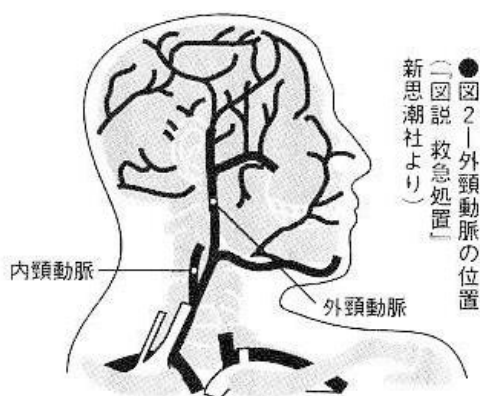


Figura 2: La posición de la arteria carótida externa (extraída de "Illustrated Emergency Management" New Thought Society)

### *[Arteria carótida perforada y arrancada]*

Siempre que te cortes la arteria carótida, morirás de inmediato, por lo que no hay necesidad de preocuparse por lo que sucederá después del intento.

Al cortar la más fácil de encontrar es la arteria carótida externa debajo de la oreja en el lado de la mano que suele ser más flexible. Quizás desees comprobar la ubicación en las figuras dos y tres.

La arteria carótida se divide en arteria carótida interna y externa a la altura del cuello. Los vasos sanguíneos cerca del hombro son gruesos y profundos. La profundidad debajo de la oreja es de más de tres centímetros y hay muchos músculos gruesos a su alrededor, lo que dificulta el corte. En este caso, no cortes con un cuchillo horizontalmente, perfora con

crueldad y luego sácalo. A veces el corte no es directo y luego se requieren varios (Caso 11), pero también hay personas que al caer rompieron sus cuencos de arroz, los trozos cortaron las venas del cuello y murieron de una vez. E muy difícil cortar la arteria carótida, pero los ejemplos anteriores no están exentos de ella.

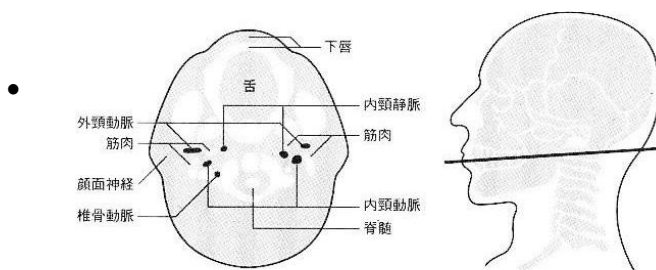


Figura 3: Vista en sección del cuello (extraída de "Anatomía seccional" Nanjing Hall)

### [Otras autolesiones]

*La posición del corazón está más cerca del centro de lo que generalmente nos imaginamos.*

Para perforar el corazón, debes tocarte el pecho de antemano para confirmar la posición. El corazón está más desviado hacia el centro de lo esperado, aunque la profundidad varía de persona a persona, podría decirse que en general tiene 9 cm de profundidad.

Hideki Tojo le preguntó al médico sobre la posición del corazón, a menudo se acariciaba el pecho para confirmar la posición, e incluso dibujó el objetivo para penetrar con su pistola, pero la implementación aún

fue parcial y terminó en un intento de suicidio (algunas personas dicen que fue un dictador extraño, y debido a ser zurdo, disparó con la mano derecha).

También hay muchos casos de punciones repetidas sin perforar el corazón. Al cortar el abdomen, la hoja debe tener al menos 15 cm de largo. Si no puedes perforarte la espalda, no puedes suicidarse mediante una incisión.

*[Después]*

*Al cortar la muñeca, la pérdida de sangre es de casi un litro.*

*"La gente no puede cortarse para cometer suicidio incluso si usa suficiente energía".*

La persona que dijo esto era una mujer de veintisiete años que se cortó cinco centímetros de largo y de cuatro a cinco milímetros de profundidad en la muñeca con un cuchillo delgado. Sí, la carne y los vasos sanguíneos son más difíciles de cortar de lo que se cree, hay tendones a los lados de las arterias de la mano, lo que dificulta el corte.

Si decides cortarte la muñeca, la herida se abrirá de par en par, se verán los vasos sanguíneos y la carne blanca, luego saldrá una ráfaga de sangre caliente. Incluso si solo cortas la vena, la toalla que te pongas se pondrá de color rojo de inmediato. Si te cortas la arteria, rociarás dos o tres metros de altura con seis veces la fuerza del mismo grosor de la vena. Sin embargo, a medida que la sangre fluye, la presión



arterial desciende lentamente y el sangrado disminuye. En cuanto al dolor, las palabras de una estudiante universitaria de 22 años que solo se cortó una vena son dignas de referencia.

*"Mientras miraba el sangrado pensé: ¿simplemente debería morir así? ¿O debería seguir viviendo?"*

*Tienes que elegir uno de los dos. Tal vez no necesariamente creas que esto es cierto, pero no duele en absoluto. Solía cortarme la muñeca cuando estaba en el segundo grado de la escuela secundaria. No sentía ningún dolor en ese momento. Podría morir haciendo esto."*

Es natural sentir dolor al cortar un nervio o una vena, el nivel de dolor es el mismo que el de un corte normal. Sin embargo, el problema después del corte es que, si la arteria se corta sin problemas, un tercio de la sangre del cuerpo se perderá, y, por tanto, la persona morirá. En el cuerpo humano, por kilogramo de peso corporal, los hombres tienen alrededor de 80 mililitros y las mujeres tienen alrededor de 60 mililitros de sangre fluyendo. Por lo tanto, si eres una mujer que pesa 50 kilogramos, tiene tres litros de sangre en tu cuerpo y morirás después de que fluya un tercio de ella (es decir, un litro). Esto es de dos a cinco veces los 400c.c. tomados durante la donación de sangre. Los más y ancianos morirán con una menor cantidad de sangrado. De hecho, es difícil morir cortándose la muñeca, pero siempre que el sangrado sea seguro, sigue siendo muy simple.

*[Sangre saliendo de la arteria carótida durante doce segundos]*

¿Qué pasa si cortas por completo cualquiera de las arterias carótidas de la izquierda y la derecha? La sangre brotará y salpicará en el techo o la pared. Después de unos cinco segundos, perderás el conocimiento, la función cerebral se detendrá y la mayor parte de tus sentidos se perderán después de diez segundos, muriendo por desangramiento (un estudio considera que son doce segundos).

Algunas personas piensan que cuando se corta la arteria carótida de un lado, la arteria carótida del otro lado sigue enviando sangre al cerebro, estando consciente unos tres minutos aproximadamente, pero la afirmación de muerte inmediata es más confiable.

Es un hecho bien conocido que el corredor de maratón Kokichi Tsuburaya se suicidó cortándose la arteria carótida. Estaba acostado en la cama y cortó la arteria carótida con una hoja de seguridad de doble cara.

Además, al igual que la mano, el método de cortar la arteria carótida que es menos profunda que la arteria hará que fluya mucha sangre. Inhalarás aire junto con el flujo de la arteria, y el aire que ingrese al vaso sanguíneo bloqueará el flujo sanguíneo y los pulmones, para luego morir. Del mismo modo, si entra aire en la tráquea, te asfixiarás y morirás. Sin embargo, incluso si te corta la arteria carótida, no es raro que el sangrado se detenga y no deje de respirar al igual que en el caso de las venas de la mano.

*[Con una incisión cobarde de automutilación no puedes morir]*

Cuando se corta el abdomen, primero se cortan muchos vasos sanguíneos pequeños en el abdomen que no son fatales, luego el intestino delgado se lesiona con la hoja del cuchillo y las heces se desbordan, causando la muerte por peritonitis. Por supuesto que no morirás de inmediato, se dice que tardarás tres o cuatro días en morir. La muerte del luchador profesional Li Daoshan también fue provocada por una peritonitis tras el apuñalamiento.

Cuando el cuchillo se inserta en el abdomen, causa un choque peritoneal. Normalmente, el dolor no es soportable. Sin embargo, si una punción profunda llega a la espalda y corta la aorta frente a la columna vertebral, provocando un sangrado masivo, la muerte es inmediata. Independientemente de hombres, mujeres o jóvenes, muchas personas mueren de esta manera.

En ese momento, el cuchillo no debe estar clavado en el abdomen todo el tiempo, sino que debe sacarse de inmediato. De lo contrario, el cuchillo bloqueará los vasos sanguíneos. Si la perforación al corazón es precisa, morirás en el acto, pero la estructura del tejido del corazón es bastante resistente.

Una ama de casa que se suicidó con un cuchillo de cocina de hoja gruesa tenía tres agujeros en el corazón, es decir, no murió de una vez.

Un carpintero que intentó suicidarse con tres clavos de cinco pulgadas en el corazón, no murió de inmediato

pues los clavos bloquearon la herida y evitaron mucho sangrado, luego de ser enviado al hospital, murió de sangrado durante la operación. De cualquier manera, el suicidio por sangrado es generalmente difícil.

### *[Condición corporal]*

*El "Blood Sea" es solo un adjetivo*

Cuando se corta la arteria carótida, algunos libros lo describen como *"un mar de sangre alrededor"*, pero en realidad son solo unos pocos litros de sangre que fluyen al piso, a veces salpicando el techo o la pared, pero el suelo no está lleno de sangre. Como en el caso del atleta Tsuburaya, su habitación no se convirtió en un mar de sangre. Por otro lado, si te cortas el abdomen horizontalmente con un cuchillo, saldrá un cubo de intestinos, lo cual es extremadamente feo.

### *[Nota]*

*No puedes morir si te cortas una vena de la mano*

Si quieres cortarte las venas de las manos y morir lenta y felizmente, lo mejor es beber un poco de vino y darte un baño para suavizar la circulación sanguínea. Pon tus manos en la bañera debajo de tu corazón. Ten cuidado de no dejar que la sangre se coagule y espera a que llegue la muerte. Si estás en coma, es posible que te ahogues. En este momento, recuperarás la conciencia. Esta no es una muerte feliz,

sino el dolor de asfixia, por lo tanto, ten cuidado de no ahogarse.

Al cortarse el cuello, es mejor acostarse de lado y en decúbito supino para mantener la posición del corazón sobre él. Cuando la sangre fluye lentamente, otros órganos internos que no están directamente relacionados con el sustento de la vida repondrán algo de sangre durante este período. Es decir, no puedes morir si no derramas casi el 70% de la sangre. Esto significa que la muerte por cortarse las venas de la mano es imposible. Puede darse el caso de una muerte por cortarse las venas, y se debe a que la mayor parte del aire inhalado de la vena bloquea los vasos sanguíneos del cerebro o los pulmones y la muerte es debida a una embolia gaseosa. De cualquier manera, esta situación es extremadamente rara.

### *[El costo de un intento de suicidio]*

Piensa en las consecuencias de un intento de suicidio. Las cicatrices.

Cuando se corta una vena, la marca que queda es blanca y parece una arruga en la muñeca. En el caso de cortar una arteria también se sufrirá un corte el tendón y el nervio mediano en el centro de la muñeca, estos pueden ser conectados nuevamente mediante cirugía (caso 12), el inconveniente en este caso, son las marcas de incisión longitudinal que quedan. La cirugía plástica puede ayudar, pero los gastos médicos cuestan decenas de miles o cientos de miles

de yenes. La sutura de la vena de la muñeca cortada cuesta unos 30.000 yenes para cubrir el 30% del seguro médico. Como precio de un juego de vida-muerte, sigue siendo barato.

### *[Estudio de caso 11]*

*Los sentimientos de la estudiante de secundaria que se cortó las arterias y los nervios de las manos*

En 1985, una estudiante de secundaria de 16 años se cortó la muñeca con un cuchillo. La herida lesionó una arteria, derramando un litro de sangre, pero terminó en un intento.

Respecto a la situación en ese momento, dijo lo siguiente:

*"Fue doloroso cortarme la muñeca, derramé mucha sangre y aún estaba despierta, incluso me corté un par de veces más. Dolía, de verdad dolía, ¡La sangre salpicaba por el vaso sanguíneo roto! Pensé que moriría así, pero no funcionó, así que lo hice de nuevo. En este momento, sin darme cuenta corté un nervio y me sentí entumecida. Me enviaron al hospital para recibir tratamiento. Estaba pensando que lo mejor sería ponerme una inyección de anestesia porque el dolor era insostenible."*

Desde que estaba en segundo grado de la secundaria, ella todavía hablaba y se reía frente a todos, pero solo cuando estaba con amigos, y cuando estaba sola, regularmente se sentía angustiada, no podía hablarlo con nadie, le era imposible. Una vez

quiso ir al departamento de neurología, pero no pudo decirles a sus padres. Cuando decidió suicidarse, la situación fue así:

*"Después de la cena, tenía tarea, y de repente me invadió una idea ¡No, no, no, no! Debería morir, la inmortalidad no es buena, ¿Si quiera existe tal cosa? Bajo estas circunstancias, gradualmente esa idea se convirtió en un sentimiento."*

Al mismo tiempo, dijo:

*"Pensé en el suicidio de manera instantánea, lo pensé hace mucho tiempo. Si realmente mueres, no habrá dolor. Aunque también creo que debería vivir, pero cuando muera, no tengo que sufrir más. Sea lo que sea que estés dispuesto a hacer, no tienes que pensar en las cosas dolorosas."*

*Cuando me di cuenta que no podía morir comencé a preguntarme si alguien me encontraría, y así fue"*

Como resultado, permaneció en un pabellón psiquiátrico durante cuatro meses y realizó un seguimiento de salud física y mental. Finalmente, fue dada de alta del hospital después de su recuperación.

*[Caso de inspección]*

Parece que se había cortado las arterias y los nervios centrales de la mano, fue muy doloroso cortárselo hasta este punto, supongo. Su idea de "Si mueres, no habrá nada más doloroso", creo que tenía razón.

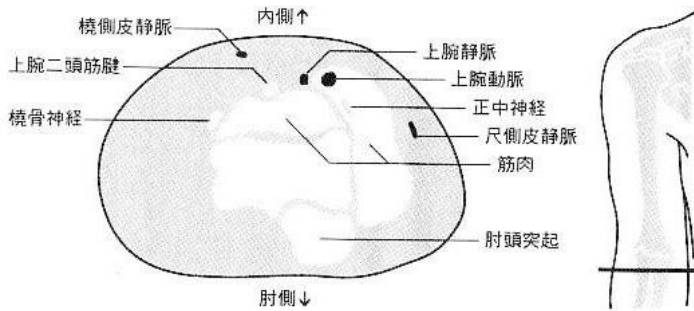


Figura 4: Vista en sección del codo izquierdo (extraída de "Anatomía seccional" - Nanjiang Hall)

#### [Estudio de caso 12]

*El raro intento de suicidio de Akina Nakamori, que se cortó la parte interior del codo*

Aproximadamente a las 4:30 pm del 11 de julio de 1989, cuando el popular cantante Kondo Masahiko regresó al apartamento, encontró a su amante, quien también era la popular cantante Akina Nakamori (entonces de veinticuatro años), cortándose el vello de la axila con una navaja. De repente, se cortó el interior de la articulación del codo izquierdo y cayó en un charco de sangre. Alrededor de cinco tazas de sangre fluyeron en el baño donde cayó, estaba confundida, parece que incluso, se había cortado la muñeca poco antes de que la encontraran. Inmediatamente fue trasladada al Hospital Universitario Médico de Cihui, la herida medía ocho centímetros de largo y dos centímetros de profundidad, se había cortado la vena y el nervio mediano, la operación de sutura duró seis horas.



Durante la operación, se le aplicó anestesia general, la presión arterial bajó a unos 60 y se transfundió sangre a 600 cc. Después de la operación, para no lastimar el área se le vendó el brazo con yeso durante un tiempo. Más tarde, se recuperó en las aguas termales de Central Izu, y ahora está completamente recuperada. Las secuelas de la incapacidad para doblar los dedos y la pérdida del conocimiento en el pulgar, índice y dedo medio que le preocupaba al principio no aparecieron y las cicatrices no eran visibles. Se cree que el motivo del intento de suicidio fue la fricción emocional entre Kondo y ella.

*[Mira este ejemplo]*

En este caso, al cortar el vaso sanguíneo dentro del codo, que fácilmente se considera un intento de suicidio falso y aburrido. Pero la longitud de ocho centímetros desde un extremo del interior del codo hasta el otro extremo, y con una de dos centímetros, puede ser considerada una lesión grave.

La herida debe abrirse mucho, pero si se corta la arteria, definitivamente será potencialmente mortal. El nervio mediano, que controla el movimiento y la sensación de la mano, está aproximadamente un centímetro debajo de la piel (ver Figura 4), y hay una arteria más gruesa cerca, que también está un centímetro debajo de la piel. Es un lugar perfecto para suicidio.

En el caso de Akina, fue un milagro que no se hubiera cortado la arteria.

*[Estudio de caso 13]*

El cadáver de Mitsuhiro Shimada de entonces 56 años, fue encontrado bajo el edificio de la empresa subsidiaria Nissho-Iwai Co., donde era el presidente, una mañana de febrero de 1979. Estaba involucrado en el caso de Douglas Grumman, debido a su relación con el incidente de Lockheed, a partir de ello los círculos políticos y financieros se involucraron y se convirtieron en un tema de discusión.

El cadáver de Shimada tenía marcas de cortes contundentes con un cuchillo en el cuello del lado derecho, la muñeca izquierda y perforaciones en el pecho hechas con un punzón. La causa de la muerte fue hemorragia y disfunción cerebral traumática.

La disfunción cerebral fue provocada por saltar desde la habitación del presidente en el séptimo piso del edificio. Llevaba una camisa y calzoncillos hasta la rodilla, una chaqueta de traje y calcetines solo en el pie derecho. Le dijo al personal del edificio que trabajaría horas extras, hasta alrededor de las 10p.m., y que ellos podían retirarse. Después de quitarse la ropa, se cortó el cuello y las muñecas con un cuchillo y se perforó algunos lugares del pecho con un punzón. Pero ninguna de las heridas fatales logró matarlo.

Después de varias horas de dolor, finalmente trepó por el alféizar de la ventana de setenta centímetros de altura con todas sus fuerzas y saltó desde la ventana del séptimo piso. El calcetín de su pie izquierdo se quedó junto a la ventana y probablemente se cayó debido a la sangre cuando se arrastró por el alféizar de la ventana. También había manchas de sangre en el baño a cinco metros de la habitación del

presidente, esto se debía a la incontinencia causada por el shock del sangrado abundante.

La pelea de Shimada con el dios de la muerte fue extremadamente miserable. Estaba en coma debido a sangrar varias veces, y cada vez que recuperaba la conciencia, se atacaba el cuerpo. La alfombra de la habitación estaba naturalmente manchada de sangre. Las botellas y tazones de té de Whisky Sandeli que acababan de ser abiertos estaban esparcidos. La mesa estaba ordenada como para mostrar su carácter durante su vida, dejando nueve notas de suicidio. Pantalones, chaquetas, bufandas, camisas, etc. estaban cuidadosamente colocados en el medio del sofá, lo que demuestra que se había preparado cuidadosamente para el suicidio.

Se le consideraba un testigo importante en el incidente de ese momento, era la mano izquierda y derecha del ex vicepresidente de Hachiro Kaifu que luego fue detenido, por lo que indudablemente se trataba de un suicidio relacionado con este incidente. Dos días antes del suicidio, Hachiro celebró una conferencia de prensa. El memorial que se dejó a los miembros decía:

*"La vida de la empresa es para siempre, y debemos dedicarnos a ella para siempre."*

*[Mira este ejemplo]*

Este es un ejemplo vívido de lo difícil que es suicidarse por autolesión. De hecho, el suicidio autolesivo es lo mismo que el suicidio por ingestión de veneno, y la tasa

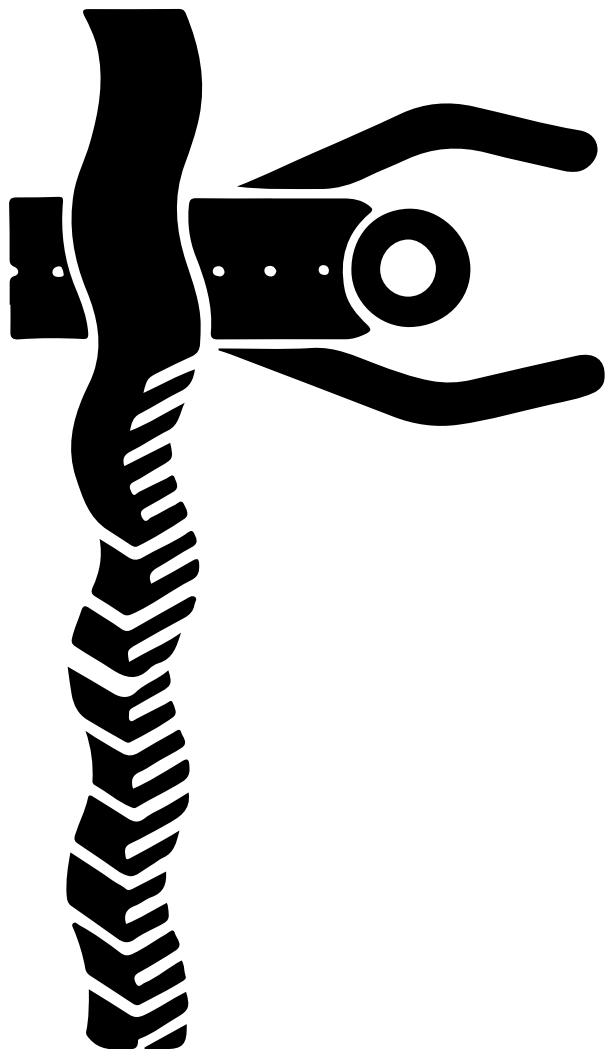
de intentos es particularmente alta. Esta persona se corta las muñecas, luego el cuello y luego usa un punzón para apuñalar su pecho, de hecho, si opta por saltar del edificio desde el principio, no hay necesidad de tanto sufrimiento innecesario. Una cosa que no debe pasarse por alto es que cuando se cortó el cuerpo con un cuchillo y estaba a punto de desmayarse, fue al baño, entre otros métodos de suicidio, la expulsión de heces se debe a menudo al shock, pero cuando la conciencia aún está clara.

Luego de su preparación cuidadosa de la habitación y sacar su nota de suicidio, primero debe ir al baño. Es muy raro que las personas no quieran que otros vean los signos de incontinencia y vayan al baño durante el proceso de suicidio.

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



SALTAR A LAS  
VÍAS DEL TREN



<i>Dolor</i>	  
<i>Esfuerzo</i>	
<i>Desagradable</i>	    
<i>Fastidioso</i>	    
<i>Impacto</i>	   
<i>Letalidad</i>	    

El cuerpo será aplastado, la suspensión del tren eléctrico provocará grandes obstáculos. Con este método puedes morir cuando realmente estás decidido, y se ha vuelto más popular en los últimos años.

*Salir de la empresa o la escuela con el cuerpo extremadamente cansado, mientras piensas en el mañana; te paras en el andén y escuchas el anuncio de la llegada del tranvía. No quieres pensar más en el futuro, realmente quiero ser un fantasma justo en ese momento y ponerle fin a todo.*

Hay muchas personas que tienen esos pensamientos en sus mentes. Está claro que el miserable cadáver estará expuesto a la gente, pero cada vez hay más casos de personas que saltaron a las vías del tren y murieron.

Me temo que este método es más adecuado para los deseos suicidas impulsivos. Cuando se trata de suicidio en un accidente automovilístico, es más fácil morir en el ferrocarril o ser arrollado por un camión en la carretera. Sin embargo, según las estadísticas del Departamento de Policía Metropolitana en 1991, había 179 personas que se suicidaron en la estación, y un gran número de personas que se suicidaron cuando el ferrocarril estaba sobre la vía. En otras palabras, más del noventa y nueve por ciento no se suicida saltando hacia vehículos ordinarios, sino hacia los tranvías y trenes. Entre ellos, la mayoría de ellos yacen en el ferrocarril en lugar de en la estación.

Hay más accidentes ferroviarios que los accidentes normales, lo que puede deberse a la alta "tasa de

mortalidad" de este método, tal y como con el ahorcamiento o el saltar de un edificio.

Si quieres morir de esta manera, ¡Tírate a las vías del tren sin dudarlo! Según las estadísticas de la antigua Área Metropolitana del Ferrocarril Nacional, los meses en los que más pasa el tren son julio y agosto, y el tiempo entre un tren y otro es de 6 a 7 minutos; en las estadísticas de otros métodos de suicidio son ligeramente diferentes los tiempos. Como un dato importante, se indica que el 77% de los suicidas son hombres y el 23% mujeres. También es interesante saber que la mayoría de los suicidios ocurren en días nublados.

### *[Preparación]*

Si estás esperando en la estación por donde pasa el tren y quieres saltar del andén de la estación, debes elegir la "estación *non-stop*" del tren expreso o directo. La tasa de mortalidad de un tranvía que se está desacelerando también disminuirá.

Si es una parada, entonces debes seleccionar la parada de tranvía más lejana en la plataforma. Saltar repentinamente afectará a las personas que te rodean.

Aunque no está mal, chocarás con la parte delantera del tren y saldrás expulsado una vez dominado el tiempo, y si la fuerza de salto es demasiado fuerte puedes caer al otro lado de la pista.



No hay necesidad de entrar en pánico. Si el tranvía que entra en la estación se encuentra a más de cien metros de ti, no le daría tiempo de frenar, el freno de emergencia tampoco funcionaría, así que no importa qué, de cualquier forma, morirás. Cuando saltes lentamente a la pista y te acuestes allí, nadie te detendrá.

Un empleado de 42 años caminó desde debajo del andén hasta la vía y se quedó boca abajo esperando la llegada del tranvía, finalmente el tranvía lo atropelló aplastándole la cabeza y la pierna derecha, murió en el acto.

Un tranvía de la línea Yamanote entró en la estación de Tokio a una velocidad de 57 kilómetros por hora. Frenó de manera inmediata cuando un hombre saltó de la vía 30 metros más adelante. Sin embargo, debido a la inercia, avanzó más de 100 metros y el hombre fue atropellado, todo su cuerpo quedó destrozado, el cerebro le estalló por detrás de la cabeza y murió en el acto. Cabe recordar en este momento que las sirenas de la policía del tranvía sonarán muy fuertes, y es casi ensordecedor.

*[Elige actuar de noche]*

Cuando estés cierta distancia de la estación, intenta elegir un giro sobre la vía que no sea fácil de ver para el conductor. Es recomendable tomar el tranvía con anticipación y observar los lugares a los que el conductor no presta mucha atención. Cuando encuentres un lugar adecuado, puedes tumbarte con

tranquilidad y esperar la llegada del tranvía. Sin embargo, cuando se acerque el tren se escuchará un ruido sordo, se dice que no puedes permanecer allí en un estado de ánimo normal, por lo que es mejor tomar un poco de alcohol, somníferos, tranquilizantes, etc.

Hubo un caso de unos estudiantes de tercer año de secundaria que saltaron de la plataforma de la línea ascendente de la estación Shizuoka a la vía y se detuvieron frente al tren bala "*Hikari*" de 200 kilómetros por hora, y fueron atropellados por el tren. Este es realmente un ejemplo de la valentía de estar dispuesto a saltar.

Generalmente, a este tipo de transporte les es más difícil detenerse en rutas normales. Un tranvía que viajaba a una velocidad de 90 kilómetros por hora frenó repentinamente cuando vio a una persona a 200 metros más adelante, la fuerza que llevaba lo hizo conducir otros 200 metros. Según los datos, la distancia desde el tranvía hasta una parada después de un frenado de emergencia es la velocidad en el momento del frenado.

En términos de tiempo, definitivamente debes elegir la noche. Ya sea que se trate de las personas que te rodean o del conductor, no será fácil ubicarte. Cuando sea difícil ingresar al área de la ruta, puedes correr rápidamente desde el paso a desnivel o saltar del puente peatonal. En realidad, hay muchas formas de ingresar al área de la ruta. (Caso16)

[Después]

Morir inmediatamente

Si te acuestas, cualquier parte de la cabeza, abdomen, pecho, manos y pies que se apoye en la pista quedará aplastada. Mientras el pecho y la cabeza estén aplastados, morirás en el lugar. Si las ropas fueran enganchadas por un vehículo, serías arrastrado más de diez metros, el cuerpo rodaría y sería atropellado varias veces, las partes destrozadas quedarían esparcidas a cientos de metros. Es más probable que esto suceda al saltar de una plataforma o al entrar por un paso a desnivel. La energía cinética del tranvía es tan grande que a veces los zapatos o los bolsos de cuero golpean a las personas en la plataforma.

Un hombre se lanzó a la pista de un tranvía a una velocidad de 85 kilómetros por hora, como resultado, sus manos, piernas y cuerpo quedaron destrozados, esparcidos a una distancia de 100 metros y su cabeza quedó deshecha.

Cerca de las llanuras de Sagami, un hombre se quedó enganchado en la vía a 300 metros del tren Hikari que corría a una velocidad de 200 kilómetros por hora, de espaldas al tren, solo se vio una nube de polvo y sangre salpicando. El hígado, parte del cuero cabelludo, la columna vertebral, la pelvis, piel, la mandíbula, la muñeca derecha y tres dientes estaban esparcidos dentro de cuatro a quinientos metros. Las otras partes quedaron deshechas. El tren avanzó tres o cuatro kilómetros después de frenar antes de detenerse.

### *[Niebla roja lluviosa]*

Una joven se paró en la vía y fue atropellada por el tren Hikari hasta la muerte, su parte superior del cuerpo golpeó la pared del andén a 30 metros de distancia y luego rebotó hacia este mismo, su ropa y gafas de sol también volaron, alrededor todo parecía una niebla de sangre. El departamento de ventas de la plataforma inferior dijo que solo se escuchó un golpe sordo y que los ojos se enrojecieron de repente. Entonces, ¿qué fuerza provocó que los fragmentos u objetos del cuerpo fueran expulsados? Si una persona choca con la parte delantera de un tranvía ordinario, será expulsada cinco o seis metros mientras el tren sigue. En este momento, la muerte se debe a un paro cardíaco, si en caso, el cuerpo cae sobre los rieles, será aplastado, pero, si desafortunadamente cae fuera del riel, es posible que aún quede con vida.

### *[Condición de cadáver]*

Este es el peor de todos los métodos suicidas y debemos estar preparados psicológicamente para ello. Si no saltas en la estación o en el paso a desnivel, los pasajeros comunes y las personas que observan el bullicio no verán el cuerpo. Los cadáveres que fueron derribados a veces no mostraron daños en la superficie.

En el caso anterior, los órganos internos se destruyeron gravemente. El personal de la estación manipuló el cadáver en unos diez minutos y limpió el área circundante, pero después de treinta minutos no

pudieron encontrar la mano o el cuello que se quebró. La cabeza fue hallada después de conducir 900 kilómetros desde la prefectura de Fukushima hasta Hokkaido.

También hay un ejemplo de una mujer que se lanzó en la prefectura de Yamaguchi y solo fue descubierta después de una distancia de 900 kilómetros hasta Yokohama. Aunque el cadáver fue transportado y el tranvía reanudó su funcionamiento, los pedazos se esparcieron por todas partes, y los caminos pavimentados estaban manchados de sangre, dejando rastros por todos lados.

En resumen, este definitivamente no es un método adecuado para personas que quieren morir con su cuerpo completo.

*[Nota]*

*La pista y el cuerpo deben estar en ángulos rectos.*

A veces, por mala suerte, quedan aplastadas las manos y los pies, pero no termina siendo mortal; las personas que han tenido este tipo de situaciones pasan la segunda mitad de su vida con prótesis (Caso 15), por lo que hay que pensar en dejar caer el cuello o el pecho sobre la pista. En ocasiones, el cuerpo queda atrapado en medio de la pista, y milagrosamente solo se pasa llevando unos cuantos pelos (Caso 14). Por lo tanto, poner el cuerpo en ángulo recto es el método básico para suicidarse tumbándose en la barandilla.

### *[Prepárate para pagar una enorme compensación]*

El suicidio ferroviario traerá consigo una enorme compensación. Según las estadísticas de los antiguos Ferrocarriles Nacionales en 1985, un frenado de emergencia de un tranvía provocó una pérdida de potencia de 6.000 a 8.000 yenes y una tarifa por desgaste de las ruedas de unos 10.000 yenes. En una parada de tren en la línea Yamanote de Tokio, que tiene una gran cantidad de pasajeros, se perderán cientos de miles de yenes cada 15 a 30 minutos. Si es la hora pico, provocará una pérdida de 100 a 200,000 yenes. El costo de la pérdida en Shinkansen es aún mayor, con un retraso de decenas de millones de yenes durante una hora.

También hay casos en los que un automóvil se estrelló contra un tren expreso y se le pidió una compensación de 30 millones de yenes; otro automóvil también se estrelló contra la línea Tokaido y se le pidió una compensación de 140 millones de yenes. Las personas que conocen la historia interna dicen que no hacen ningún reclamo debido a la opinión pública, pero no es fácil hablar con Japan Railway Company.

Actualmente no se ha presentado ningún proceso público, pero la demanda sigue en curso. Esto se debe a que la dirección de contacto de la familia del fallecido a menudo no está clara y es posible que el reclamo no tenga éxito. De esta manera, el suicidio acostado sobre rieles no es un método rentable, pero como dije al principio, cuando de repente piensas en el suicidio, este es el método que aparece ante ti. Deja que sigan las cosas en el futuro, si quieres morir en ese momento. Para el tipo de personas mencionado anteriormente, por supuesto que es un método mejor.

*[Estudio de caso 14]*

*La mujer que sobrevivió milagrosamente al accidente*

Alrededor de las 5 de la tarde del 29 de diciembre de 1991, una mujer de 24 años intentó suicidarse, saltando desde el paso elevado, quedando 500 metros frente a la estación Nishi-Funabashi, en la línea de tren Musashino. Era una mujer soltera que trabajaba para una empresa de informática en la ciudad de Chiba y recién salía del trabajo. El paso elevado tiene siete metros de altura y, si te caes accidentalmente, morirás incluso sin el tranvía.

Cuando ella saltó, el tranvía se detuvo diez metros después de donde ella se encontraba debido al freno de emergencia. Fue encontrada debajo de uno de los vagones, su cuerpo quedó atrapado entre los dos rieles y resultó sin heridas de gravedad. El médico diagnosticó que la cabeza y la cintura sufrían contusiones que requerían tratamiento durante una semana. Se salvó porque era pequeña, su espalda no estaba enganchada al riel y el tranvía redujo la velocidad antes de entrar a la estación. De lo contrario, el cuerpo se habría visto involucrado y moriría aplastada. Aunque no habló sobre el motivo del suicidio, según sus amigos, la reciente relación con un hombre estaba relacionada.

*[Mira este ejemplo]*

Una persona saltó de un edificio y fue arrollada por un tranvía, este es un ejemplo extraño en que se usaron

dos métodos altamente letales al mismo tiempo, pero la persona no murió.

En un principio, saltar desde una altura de siete metros provocaría lesiones bastante graves, además, cuando el tranvía pasó por encima, solo fue contorsionado levemente, es un milagro que el cuerpo hubiese aterrizado accidentalmente en medio de los rieles

Creo que hay un caso parecido, pero con un final distinto, el de una mujer a la que se le denominó, “bomba de carne”.

Ella también saltó desde el paso elevado hacia el tranvía, solo para ser aplastada hasta morir. Una cuestión que vale la pena investigar es el día y la hora en que decidió suicidarse. El 29 de diciembre de 1991, domingo. Como en todos los lugares, su trabajo debió terminar el viernes, o bien, el sábado, pero ella se quedó ahí hasta las 5 de la tarde del domingo ¿Por qué se quedó en la empresa? ¿Qué estaba haciendo? De cualquier manera, estaba decidida a suicidarse.

#### *[Estudio de caso 15]*

*Intento de suicidio en ferrocarril, una mujer que sobrevivió rompiéndose una mano y los dos pies*

Esta mujer falló en un intento de suicidio en febrero de 1955, cuando era una estudiante de segundo año de 16 años. A las diez de la noche, corrió hacia las vías del tren bala que acababa de salir de la estación Shinjuku



de la línea Odakyu y saltó como *atraída por el ferrocarril* desde el frente del andén.

El tranvía frenó bruscamente y se detuvo. Su tobillo derecho, la parte debajo de la rodilla de su pie izquierdo y el hombro de su mano izquierda fueron arrancados; el dedo anular y el meñique de su mano derecha estaban rotos. Solo le quedaron el pulgar, el índice y el dedo medio en la mano izquierda. En ese momento, gritó desesperadamente:

*"¡Caliente, caliente!"*

Y pronto perdió el conocimiento. Fue enviado al hospital en ambulancia y estuvo en coma durante una semana, cuando recuperó la conciencia y conoció su estado, diez días después del accidente, pensó desesperadamente que debía morir, pero al poco tiempo decidió vivir creyendo las palabras del pastor cristiano y la Biblia. Fue dada de alta del hospital en agosto, con prótesis en ambas piernas. Se casó con el pastor al año siguiente y tuvo dos hijos, y ahora está participando en una conferencia que promueve la preciosidad de la vida.

*[Mira este ejemplo]*

Que su intento de suicidio fallara fue culpa suya. La colisión con el tranvía que acababa de arrancar pudo causarle heridas mortales, pero ese no fue el caso. A partir de este ejemplo, también podemos saber que la velocidad del tranvía debe ser lo más rápida posible. Sin embargo, incluso un tranvía que acaba de

arrancar tuvo el poder de romperle las manos y los pies. Un ejemplo poco común, en el que digo:

"Este es el caso si falla un suicidio ferroviario".

[Estudio de caso 16]

Mujer aplastada en el túnel de Seikan

En marzo de 1991, se encontró el cuerpo de una mujer de 26 años cerca de la estación marítima de Yoshioka en el túnel de Seikan. Ambas manos y piernas por encima de la frente estaban completamente cortadas. Sin embargo, la estación submarina de Yoshioka es una de las dos estaciones no tripuladas en el túnel de Seikan para la prevención de desastres. El tranvía no se detiene. No es un lugar donde la gente común pueda entrar. ¿Cómo pudo morir en un lugar así?

La investigación mostró como resultado que el paradero de la mujer se desconocía desde el día antes de su suicidio. El día 18 decidió regresar a su casa en Tokio, el incidente ocurrió en el camino de regreso desde Sapporo, sufrió un ataque de nervios y se vio decidida a morir, subió al tren expreso que partió a las 22:00 del mismo día, y cuando pasó por la estación de submarinos de Yoshioka alrededor de las 3:50 al día siguiente, se lanzó mientras el tren reducía la velocidad. Salió de uno de los vagones, abrió la ventana y saltó, luego se acostó en el carril del otro lado y fue aplastada hasta la muerte por un camión que pasaba por ahí a las 4:00.

El día 18, llamó a casa y le dijo a su padre:

"Me voy a casa"

*[Prueba de la causa de muerte]*

Es muy difícil acostarse en las vías del tren y esperar a morir, especialmente en las áreas metropolitanas. Pero el suicidio del túnel que ella inventó puede usarse en áreas metropolitanas.

Ir a todas partes para encontrar puntos muertos en la ciudad es también el placer de prepararse para el suicidio ferroviario; el metro también tiene muchos lugares buenos que no son muy conocidos. Para ingresar a la ruta, la condición principal es que el área circundante debe estar oscura. Al ingresar a un paso a desnivel en un área metropolitana no permitas que la gente te vea, la posibilidad de morir es mayor de noche y es difícil que el conductor te vea antes.

De hecho, el cadáver de la mujer solo fue descubierto alrededor de las 5:40, una hora y media después, lo que significa que el conductor no se dio cuenta en absoluto. Por otro lado, se especuló que estaba tendida sobre los rieles, lo que se derivaba de la condición del cuerpo.

También es importante que el tren corte las áreas vitales del cuerpo, solo imagina la enorme fuerza de corte de las ruedas del tren. Si te subes a un coche, en muchos casos te romperán en pedazos, y si te acuestas, probablemente te cortará en dos partes.

Esta es una gran inspiración para las personas que intentan suicidarse recostándose sobre los rieles fuera de la estación. En la novela de misterio de Nishimura Kyotaro, también existe la hipótesis de que se encontró un cuerpo femenino en la estación de los fondos marinos de Yoshioka. Tal vez ella haya leído esta novela. Dicho esto, en el fondo del mar a una profundidad de 50 metros, en un frío glacial y en la oscuridad, puedes tumbarte sobre los rieles y esperar diez minutos. Es inimaginable. Es una experiencia de horror extremo que supera lo ordinario. No es para la gente común. Es inimaginable. La psicología anterior al suicidio es realmente esquivia.



Al igual que en otros lugares de suicidio, probablemente no haya muchas personas que vayan deliberadamente a la montaña Sanyuan para suicidarse, pero el volcán tiene la ventaja de envolver cadáveres.

El cráter volcánico es una especie de reino secreto, y en este no se realizan búsquedas de cadáveres a gran escala como en Shuhai, a partir

de este punto todavía tiene su valor de uso, por lo que se introduce.

### *[Historia]*

¿Cómo pudo el monte Mihara en la isla de Oshima en las islas Izu convertirse en un lugar para suicidas?

Todavía no hay mucha gente que lo sepa, y la causa se remonta a un caso misterioso hace sesenta años. El 24 de febrero de 1933, dos estudiantes de la Practical Women's High School en el No. 21 subieron al monte Sanyuan, uno de ellos dijo:

*“Salúdalos a todos”*

Y saltó a la boca del fuego, mientras que el otro fue rescatado cuando aún dudaba. Las dos personas estaban planeando suicidarse juntas. Esto fue suficiente para conmocionar a los alrededores.

Después de la investigación, se descubrió que esta estudiante que se salvó también había escalado la montaña Mihara con otra amiga el 9 de enero, un mes antes. La amiga se suicidó sola y ella regresó. El incidente del *"guía de la muerte"* causó sensación en la sociedad.

Por razones desconocidas, voluntarios suicidas, principalmente hombres y mujeres jóvenes, acudieron en masa a la montaña Sanyuan. En tres meses, 32 personas se suicidaron y 67 personas intentaron suicidarse. Era algo increíble.

Con respecto al caso, la situación real es que a la niña que se convirtió en testigo, su amiga le pidió que la acompañara a suicidarse. Un mes después, alguien le confió accidentalmente sus pensamientos de suicidio, por lo que presentó la historia de la montaña Sanyuan. En repetidas ocasiones la obligaron a ser guía y no tuvo más remedio que llevar a sus amigos al cráter.

Como resultado, en este año, había 804 hombres y 140 mujeres en la montaña Sanyuan, un total de casi mil suicidios, incluso parejas que sintieron el sabor agradable de la muerte y saltaban juntos diciendo:

*"Adiós a todos"*

Por lo tanto, la montaña Sanyuan se convirtió repentinamente en un centro turístico suicida.

### [Cómo llegar]

Desde el lugar de descanso alrededor del cráter o la parte superior de la tienda conmemorativa, camina hacia la montaña Nairn. Alrededor del cráter, solo está prohibido ingresar a la cima de la montaña Beilun. No se puede ver el interior del cráter. Si deseas saltar, debes trepar (ver Figura 1).

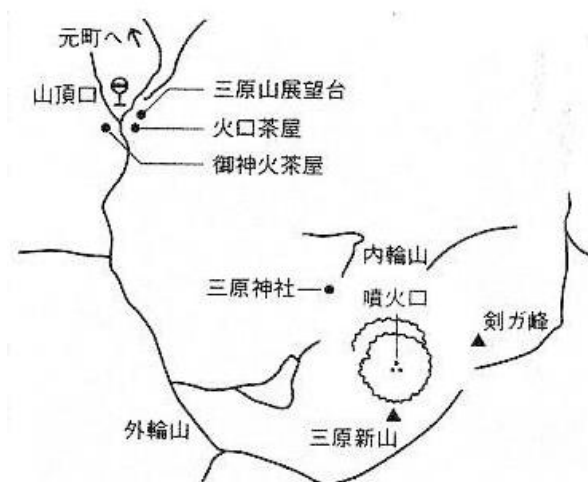


Figura 1 Cráter del monte Mihara

Al saltar al cráter, hay muchos casos en los que las personas quedan colgadas de una roca sin caer al fondo del volcán, la zona del magma (Caso 17), pero morirás debido al coma por inhalación de ácido sulfúrico en unas pocas horas.

Aunque no es en la montaña Sanyuan, en 1948 un joven que seguía los pasos de Osamu Dazai, dejó una nota de suicidio que decía:

*"Llévame también"*

Y se lanzó al monte Aso. El joven colgó de una roca de 150 metros y fue detenido. Según los datos de la encuesta, la temperatura de la roca era de 100 grados y el aire de 65 grados a una distancia de 240 metros del paso de Aso.

Ten cuidado cuando saltés, no dejes que las personas en la plataforma de observación en la cima de la montaña lo noten.

#### *[Transporte • Alojamiento]*

Hay barcos a Oshima desde Tokio, Yokohama, Atami e Ito, y vuelos directos desde Haneda y Chofu. Por ejemplo, hasta la cima del monte Mihara, se puede utilizar un autobús o un taxi. El alojamiento es en el hotel Oshima Onsen en la octava sección de la montaña Mihara. También hay hoteles grandes y pequeños en Motomachi y Okada en el puerto, y también hay posadas agrícolas. No está mal suicidarse después de quedarse unos días.



*[Estudio de caso 17]*

*El hombre que trepó hasta el cráter*

Aproximadamente a la 1 p.m. del 3 de diciembre de 1956, un par de hombres jóvenes (29 años) y una mujer (26 años) se dirigían a suicidarse cuando la montaña Sanyuan hizo erupción a gran escala, cuando los dos hombres saltaron, pudieron ver el nuevo paso montañoso volcánico creado por la eyección de magma. El rescatador que recibió la noticia desafió el calor insoportable y el gas ácido sulfuroso para rescatarlos. La pierna de la mujer se hundió en uno de los caminos de lava y llamas, sin poder moverse, no había posibilidad de rescate; uno de los hombres estaba un poco alejado de la llama, pero gemía del dolor que tenía en todo el cuerpo debido a su pierna lesionada, como aún estaba consciente, los rescatistas lo levantaron y trataron de trasladarlo a un lugar más seguro, dejándolo en una roca bastante alejada del área de peligro, para entonces, ya tarde, el lugar era bastante oscuro, así que volvieron al puerto de Huoshan, ya eran las 3:15 p.m.

Pero cuando regresaron por él a la mañana siguiente, el hombre ya había trepado hasta la orilla del cráter por su cuenta.

Incapaz de usar las piernas en absoluto, se rasgó la bufanda y se vendó la cabeza y las manos. Cavó dos agujeros en la pared del volcán con las manos, puso las rodillas en los agujeros y subió por completo la pared restante del cráter con una inclinación de unos 70 grados, aproximadamente a las 4 de la mañana. Fueron casi trece horas luchando contra la muerte, él solo quería lanzarse. Cuando lo encontraron su rostro

estaba oscurecido por la coagulación de la sangre, su ojo izquierdo estaba magullado, solo sufrió heridas leves, la bufanda a su lado se había vuelto amarilla y estaba rota.

La mujer muerta fue encontrada pasadas las once de la mañana. Su pierna había desaparecido y su cara estaba hinchada por el gas. Se dijo que el motivo del suicidio era matar el triángulo amoroso que había existido durante varios años.

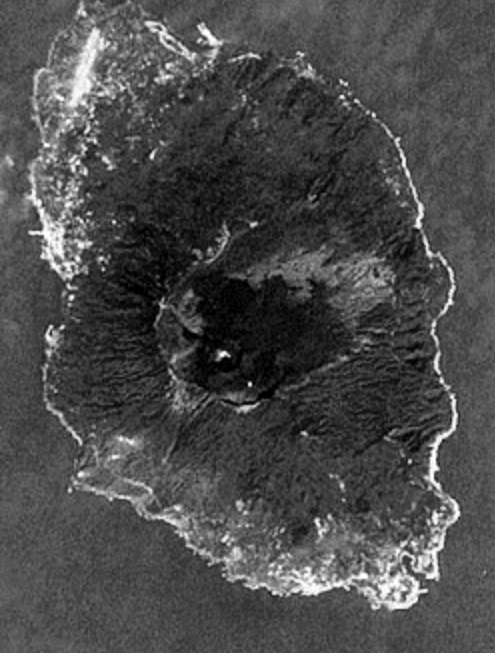
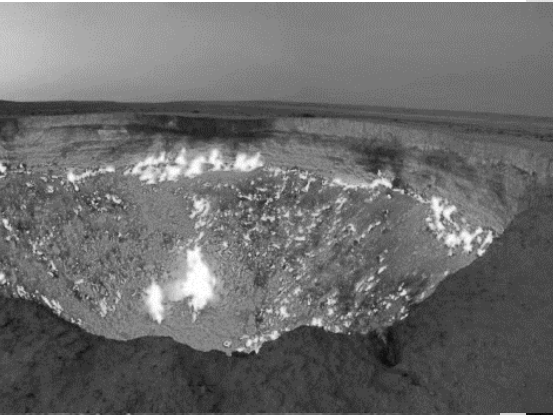
*[Mira este ejemplo]*

*La vitalidad es asombrosa.*

Cuando el equipo de rescate lo dejó en la roca, él quería volver a saltar, él realmente quería suicidarse, por lo que siguió trepando hasta que cayó inconsciente. Se ha hablado bastante del horror del cráter del volcán. El hombre describió la escena de esta manera:

*"Por el intenso calor y el rocío de humo de azufre, mi cara estaba caliente y no podía respirar."*

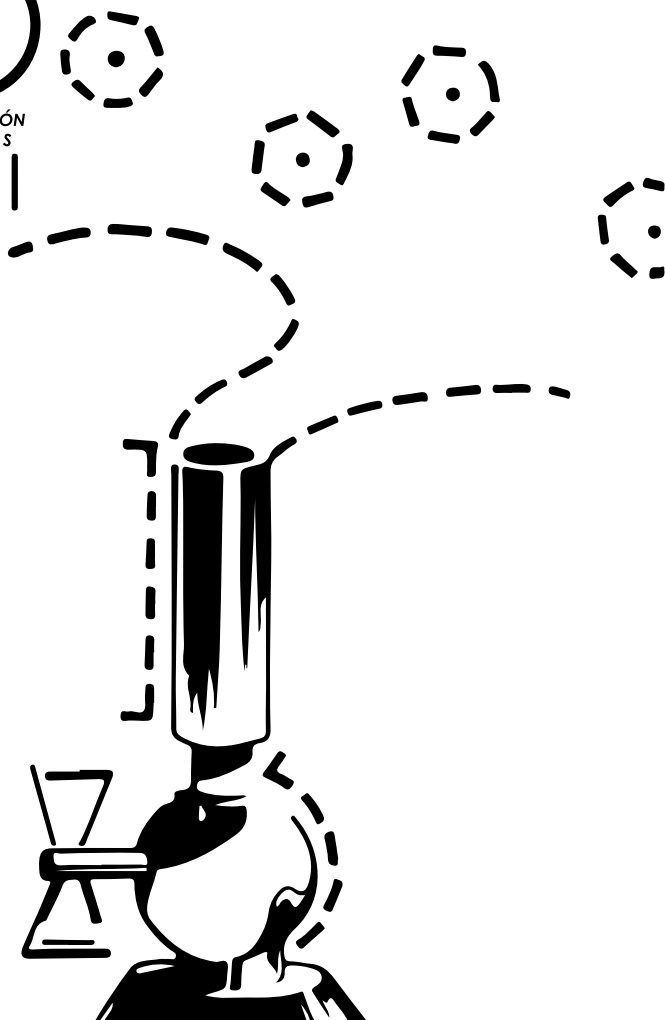
La mujer que tocó perfectamente el magma logró el objetivo, pero el cadáver fue terrible. Esta historia muestra que, al suicidarse en un volcán, la ubicación de la caída y el deseo de morir son muy importantes.



EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



INTOXICACIÓN  
POR GAS



<i>Dolor</i>	 
<i>Esfuerzo</i>	    
<i>Desagradable</i>	
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	
<i>Letalidad</i>	  

Conectar un tubo desde el puerto de escape del automóvil a la ventana y bloquear el lugar es bastante lento y problemático, pero puedes morir fácilmente y no es demasiado feo.

Para evitar cometer errores, primero debo aclarar que es poco probable que mueras tan fácilmente con el gas propano.

*"Abrió la llave del gas en la habitación, luego cayó y gradualmente perdió el conocimiento"*

Ese método está desactualizado. Debido a que las compañías han convertido el gas del pasado en uno natural que no contiene monóxido de carbono, las muertes por intoxicación son poco probables, excepto en algunas áreas. El gas de petróleo tampoco contiene monóxido de carbono. Incluso si mueres, no será por asfixia debido a la falta de oxígeno, sino una muerte por envenenamiento, lo cual es muy diferente a muerte por hipoxia, incluso el dolor que se siente es completamente diferente.

En términos generales, la muerte por envenenamiento sigue siendo una forma más cómoda de morir. Atrás quedaron los años 70, cuando fácilmente podías envenenarte y suicidarte en la habitación. Sin embargo, hoy en día las emisiones de automóviles que contienen monóxido de carbono siguen siendo letales, de hecho, la mayoría de los suicidios han sido reemplazados por este gas de escape. Si deseas usar gas propano, debes estar preparado para soportar muchísimo dolor. Si corres con mucha suerte, podrías morir de asfixia justo en el momento en que se abre el tubo, tal y como el caso de una chica de diecisiete

años. Dicho esto, algunas viviendas cuentan con dispositivos de seguridad que detienen automáticamente la descarga a las pocas horas, pero sigue existiendo el riesgo de explosión, por lo que es mejor no pensar en suicidarse con gas en casa.

Si deseas morir por falta de oxígeno, no es necesario que llenes la habitación con gas, solo cubre con una bolsa de plástico tu cabeza. Aunque parezca un poco primitivo, más de 100 personas se suicidan con este método cada año. Además de las bolsas de plástico, otros métodos como el suicidio con drogas al mismo tiempo son más efectivos (Caso 19).

Del mismo modo, aunque no fueron envenenados hasta la muerte, también hay personas que murieron quemadas al llenar la habitación con gas. Este método es sencillo y adecuado para personas que se suicidan impulsivamente, las explosiones tienen el efecto de la muerte en el acto, pero, hay muchos otros casos en los que la persona queda con quemaduras corporales y dolor durante varios días, hasta morir. Causa mayor daño al entorno, y no se sabe con certeza si realmente morirás. Esas son las razones por las que no vale la pena recomendarlo.

### *[Preparación]*

#### *Llene el tanque de combustible con gasolina*

Para suicidarte en un automóvil, primero debes preparar un tubo de goma y cinta adhesiva de tres a cuatro metros de largo. La manguera de goma debe comprarse en una tienda de acuerdo con el grosor del

puerto de escape. Si el grosor es incorrecto, puedes envolver varias capas de tela de goma para que el gas no se salga. Luego, conecta el tubo al puerto de escape, fíjalo firmemente con cinta adhesiva, insértalo a través de la ventana del automóvil y sella los espacios por los que podría entrar aire. Ahora entra al auto, siéntate, cierra la puerta y enciende el motor, luego baja el asiento, escucha la música que reproduce el radio y te sumergirás a un sueño permanente. Asegúrate de llenar la gasolina. Si los vecinos no están prestando atención, puedes estacionarte en tu propio garaje, pero es mejor en el bosque donde la gente no pueda verte, o lugares vacacionales en época de baja.

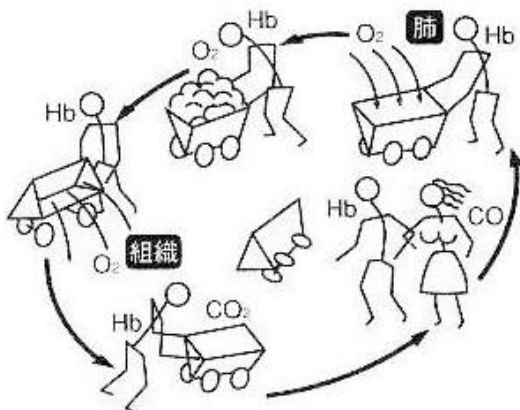


Figura 1 La hemoglobina (Hb) absorbe oxígeno ( $O_2$ ) en los pulmones. Una vez que se suministra oxígeno a los tejidos, absorbe el dióxido de carbono ( $CO_2$ ) de los tejidos y lo transporta a los pulmones, pero una vez combinado con monóxido de carbono (CO), las funciones anteriores se perderán (Extracto de "Introducción a la Medicina Forense" Yatoshima Shinnosuke / Libro, nuevo libro de Zhong Gong)



*[Confirmar la presencia o ausencia de monóxido de carbono]*

Al suicidarte en la habitación, primero confirma si el gas que utilizarás contiene monóxido de carbono y también verifica si hay dispositivos de seguridad.

Lo que queda por descubrir es si mueres por intoxicación debido al monóxido de carbono o por falta de oxígeno, en cualquiera de los dos casos, debes sellar bien las juntas de las ventanas y puertas, abre la llave del gas estés listo para ir a dormir. El gas propano es más pesado que el aire, por lo tanto, debes estar tirado en el suelo; en el caso del gas de carbón, es más liviano que el aire, así que es mejor estar en un lugar alto. Por supuesto, también puedes tener el coraje de ponerte un tubo de goma en la boca, lo cual sería genial y más rápido. Inesperadamente, hay muchas personas que utilizan este método. El escritor Kawabata Yasunari también se suicidó de esta manera.

*[Después]*

*Pequeño dolor*

A medida que aumenta la concentración de monóxido de carbono en el aire, aumenta el tiempo de inhalación, aumentan los mareos y los latidos del corazón, lo que hace perder el conocimiento hasta la muerte. Esto se debe a que la hemoglobina, que transporta oxígeno en la sangre, se combina con el monóxido de carbono a una concentración de 200 a 300 veces la fuerza del oxígeno para formar

hemoglobina de monóxido de carbono en la sangre, lo que reduce drásticamente el oxígeno suministrado por las células del cuerpo. La concentración de monóxido de carbono en el escape de los autos es de aproximadamente 0.5-0.4%. Cuando la concentración de monóxido de carbono y hemoglobina en la sangre alcanza el 30%, lo primero que siente es mareo, dolor de cabeza, colapso y la fuerza se reduce. Cuando llega al 40%, se sienten náuseas, no se puede mover el cuerpo y la fatiga es terrible. Cuando alcanza el 50%, la piel se enrojece debido al monóxido de carbono y la hemoglobina, y la temperatura corporal desciende. Cuando alcanza el 60%, la persona entra en un estado de disnea, tiene incontinencia y convulsiones. Cuando alcanza el 70%, la respiración se detiene y muere. La forma del suicidio por envenenamiento en un automóvil puede dejarte inconsciente en aproximadamente media o una hora.

*["La forma más hermosa de morir"]*

*Algo que debes tomar en cuenta si no deseas verte tan mal, es el ir al baño antes de suicidarte.*

De entre todos los suicidios, la gente dice que los cadáveres suicidas con gas son "los más hermosos", dado que la sangre que contiene hemoglobina de monóxido de carbono hace que la piel sea rosada, tu cadáver se encontrará en un estado rosado. La ropa puede estar desordenada cuando ocurren los calambres, pero no importa tanto, el verdadero problema es la presencia de incontinencia.

En la casa de un hombre que murió por intoxicación por monóxido de carbono en el baño, había heces en la cocina y en la cama. Como el difunto no tenía heces en el recto, el perito sabía que le pertenecía a este hombre. En ese momento, mientras se producía monóxido de carbono, no pudo reprimir sus heces en la cocina, ni en la cama y defecó, luego murió en el baño. En términos generales, la incontinencia puede ocurrir incluso estando cuerdo. Para mostrar a las personas que tienes el cuerpo limpio, es indispensable ir al baño de antemano.

[Nota]

#### *Cuidado con las explosiones*

La forma de suicidarse en un automóvil, debido a que el monóxido de carbono es más liviano que el aire, el gas a veces se escapa por las ventanas. Durante este período, pueden descubrirte o la gasolina se acabará antes de que mueras, por lo que te aconsejo que cierres bien las ventanas.

Aunque la muerte por intoxicación es menos dolorosa, si no pierdes el conocimiento durante mucho tiempo, el dolor de cabeza y las náuseas continuarán, por lo que es mejor tomar somníferos al mismo tiempo.

Un hombre introdujo gasolina en el auto, bloqueó la ventanilla, tapó el vidrio de la ventana delantera con una manta para que la gente no pudiera verlo y tomó sesenta tabletas de somníferos, sin embargo, no sirvió de nada, el hombre estuvo despierto todo el tiempo y

fue notificado a la policía, cuando fue descubierto gritaba:

*"¡Tengo derecho a morir!"*

De igual manera, lo sacaron a la fuerza del automóvil.

No en todos los métodos perderás de forma lenta el conocimiento. Cuando la habitación esté llena de gas, lo especial a lo que hay que prestar atención es a las alertas de explosión. Incluso el destello del encendedor de la lámpara fluorescente puede provocar una explosión. Si se produce una gran explosión, pagarás una gran cantidad de compensación, y en este tipo de situación podrías incluso no morir.

Algunas personas se han tomado la molestia de pegar notas en sus puertas indicando que para evitar explosiones deben cerrar la llave del gas, abrir las puertas y ventanas para dejar que el gas escape, y principalmente, no usar interruptores eléctricos y fósforos, esto con el fin de alertar a los demás y evitar daños a mayor escala.

Si usas la intoxicación por monóxido de carbono para suicidarte en un apartamento, presta atención a las personas que viven arriba.

En 1976, una mujer de 20 años se intentó suicidar con gas en su apartamento, pero no le sucedió nada, en cambio, la mujer de 21 años que dormía arriba murió de intoxicación por monóxido de carbono. Esto se debe a la baja gravedad específica del monóxido de carbono.

Los miembros de la familia de la fallecida, el propietario del apartamento, la policía y la unidad de

extinción de incendios, la demandaron al tribunal por una compensación de 20.370.000 yenes. Debes tener en cuenta que el suicidio por gas en interiores es la forma más fácil de causar problemas, en caso de que te salves, la hipoxia dañará el tejido nervioso del cerebro al igual que en un ahorcamiento, lo que puede dejar graves secuelas de por vida.

Cabe aclarar que la frase "*graves secuelas en la vida*" no se limita al suicidio por gas. Todos los métodos de suicidio, como ahorcarse, saltar de un edificio, estrellarse y consumir drogas, pueden no ser del todo efectos, así que, si realmente deseas suicidarte, debes pensar en las consecuencias.

#### *[Estudio de caso 18]*

##### *Hombre condenado por intento de suicidio con gas*

En abril de 1978, un desocupado de 47 años que vivía en una casa unifamiliar en la prefectura de Fukuoka intentó suicidarse con gas y, hacia las diez de la mañana, cayó en alucinaciones de intoxicación por estimulantes. Pensó en el suicidio por la angustia de perder a su amada. Sacó la manguera de goma del barril de propano fuera de la casa hasta el baño para llenar la habitación de gas. Pero después de mucho tiempo no murió, cuando intentó fumar y encendió el mechero dos horas después, el gas explotó. La explosión causó una pérdida total de 240.000 yenes en 28 casas administradas por la ciudad. Nueve residentes resultaron heridos y él mismo fue hospitalizado durante un mes para el tratamiento de

quemaduras. Fue acusado por "*fuga de gas*" y, en febrero del año siguiente, la sección de Iizuka del tribunal de distrito de Fukuoka lo condenó a ocho meses de prisión por "*herir a varias personas y causar graves consecuencias*".

*[Mira este ejemplo]*

Este es un ejemplo de suicidio mediante el uso de una explosión de gas, pero si falla y causa daños al entorno, serás condenado. Porque llenar la habitación con gas en sí equivale al delito por "*fuga de gas*". El primer párrafo del artículo 118 de la Ley Penal Japonesa estipula:

*"Quien cause peligro a la vida, el cuerpo o la propiedad humana debido a la fuga o salida de gas, electricidad o vapor, será condenado a prisión de no más de tres años y no más de 100.000 yenes como multa."*

Un ejemplo similar es que, en 1976, un operador de una empresa de 28 años de un apartamento en Osaka también intentó suicidarse con gas en el interior, lo que resultó en una gran explosión. Diez familias fueron victimizadas y él fue procesado por los delitos de "*fuga de gas*" y "*gran negligencia en el incendio*" (el delito de causar daños a viviendas ajenas por incendio). Incluso si es un intento de suicidio, no puedes escapar de la responsabilidad legal.

En el caso 18 antes mencionado, la habitación estaba llena de gas, y cuando este, estaba a punto de expirar, encendió el mechero porque quería fumar;

podríamos decir que es una idea realmente tonta, pero se han dado casos similares.

*[Estudio de caso 19]*

*El hombre que se suicidó según el manual de instrucciones de suicidio.*

En julio de 1983, se encontró el cuerpo de un hombre de 46 años, con una bolsa de basura negra en la cabeza y atado del cuello al alféizar de una ventana. En la habitación del apartamento donde falleció se encontró una bolsa vacía de cuarenta comprimidos de analgésicos, al parecer se suicidó con la bolsa plástica luego de tomar el medicamento. Al mismo tiempo, se encontró el manual de instrucciones "Suicidio: La mejor manera de la eutanasia" publicado en Japón el mismo año (Librería Tokuma), había puesto una cinta en la página 184 donde se encontraba la referencia, se trataba de una combinación de medios suicidas, los cuales eran:

1. Asfixia con analgésicos y bolsas de plástico.
2. Intoxicación provocada por una gran cantidad de drogas que pueden alcanzar el nivel de intoxicación y gas.
3. Analgésicos e hipotermia anormal (remojo en agua fría durante mucho tiempo)
4. Ahogamiento y analgésico.

Se suicidó eligiendo una combinación de la número uno y la tres.

Solía ser vendedor en el Estadio Korakuen, el antecesor del Estadio Cubierto de Tokio; desapareció dejando a su esposa e hijos para vivir una vida de borracho en una pequeña habitación. Se dice que el motivo de su desaparición fue porque contrajo una deuda, el acreedor lo persiguió y él huyó.

*[Prueba de la causa de muerte]*

*El suicidio por asfixia con una bolsa de plástico es doloroso, pero sencillo.*

El analgésico como tal no puede alcanzar una dosis letal, pero el efecto del fármaco y la hipotermia provocada por el agua fría son útiles para reducir la función respiratoria. No se puede ignorar la importancia del manual del suicidio. El trabajo original de este libro se publicó en Francia en 1982, y pronto seis personas se vieron afectadas y se suicidaron, lo que provocó una gran respuesta y se convirtió en el manual más vendido. La parte a la que se refiere esta persona proviene del manual emitido por la "Asociación Británica de Eutanasia" sobre restricciones a los miembros, por lo que la descripción es correcta. La madre confesó que este libro también citaba algunos materiales del libro. Lo interesante es que dejó marcada la sección que utilizó. En Francia también hay personas que se han suicidado al pasar las páginas del libro de referencia, la intención de intentar llamar la atención del mundo a través de este método no puede ser más clara.



*[Estudio de caso 20]*

*El experimento suicida con una bolsa de plástico*

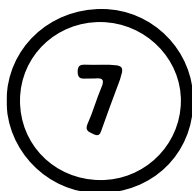
En noviembre de 1974, se encontró a un hombre de 18 años en la ciudad de Kawasaki, asfixiado con una bolsa de plástico que se envolvió con una goma elástica.

Sobre el escritorio, encontraron dos manuscritos de 400 caracteres con los resultados de varios métodos suicidas probados, y el título es "en experimento". De esto podemos ver que este joven murió asfixiado al ponerse una bolsa de plástico sobre su boca mientras realizaba un experimento suicida. Sus notas decían lo siguiente:

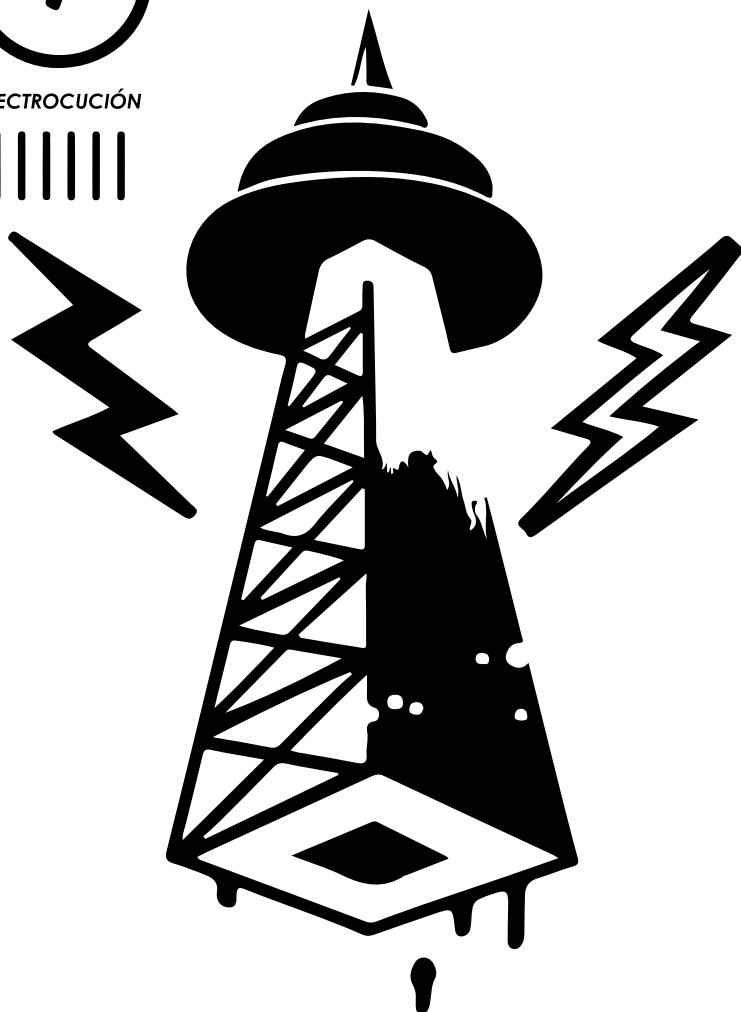
*"(1) Quince minutos después de que comenzara el experimento, mi respiración se aceleró, mis manos y pies quedaron entumecidos. Después de veinticinco minutos, mi cuerpo estaba paralizado, mi respiración se triplicaba y mi corazón latía a 120 por minuto, si te quedas en la cama, puedes sobrevivir durante 30 minutos.*

*(2) Los trastornos cerebrales ocurrieron en aproximadamente una hora y podría morir en aproximadamente dos horas. Antes de eso, se debe quitar la bolsa de plástico y masajear el corazón".*

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



ELECTROCUCIÓN



<i>Dolor</i>	  
<i>Esfuerzo</i>	   
<i>Desagradable</i>	
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	
<i>Letalidad</i>	

La desventaja es la descarga eléctrica es la molestia de pelar los cables; un método más suave de lo que generalmente se imagina.

Las estadísticas del Ministerio de Salud y Bienestar de Japón en 1991 mostraron que de los suicidios de 1985 ese año, 56 personas utilizaron el método de electrocución. Lo más peculiar es que el 95% eran hombres, o sea, 53 individuos. Con esta premisa, podríamos decir que casi solo los hombres utilizan este método suicida, no es por la baja cifra global, incluso en las estadísticas de más de 100 personas, más del 90% son hombres. Algunas personas dicen que puede deberse a que las mujeres tienen especial miedo a la electricidad.

La muerte por suicidio por electrocución es causada por una interrupción repentina de la respiración, un paro cardíaco, un shock, etc. El dolor es realmente sólo algo momentáneo. Un médico dijo que el suicidio por electrocución es una de las formas cómodas de morir. La solución es muy simple. Pela un extremo del cable para exponer el alambre de cobre, conéctalo y deja que te dé un toque fuerte, ya sea en el pecho o en la espalda. Para personas que quieren morir impulsivamente, esta es la mejor forma. La desventaja es que necesitas de muchos intentos, pero no hay secuelas especiales, por lo que es una bueno reconsiderarlo.

## *[Preparación]*

### *Energiza el corazón*

Escabullirse en la subestación para tocar la parte de corriente de alto voltaje es la forma más fácil, pero es terrible después de todo.

Desconectas un cable de tu casa, pegas los dos terminales en tu cuerpo, instalas el temporizador y te vas a dormir. Un alambre de cobre está unido al pecho y el otro a la espalda. Si no deseas sujetarlo al pecho, colócalo en ambas muñecas.

Una estudiante de secundaria de 16 años se suicidó envolviéndose un alambre alrededor de su pulgar derecho y colocándose el otro en su chaleco. Pero para hacer esto, el cable debe enrollarse alrededor del pulgar cerca del corazón.

También hay científicos nucleares que se ponen un extremo del electrodo en la boca e insertan el otro extremo en el ano y usan un temporizador para suicidarse. Sin embargo, este método, por muy bueno que sea, aún no debe ser imitado debido a que no se ha investigado a fondo.

Basta con pegar el alambre de cobre con cinta adhesiva, puedes mojar la pieza que esté en contacto con el cuerpo, la resistencia será menor y el efecto será mejor. En circunstancias normales, la falla de corriente también es un factor que reduce la precisión. Puedes usar algodón absorbente húmedo o gasa para sujetar bien los cables. Se puede usar agua salada para mojar el algodón absorbente, si consigues ungüento para electrocardiograma, la resistencia será menor.

Tenemos otro ejemplo donde se utilizaron monedas extraíbles como derivados. Por supuesto, envolver ambos cables de cobre alrededor del pecho es el método más confiable. En cualquier caso, lo importante es dinamizar el corazón. El uso de un transformador para aumentar el voltaje aumentará la letalidad.

No hay muchas personas que puedan dormirse profundamente bajo esta situación, así que deberías beber algo de alcohol. El temporizador debes fijarlo para al menos unas dos horas después de acostarte.

En resumen, lo más importante es reducir la resistencia tanto como sea posible y aumentar el voltaje. Lanzar un calentador eléctrico o una maquinilla de afeitar eléctrica en la bañera durante el baño también conducirá la electricidad, pero la confiabilidad es extremadamente baja. Para mejorar la conductividad, será mejor agregar un poco de sal al agua caliente.

*[Después]*

*Dolor penetrante momentáneo*

El mayor problema aquí es cuando pasa la corriente. Usando el temporizador, si funciona sin problemas de acuerdo con el plan predeterminado, después de que te duermas durante unas horas, una corriente de 100 voltios pasará a través de tu cuerpo. Inmediatamente hará que el corazón se contraiga, y después de unos segundos perderás el conocimiento, la circulación

sanguínea del corazón se detendrá y morirás. Según la observación de un médico:

*En condiciones normales, habrá un dolor punzante instantáneo. Los relajantes musculares no son fáciles de conseguir, por lo que es inevitable experimentar calambres musculares.*

Por ejemplo, beber mucho alcohol o tomar pastillas para dormir puede dejarte inconsciente. Aunque pierdas el conocimiento en ese momento, todo tu cuerpo se contraerá. Otras personas dicen que la pérdida del conocimiento es sólo cuestión de segundos o un instante, pero se necesitan unos tres minutos para esperar hasta que el corazón deje de latir.

Un hombre que recuperó la conciencia después de sufrir una descarga y entrar en coma dijo:

*“De repente, me sentí controlado por una fuerza y quedé inconsciente.”*

Dado que hay presos ejecutados que no murieron inmediatamente después de sentarse en la silla eléctrica con mil o dos mil voltios, ¿será suficiente el voltaje de cien voltios? Algunas personas se sentirán incómodas, y la realidad es que, mientras mayor sea el voltaje, más probabilidades hay de que sea un suicidio acertado.

La resistencia eléctrica de la piel humana en estado seco varía de uno a dos ohmios (la impedancia de las mujeres es menor que la de los hombres), y la corriente que puede atravesar el cuerpo en este estado es de hasta 100 ohmios, miliamperios. Esta intensidad es la corriente más pequeña que puede causar una

fibrilación ventricular deteniendo el corazón. Por supuesto, si la piel está mojada, la impedancia puede reducirse en una décima parte. De hecho, en el caso de voltaje bajo, es probable que la corriente débil para el corazón cause fibrilación ventricular, lo cual es peligroso. Además, el ciclo eléctrico más peligroso para el cuerpo humano es 50-60 Hz, que es el mismo que el ciclo de la corriente doméstica. Es más probable que la corriente alterna del enchufe cause fibrilación ventricular que la corriente continua. Esto significa que mientras el corazón esté energizado dentro de los tres segundos posteriores a la fibrilación ventricular, un voltaje doméstico de 100 voltios puede electrocutarte por completo.

La causa de muerte en una bañera llena de agua sería un paro cardíaco o un shock. Si el cerebro está energizado, el centro respiratorio se paraliza y la respiración se detiene, pero este es un caso poco común.

### *[Condición corporal]*

#### *Casi sin daño*

Las partes tocadas por los electrodos dejarán marcas de quemaduras, pero el cadáver está casi intacto. La resistencia de la piel es pequeña y, a veces, no hay marcas de quemaduras. Parecerá que estás durmiendo, este también es uno de los cadáveres más agradables.



[Nota]

*¡Apunta al corazón!*

La meta es el corazón. Si realmente quieres morir, las otras partes no funcionarán. Debes intentar que la corriente pase por el corazón. Si deseas utilizar el temporizador para morir durante el sueño, no olvides fijar firmemente el cable de cobre para evitar que se caiga en la cama. Incluso si se enreda en el cuerpo, una vez que se cae durante el sueño, no lograrás el propósito.

En otros casos, podrías estar muerto, pero todavía hay electricidad en tu cuerpo. En ese momento, las personas que se acercan a ti corren el riesgo de recibir una descarga eléctrica al tocar el cadáver, así que ten cuidado, aunque ya muerto no puedas hacer. Si no quieres causarle problemas a los demás, pon una nota que diga:

*"¡No me toques, es peligroso!"*

[Caso 21]

*Hombre que se suicidó por electrocución en el baño de un hipódromo*

A las 6 de la tarde de cierto día de abril de 1981, en el hipódromo de Zhongshan en la ciudad de Funabashi, se encontró el cuerpo de un hombre de unos 50 años y 160 cm de altura, dos horas después del final de la carrera. Conectó el cable al ventilador del inodoro, el otro extremo estaba pegado en su pecho y murió

electrocutado. Cuando lo encontraron, su cuerpo ya estaba rígido. El fallecido vestía un traje nuevo de tres piezas, una camisa azul de rayas rectas recién lavada, una corbata con lunares blancos sobre fondo azul, un cortavientos amarillo pajizo y botas cortas negras de cuero. Solo tenía efectivo de ocho a cincuenta yenes, un cigarrillo HOPE corto, un encendedor de cien yenes y un periódico de carreras de caballos con su nota de suicidio, pero la identidad del fallecido aún no estaba clara. Escribió con un bolígrafo rojo en el periódico:

*"Soy un bastardo, y fallé por el bien de un caballo. ¡Lo siento! Solo quedó gente estúpida. ¡Lo siento mucho, estoy tan cansado!"*

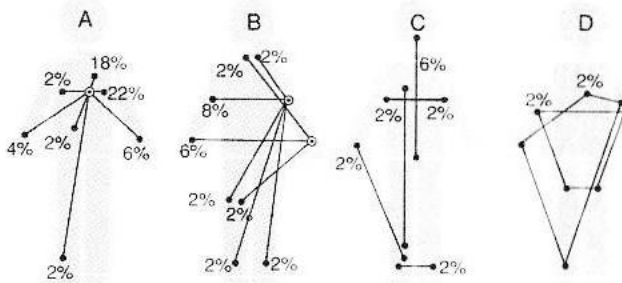


Figura 1: Las partes electrificadas y sus proporciones de 50 casos de suicidio por electrocución. A es el corazón, B es el hombro y la muñeca izquierdos, C y D son casos de descargas eléctricas en otras partes. (Extracto de la Academia Médica "Medicina Forense estándar• Sistema jurídico de asuntos médicos")

*[Prueba de la causa de muerte]*

Este es un buen ejemplo de suicidio fácil por electrocución. Probablemente después de que expuso el cable de cobre y se lo pegó al pecho, lo enchufó y el corazón se energizó, lo que hizo que se detuviera. En la nota de suicidio, *"la vida falla por el bien de los caballos"* es un dicho famoso. Al día siguiente, la página social del periódico utilizó esta frase como titular para informar del asunto.



De junio a julio de 1992, un total de cinco personas, entre hombres y mujeres, se suicidaron cada semana en la ciudad de Kumatori, Osaka.

El primero fue un adolescente desempleado de 17 años que se suicidó. Fue encontrado el 4 de junio (jueves) (A). Luego, el día 10 (miércoles) un chico de 18 años que trabajaba en una construcción (B), el día 17 (miércoles) otra persona de

18 años, asistente de un hotel (C), y el día 25 (jueves) un hombre de 22 años, funcionario municipal de la ciudad vecina, se suicidó ahorcándose (D). El 2 de julio (jueves), una estudiante de la Township Sports University se suicidó apuñalándose tres veces en el pecho (E).

Por alguna razón, todos murieron el miércoles o jueves. El lugar del suicidio también estaba muy cerca, concentrado en un radio de 500 metros. Cabe mencionar que se desconoce por completo los motivos que cada uno tenía para suicidarse. Esta serie de incidentes con motivos desconocidos conmocionó a todo Japón. Su nivel de misterio es comparable en la historia del suicidio en Japón al incidente del “*guía de la muerte*” en el monte Mihara.

La teoría local indica que se trata de homicidios, lo que equivale a la existencia de un asesino que mata a 5 personas en total cada semana. Cuando ocurre este tipo de “*suicidios*” extraños, inevitablemente conducen a la teoría del homicidio.



### *[Lugar de la muerte]*

Se dice que la población es de menos de 40.000 habitantes, pero Kumatori no es una ciudad rural. Hay un gran edificio frente a la estación de autobuses y hay peatones frecuentes en la calle comercial.

En la estación del extremo occidental de la ciudad, toma un automóvil de alquiler y conduce hacia el este por la Carretera Nacional 170 durante diez minutos, y verás la tierra rural existente a la derecha. Por ese lugar, cinco personas se suicidaron.

Sal del coche y camina por ahí. Hay bosques variados y cabañas agrícolas por todas partes. Puedes elegir la ubicación de tu suicidio, es una buena idea observar el lugar de tu muerte de antemano. La cabaña de cebollas y el pequeño almacén donde se suicidaron los señores A y B han sido demolidos. El árbol de mijo en el que se colgó el señor D también ha sido cortado. Sólo la choza de la granja en el que se colgó el señor C permanece allí. El verano también es un poco lúgubre, por lo tanto, la cabaña con algunas vigas en el techo es el mejor lugar para suicidarte. La ubicación de la escena del suicidio se muestra en la Figura 2.

### *[Método de suicidio]*

Si quieres suicidarte en este pueblo, no hay mejor forma que ahorcarte, usando una cuerda para colgarte en línea con la atmósfera circundante.

Quizás reaparezca la teoría del homicidio en el área local, quizás también te conviertas en una figura destacada en los medios de propaganda. Es mejor no escribir una nota de suicidio, ya que agrega más misterio.

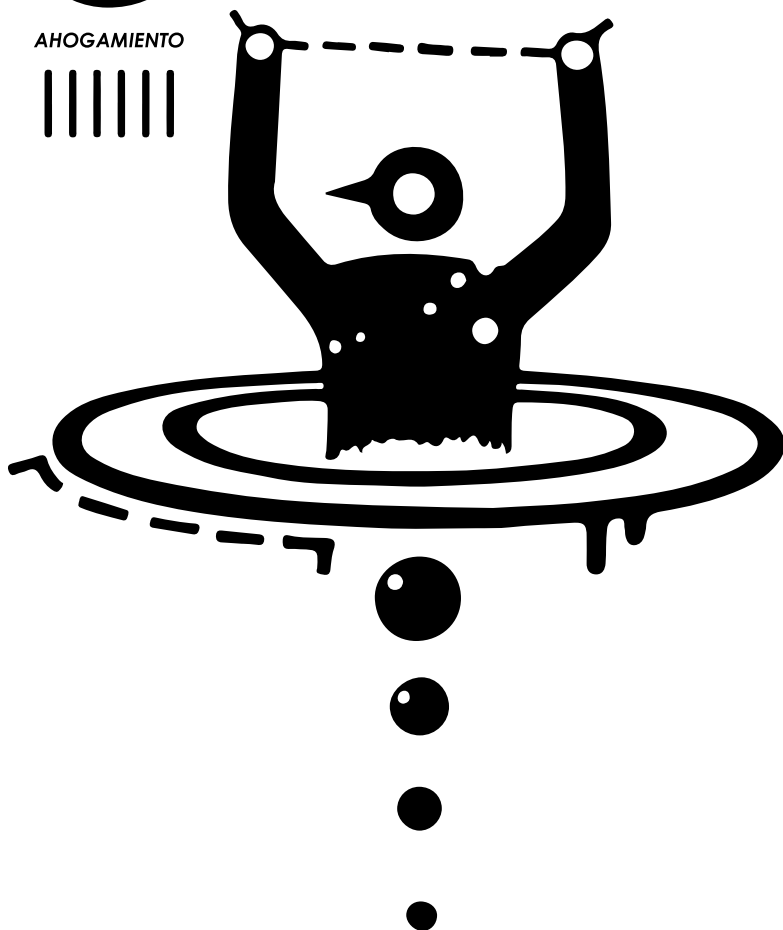
### *[Transporte • Alojamiento]*

Desde Osaka, tome la línea central JR hasta Higashi Tennoji y luego transborda a la línea Hanwa. Te tardarás 30 minutos en llegar a la estación Kumatoricho. No hay instalaciones de alojamiento en la ciudad de Kumatori, y aquellos que lleguen por la noche o planeen descansar antes de suicidarse pueden ir al HOTEL NEW YUTAKA en la ciudad de Izumisano, que está a solo cinco minutos de la estación. Este es un hotel de alta gama recientemente construido. La decoración interior también es muy buena. El precio es razonable para una habitación individual a 6,800 yenes y una habitación doble a 14,000 yenes. Cuando llegues a la ciudad de Kumatori, estarás confundido sobre el entorno geográfico. Es mejor llegar el día anterior, comprobar el entorno con antelación y dormir en ese hotel, planificar cuidadosamente el método y decidir la ubicación, y luego suicidarte al día siguiente.

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



AHOGAMIENTO





<i>Dolor</i>	   
<i>Esfuerzo</i>	 
<i>Desagradable</i>	   
<i>Fastidioso</i>	  
<i>Impacto</i>	
<i>Letalidad</i>	   

Se puede hacer en cualquier lugar siempre que haya agua. Sin embargo, el momento de la asfixia es doloroso, una muerte miserable. En general, no es un buen método de suicidio.

¿Es cierto que alguien que es bueno para nadar no puede suicidarse tirándose al agua? No importa si tus habilidades para nadar son buenas, inexplicablemente te ahogarás debido al método que se explica a continuación.

Hasta ahora, no se han ahogado muchos maestros nadadores. El suicidio por ahogamiento se debe principalmente a la asfixia, debido a que es difícil respirar y asfixiarse durante unos segundos, no se puede considerar un suicidio en paz. A pesar de esto, este antiguo e interesante método de suicidio se ha utilizado tanto en la antigüedad como en la actualidad, tanto en el país como en el extranjero. Este punto también se puede conocer por la adopción de la poetisa griega antigua.

Hoy en día, en Japón, a las personas mayores y a las mujeres les gusta especialmente este método, pese a que la tasa de utilización general ha disminuido. Sin embargo, las estadísticas según el método de clasificación utilizado cada año muestran que todavía está entre los cinco primeros puestos.

La tasa de finalización es de 80%, no es de extrañar que sea muy atractiva. Básicamente, el ahogamiento no se limita a tirarse a un mar, un lago, ríos o estanques, siempre que haya agua en cualquier lugar no es necesario sumergir todo el cuerpo en agua.

Se han dado casos en los que varias personas se ahogaron en una cuneta cuando estaban borrachas, incluso hay quienes yacían ahogados en los senderos de una montaña debido a la fuerte lluvia que inundó sus pulmones y murieron. También hay ejemplos de suicidio en el lavabo o la lavadora.

Un miembro del equipo de autodefensa se ahogó en un lugar donde el agua tenía solo cuarenta centímetros de profundidad, en el río Tamagawa, un lugar famoso en el que se suicidó el escritor Osamu Dazai.

### *[Preparación]*

#### *Atar el cuerpo*

La práctica de atar el cuerpo es un poco primitiva, pero es un método muy eficaz. Si te atas los pies, las manos a la espalda y saltas al agua te ahogarás independientemente de tus habilidades para nadar. (Por supuesto, incluso en este caso, es mejor flotar boca arriba).

Ahora bien, es difícil atarse las manos y los pies solo. Aquí hay un método que cualquiera puede hacer: primero ata tus pies y luego ata tu mano izquierda (la mano preferida o la mano opuesta) a tu muslo izquierdo y salta. Poner una piedra o algo similar en tu bolsillo puede acelerar el ahogamiento. Si bebes alcohol antes, perderás fácilmente el sentido del equilibrio. La confiabilidad es alta. Asimismo, tomar muchas pastillas para dormir es aún mejor si quieres morir fácil y cómodamente, incluso puedes tirarte al

agua con todo y el automóvil, mientras no trates de salir, no te salvarás.

La forma más fácil es viajar en un crucero, y saltar cuando vaya a mitad de camino, el vórtice causado por el barco te ahogará. Se dice que la mitad de los cadáveres rescatados en el mar interior de Seto se deben a esto. Cuando estés en búsqueda de un lugar para suicidarte, debes elegir una costa con lagos rápidos poco transitados, por supuesto, debe ser en la noche para que nadie te descubra.

### *[Muerte en el baño]*

Este método es igual de sencillo. Llenas la bañera con agua, te atas los pies, las manos hacia atrás y metes la cabeza en el agua, así es como una ama de casa logró suicidarse.

Un método sofisticado es llenar un tanque de gasolina fijo con agua, si te viertes el agua de la cabeza te puedes ahogar al no poder deshacerte de ella.

Un lugar particularmente adecuado para ahogarse es el vórtice del Naruto del Mar Interior de Seto. La tasa de mortalidad es del 100%. El invierno es la mejor temporada. Cuando la temperatura del agua es baja, puedes morir de un shock o de parálisis cardíaca, la fatiga aparece rápidamente, por lo que puedes morir de manera segura. En otras palabras, no es ahogamiento sino hipotermia. Si quieres morir congelado, debes beber alcohol o pastillas para dormir.

[Después]

### *El maestro nadador*

Ahora, introduzcamos el método para que las personas que saben nadar logren un suicidio.

Es mejor empezar por la noche, nada a través de la marea hasta las profundidades del mar. Pronto te sentirás cansado, pero no puedes parar. Las olas en mar abierto son muy grandes, aumenta la frecuencia del agua, por lo que es inevitable tragarla. En el proceso de beber, escupir y sentirte asfixiado por el agua repetidamente, el tubo del oído que se conecta a la boca también recibió agua, ese es el punto clave. Algunas personas dicen que las orejas tienen membranas timpánicas y el agua debe fluir hacia los canales semicirculares.

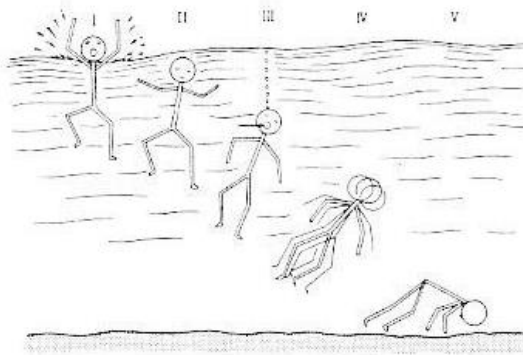


Imagen 1: El proceso de ahogamiento arrojándose al agua.

Primero, debido al impacto, la persona toma una respiración profunda (Fase I), luego pasarán de 30 segundos a 1 minuto para dejar de respirar (Fase II). Poco después, debido al aumento de dióxido de carbono en la sangre, tendrá inhalaciones y exhalación convulsivas violentas durante 1 a 3 minutos (Fase III),

en seguida, perderá el conocimiento (Fase IV), finalmente se hunde y muere (período V). (Extraído del "Pequeño libro de medicina forense" Jin Fangtang)

El agua que fluye hacia el canal auditivo produce un movimiento de pistón, que hace sangrar la parte que lo recubre, lo que provoca la disfunción del canal semicircular por mala circulación aguda. Si se daña esta función, se perderá el sentido del equilibrio y será difícil distinguir entre arriba, abajo, izquierda y derecha. Cuanto más quieres inhalar, más agua entra en tu tráquea, lo que provoca espasmos en tu garganta, finalmente tu respiración se detiene, pierdes el conocimiento y te hundes hasta el fondo. Este suele ser el caso de las personas que saben nadar ahogándose.

La mayor parte del proceso para llegar a la inconsciencia no se debe a la asfixia por beber mucha agua, sino al succionar agua en la tráquea durante la asfixia. En este caso, incluso si eres un nadador experto, puedes morir.

Algunas personas dicen que cuando estás a punto de perder el conocimiento, tus recuerdos pasados emergerán claramente como un rayo, al igual que la maravillosa experiencia introducida en los métodos de ahorcamiento y saltar de un edificio. Después de perder el conocimiento, primero exhalarás y luego inhalarás el agua en tus pulmones, tu respiración se detendrá y morirás. Se necesitan de uno a tres minutos desde el inicio de la tos hasta la pérdida del

conocimiento. Dicho esto, es difícil salvarse después de más de dos minutos en el agua.

### *[Condición corporal]*

¿Puedes convertirte en Laura Palma? (Nota: La heroína de la serie de TV "Twin Peaks")

Después de unos días, el cuerpo y la cara del cadáver estaban tan hinchados que ni siquiera los padres pudieron identificarlo. (Los profesionales lo describieron como "*un gigante*") La piel queda descamada, el escroto inflado como un globo y el musgo crece en el cuerpo. A veces, los tiburones muerden las manos y los pies dejando cortaduras, también le dejan cortes las hélices de los botes que pasan por el lugar. Entre el veinte y el treinta por ciento de los cadáveres que se hunden hasta el fondo del agua salen a flote pronto. Si el cuerpo no sale a la superficie rápidamente, serán de dos a tres días en verano, y de dos a tres meses después en invierno.

Los cuerpos salen a la superficie debido al gas de putrefacción generado en el cuerpo. La flotabilidad de este gas es tan grande que incluso han salido a la superficie cadáveres con un peso de casi diez kilogramos adheridos. En ocasiones, la profundidad de hundimiento alcanza más de 30 a 40 metros. Debido a la baja temperatura del agua, el gas corrupto no puede acumularse, la presión comprime el gas y los cadáveres no flotarán.

El cabo Ashizuri, al sur de Shikoku, es un lugar para suicidarse en que los cadáveres nunca flotan.

*"El cadáver se niega a ser encontrado"*

puede elegir un lugar con aguas profundas, como el cabo Ashizuri.

*[Nota]*

*Los que no saben nadar son más ventajosos*

Cuando te sumerjas en el mar o el lago, debes ser cuidadoso, y evitar que alguien más te vea. Especialmente si saltas al mar y te descubren, enviarán una costosa fuerza de rescate costera.

Las personas que saben nadar también pueden suicidarse de esta manera, pero es innegable que este método es adecuado para aquellos que no saben nadar. Como dato curioso, los hombres entre 22 y 30 años, rara vez eligen este método para suicidarse.

*[Caso 22]*

*La actriz que se ahogó en el baño*

En 1944, una estrella que alguna vez estuvo en la industria cinematográfica de Hollywood se ahogó con la cabeza metida en el inodoro.

Nacida en México en 1908, aspiraba a ser una actriz famosa, a los diez años se fue de la Ciudad de México y llegó a Hollywood para interpretar a la heroína en la película "Goose". Más tarde, su fama ascendió,



interactuó con muchos actores famosos y vivió una vida extravagante. Luego de casarse, su carácter celoso logró que el divorcio se avecinara, produciendo cada vez más y más escándalos. Debido a estos incidentes, su reputación cayó y a penas, logró conseguir un papel en una película de comedia con clasificación R.

Ella no podía olvidar la gloria del pasado, por lo que pidió mucho dinero prestado para pagar sus deudas y siguió llevando una vida lujosa. Al final, quedó embarazada de un joven actor y le pidieron que abortara. Estaba extremadamente desanimada y sintió que en lugar de matar al niño y vivir, era mejor morir sola. Decidió suicidarse e invitó a muchos amigos a un lujoso banquete con decenas de grandes velas, tomó un puñado de pastillas para dormir. En medio de la noche, le dieron náuseas y no podía respirar, con un dolor extremo, subió al baño, metió la cara en el inodoro y se ahogó.

Su cadáver, ciertamente no tenía la apariencia de la belleza que mostraba en la pantalla, pero su rostro era pacífico. Sus últimas palabras fueron:

*"Estoy cansada de la vida y estoy cansada de la competencia. Aunque ese siempre fue mi sueño desde que era niña."*

*[Prueba de la causa de muerte]*

Un poco de agua en el inodoro puede causar la muerte, aunque no parezca cierto. Este es un ejemplo que demuestra que puedes morir con tan solo un poco

de agua. Al mismo tiempo, este ejemplo también nos permite ver el típico fracaso del suicidio con drogas.

[Caso 23]

*Experiencia cercana a la muerte antes de ahogarse*

Una niña de diecisiete años de Estados Unidos fue a nadar al lago con su hermano un día cualquiera. Habían muchos jóvenes nadando en el lago, cuando de repente alguien gritó:

*"¡Naden hacia el otro lado!"*

Así que todos empezaron a nadar hacia el otro lado. En ese momento, casi se ahogaba debido a la cantidad de personas que se dirigían en la misma dirección. La niña fue rescatada, y luego habló de la situación que vivió en ese momento:

*"Sentí que estaba medio hundida y medio flotando.*

*De repente tuve la sensación de que estaba separada de mi cuerpo, sentada sola en un vacío.*

*Estoy ahí. No me moví, pero mi cuerpo seguía flotando y al mismo tiempo se hundía en el agua a tres o cuatro pies. Incluso si mi cuerpo estaba a cierta distancia, todavía sentía que no estaba completa, estaba muy relajada y de la nada, me sentí como si me hubiese convertido en plumas."*

*[Mira este ejemplo]*

Esto no es un suicidio, pero habla de la experiencia cercana a la muerte que ocurre cuando estás a punto de ahogarte. Esta situación es una experiencia relajada en la que la conciencia abandona el cuerpo para ver cómo se marcha el alma y el cuerpo se convierte en una pluma. Además, no importa cuántas veces las personas hayan cruzado el lago, a veces se ahogan por "*razones desconocidas*". Esto es digno de mención.

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



AUTOINMOLACIÓN



<i>Dolor</i>					
<i>Esfuerzo</i>					
<i>Desagradable</i>					
<i>Fastidioso</i>					
<i>Impacto</i>					
<i>Letalidad</i>					

El impacto es el más fuerte, y definitivamente puede ser fatal, también es posible que tu nombre quede grabado en la historia, pero es la muerte con el dolor más fuerte, y la más miserable.

El suicidio por autoinmolación es doloroso. Se han dado muchos casos en los que la persona sufrió quemaduras al 100% en la piel y fue trasladada al hospital sin fallecer de manera inmediata. Las secuelas causadas por no morir son más trágicas que en cualquier otro medio de suicidio.

Nunca persuadiré a las personas que quieren morir como personas normales a probar este método. Pero, si lo que deseas es una muerte dramática que quede grabada en la mente de las personas, *¡no hay forma más trágica que la autoinmolación!*

El monje que murió contra el gobierno en la guerra de Vietnam, y el estudiante que se suicidó por el movimiento antigubernamental en Corea del Sur recientemente. En Japón, los cuadros de la Conferencia de Co-Lucha de Kamasaki que intentaron mejorar el trato de la clase trabajadora de base, utilizaron la autoinmolación para suicidarse y atrajeron la atención de la sociedad. Sí, la imagen de gritar las propias opiniones rodeado de llamas es de hecho muy influyente.

La autoinmolación es la mejor forma de demostrar una fuerte voluntad y determinación para morir. Las siete seguidoras que se suicidaron colectivamente en 1986 siguiendo al difunto líder de la "Iglesia Amigos de la Verdad" utilizaron la autoinmolación.

Algunas personas pueden pensar que no son muchas las personas que se suicidan por autoinmolación, pero el número aumenta año tras año, en la actualidad mueren de esta manera al menos unas 700 personas en un año, que es mucho más que los suicidios por electrocución.

Según los estándares de diagnóstico médico actuales, un tercio de todos los suicidios se consideran enfermos mentales en el sentido estricto, y la mayoría de los que intentan suicidarse por autoinmolación se consideran enfermos mentales.

*[Preparación]*

*Cinco litros*

No hace falta decir que se usa gasolina o queroseno, pero ¿cuántos litros se necesitan?

Para morir realmente, debes esparcirte la gasolina en todo el cuerpo, para estar seguros de que funcione, debes preparar al menos cinco litros. La gasolina y el queroseno se pueden verter poco a poco, la ropa es inflamable, por lo que se puede mojar. Si el queroseno entra en los ojos, será muy doloroso y no podrás abrirlos, y si piensas demasiado en ello, no podrás suicidarte.

Si le tiene miedo al fuego, coloca una alfombra retardante de llama debajo, de modo que, aunque te acuestes y te quemes en la habitación, no provocarás un incendio.

Un ejemplo es el de una ama de casa de 48 años que se echó gasolina y se metió al incinerador para suicidarse, pero no hay de hacer eso, al final, solo te conviertes en buen material para el Women's Weekly.

Puedes usar un encendedor o un fósforo para prenderte fuego. Quienes tengan la intención de hacer una declaración deben tenerla firmemente en la mente de antemano, para no entrar en pánico y olvidarla por completo. También existe el método de verter gasolina en la habitación e incluso quemar la casa completa hasta la muerte.

[Después]

*Una columna de fuego emergió de tres metros de altura.*

Las llamas son mucho más fuertes de lo imaginado. Una vez que la gasolina y el queroseno se encienden, harán un ruido sordo y de repente se elevará una llama de dos a tres metros de altura. El cuerpo envuelto en llamas tendrá un dolor intenso y una sensación de ardor, rodará por el suelo porque es insoportable y habrá un olor a carne quemada alrededor. Pero, en general, la percepción sigue siendo clara.

La tráquea se quema por la inhalación de aire caliente, no obstante, aún es posible escuchar los gritos. Cuando la ropa se quema por completo, el fuego se apaga y ha sido extinguido, es hora de revisar el cuerpo, si más de un tercio de la piel está necrótica, el 50% de las personas morirá, si el cuerpo se quema



hasta volverse negro como el carbón, morirá en el acto.

Después de que se extinga el fuego, se la llevarán al hospital en una ambulancia. Algunas personas murieron medio día, un día, o incluso cinco a diez días.

Una mujer estadounidense de 82 años que se suicidó cantando "*contra la guerra de Vietnam*" se prendió fuego y vivió conscientemente durante diez días luego del incidente, su error fue el uso de detergente de alcohol que utilizó.

Las causas de muerte causadas por el suicidio corporal quemado incluyen shock, hipoxia y coagulación térmica de órganos vitales causada la temperatura alta.

### *[Condición corporal]*

La piel queda rota y carnosa, la trágica condición del cadáver en este método es superada solo por el suicidio en las pistas de los tranvías.

Si se vertieron más de cinco litros de gasolina y nadie logró apagar el fuego, parte o toda la superficie de la piel estará carbonizado, el cabello quemado, la piel despegada revelando carne color carmesí.

El cuerpo humano está formado básicamente por agua, por lo que incluso si la piel está carbonizada, los músculos que se encuentran debajo son difíciles de quemar. La postura que el cuerpo tienen en ese momento es parecida a la pose de boxeo debido a la

contracción muscular. La piel que no fue totalmente quemada tendrá ampollas, el color cambiará de amarillo a marrón oscuro y finalmente a negro. La córnea es bastante perturbadora, y la lengua sobresale con más frecuencia.

*[Nota]*

*¡No caigas en el infierno de los tumores cicatriciales!*

Lo más espantoso de morir es que pasarás toda una vida con marcas de quemaduras en todo el cuerpo.

Una mujer se intentó suicidar con queroseno, al no lograr su cometido, pasó tres años de su vida en una cama de hospital, su cuerpo estaba cubierto de tumores. Aunque había sido sometida a cinco operaciones cosméticas, los tumores no se eliminaron, sus labios y boca en cambio, quedaron irreconocibles. Si la persona queda en un estado parecido, puede recurrir al uso de injertos de piel, el mayor problema, entonces, será el costo de estos.

Para no llegar a este punto, vierte al menos cinco litros de gasolina. Si hay gente alrededor para apagar el fuego, grita:

*"¡No vengan!"*

Si te preocupa que se convierta en un intento de suicidio, puedes combinar otros métodos al mismo tiempo.

Luego de matar a su mujer, un hombre de 24 años corrió hasta lo alto del décimo piso de su universidad, se echó gasolina, se prendió fuego y saltó del edificio.

Debes tomar en cuenta que no es realmente necesario, dado que la autoinmolación, en un gran porcentaje es un método de suicidio letal.

Sí, es necesario repetir que, la autoinmolación es un método doloroso, la muerte no es inmediata, pero cada quién es libre de morir como desee, si quieres hacerlo en silencio, te aconsejo que adoptes un método más sencillo y tranquilo, si en cambio, crees que toda tu vida fue oscuridad y desees morir a lo grande, usa el que quieras.

### *[Estudio de caso 21]*

#### *Joven surcoreano que se prendió fuego para mejorar las condiciones de trabajo*

En noviembre de 1970, un joven sastre (22 años en ese momento) que trabajaba en malas condiciones de trabajo exigió mejoras laborales, se suicidó prendiéndose fuego en el mercado de Seúl. Previo a eso, había estado involucrado en una campaña para mejorar las condiciones de trabajo, y sufrió contratiempos en repetidas ocasiones. Finalmente, el 3 de noviembre, se lanzó por la fuerza a una manifestación bloqueada en el sector. Cuando las tropas se enfrentaron ferozmente, él apareció frente a ellos, y les pidió a sus compañeros que le arrojaran una cerilla, cuando lo hicieron todo su cuerpo se convirtió

inmediatamente en una columna de fuego. Aspiró las llamas y se metió entre la multitud, gritando:

*"¡Observen la ley laboral básica! ¡No somos máquinas!  
¡Devuélvanos el domingo! ¡Opónganse a la crueldad  
hacia los trabajadores!"*

Finalmente cayó al suelo, al poco tiempo volvió a ponerse de pie con dificultad y gritó:

*"¡No dejes que muera en vano!"*

Al caer nuevamente, perdió el conocimiento y sus compañeros apagaron el fuego tres minutos después. Cuando lo enviaron al centro médico, murmuró:

*"Tengo un poco de hambre"*

Después de nueve horas, murió a las diez de la noche. A su suicidio por autoinmolación, más tarde se le denominó *"Manifiesto de la Humanidad"*, y todavía circula hoy en día.

*[Prueba de la causa de muerte]*

Incluso si él estaba prendido en fuego, mientras tuviera las fuerzas para mantenerse de pie era posible que siguiera gritando. Por supuesto, estas situaciones varían de persona a persona.

Se puede decir que este es el uso más eficaz de la autoinmolación como ejemplo de suicidio, pues tuvo un gran efecto y estaba verdaderamente dispuesto a morir.

*[Estudio de caso 22]*

*Niña de secundaria que se prendió fuego por incesto*

Una niña de doce años de secundaria se suicidó en el patio de la casa de su tío. Poco después de su nacimiento, sus padres se divorciaron y perdió a su madre. Fue criada por su abuela y debido al trabajo de su padre, se trasladó de una escuela a otra dos veces durante la escuela primaria y secundaria.

Creció en un entorno familiar muy complicado, el motivo del divorcio de sus padres fue que su madre tenía una relación sexual con su tío. Sin embargo, las razones que la impulsaron a emprender el camino del suicidio fueron más complicadas, ella misma tuvo relaciones sexuales con su abuelo y su padre. Siempre estaba preocupada por esa situación y era apenas una niña.

Había estado ausente de la escuela durante mucho tiempo dos meses antes de las vacaciones de verano. Finalmente, un día poco después del mediodía, fue al patio trasero de la casa del tío que provocó el divorcio de sus padres, se echó gasolina por todo el cuerpo y se suicidó por autoinmolación.

A menudo jugaba voleibol en la escuela, dando la impresión de que no era diferente de los estudiantes normales.

*[Prueba de la causa de muerte]*

Una niña de doce años se suicidó por autoinmolación.

Este es un ejemplo impactante, pero lo primero a lo que hay que prestar atención es el lugar de la muerte. Su odio por su tío puede ser bastante grande, por lo que convertir deliberadamente el patio trasero de su tío en una bola de fuego también es muy efectivo para provocar venganza.

El hecho de que la pobre niña tuvo relaciones sexuales con su abuelo y los dos parientes de su padre. ¡Es aún más sorprendente y aterrador!

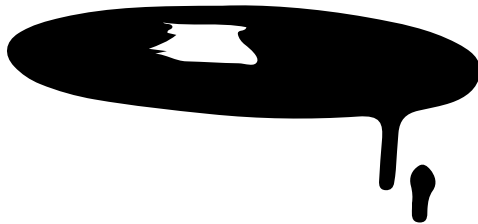
Ella misma probablemente pensó en el suicidio como una salida para desahogar el terror, el resentimiento y la desesperación.

Se debe esclarecer el hecho de que estuvo ausente de la escuela dos meses antes de las vacaciones de verano, es decir, solo fue a la escuela en abril y mayo, entonces, ¿qué pasó con los dos traslados durante este período? De la información que aún se desconoce, ¿¡habrá una historia oculta más complicada!?

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO

10

CONGELACIÓN



<i>Dolor</i>	 
<i>Esfuerzo</i>	    
<i>Desagradable</i>	  
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	
<i>Letalidad</i>	 



Si puedes encontrar una buena ubicación, será fácil. Pero debes tomar en cuenta que, si te encuentran después de una búsqueda a gran escala, se puede convertir en un intento de suicidio, y probablemente deberán amputarte las manos y los pies.

*La muerte por congelamiento se parece bastante a la de ahorcarse, probablemente porque ambos métodos son muy cómodos.*

Me temo que se pondrá en duda la autenticidad de tal declaración, pero esto es lo que dijo un sobreviviente, así que tuve que creerlo.

Aun así, el número de personas que utilizan el congelamiento hasta morir como método suicida es definitivamente una minoría, y estadísticamente también se clasifican como "otros", quizás porque es demasiado molesto ir a las montañas nevadas deliberadamente. Pero la muerte por congelación no es un fenómeno que solo ocurre en montañas nevadas y áreas frías, siempre que las condiciones estén disponibles, también hay muertes por congelación en la habitación. Por supuesto, la temperatura no tiene que estar necesariamente por debajo de cero. Hay informes con datos que indican que más de una docena de personas mueren de frío cada año en Tokio, y algunas son encontradas en lugares cálidos.

Los periódicos suelen tener noticias sobre personas sin hogar que mueren de frío. Para las personas sin hogar en Tokio y Osaka, cómo sobrevivir al frío invierno es algo práctico que desean saber.

En realidad, nadie quiere morir de frío en su propia habitación, y nunca he oído hablar de un método de suicidio como este.

En los Estados Unidos, las personas que se suicidaron por congelación en el refrigerador son una excepción. Si quieres morir congelado, aunque es problemático, es mejor ir a las montañas nevadas. ¡Hay muchas ventajas de este método, que pueden compensar esos problemas! Por ejemplo, el cadáver no tiene daño, y el dolor es casi inexistente, la tolerancia de una persona al frío es un factor importante, por lo que este método de suicidio no es adecuado para personas que no le temen al frío.

### *[Preparación]*

*¡Elige un área recreativa de montaña como objetivo!*

Si desea ir a las montañas cubiertas de nieve, primero compra una guía de la montaña para comprender la situación. Incluso sin experiencia en escalada y fuerza física, cualquiera puede ir a un lugar lo suficientemente frío como para congelarse hasta la muerte. Lo principal, es elegir lugares poco concurridos por las personas.

Cosas para llevar: Tranquilizantes y analgésicos, disponibles en las farmacias para estabilizar el estado de ánimo y te permitirán conciliar el sueño, también recuerde llevar alcohol, este puede aumentar la temperatura corporal, pero evitará que sientas mucho dolor. Lo difícil es soportar el frío externo en la nieve, puedes morir en una noche si te quitas la ropa, pero es un poco difícil, así que al menos encuentra un lugar

donde otros no puedan encontrarte durante dos o tres días, si puedes quedarte dormido, es mejor.

*[Para morir congelado en la habitación, elige el invierno más frío]*

Si realmente quieres morir en la comodidad de tu habitación, debes elegir un día en pleno invierno, debes estar pendiente del pronóstico del tiempo y elegir la noche más fría.

Por otro lado, debes hacer algunos preparativos para enfriar el cuerpo: verter agua fría sobre el cuerpo desnudo, enfrentar el ventilador eléctrico, el aire acondicionado, abrir las ventanas y el refrigerador. El ayuno, la falta de sueño y la fatiga también son necesarios, de lo contrario será difícil de conseguir el objetivo. Si bebes algo de alcohol con anticipación, los vasos sanguíneos de la superficie del cuerpo se dilatarán, lo que puede reducir rápidamente la temperatura corporal y provocar la muerte.

Por supuesto, también se necesita algo de paciencia mientras logras conciliar el sueño.

Si deseas morir congelado en la calle solo debes usar ropa empapada por la noche para ir a parques apartados, con espacios abiertos y árboles. Para evitar las sospechas de la gente, puedes llevar la botella de agua y verterla sobre ti cuando decidas la ubicación. Intenta elegir un piso de cemento con una disipación

de calor más rápida, pero lo más importante es no dejar que la gente te vea.

Cuando la temperatura es de cinco grados, no hay viento, te encuentras semidesnudo y con el estómago vacío, puedes morir de frío en un día; hay casos de borrachos nocturnos que mueren de frío en la carretera por la noche cuando la temperatura es de menos de cinco grados.

En el agua, existe un alto riesgo de morir por congelación a una temperatura de 15 grados. Si la temperatura del agua es de 5 grados, morirás después de haber estado en remojo durante algunas horas, y esa temperatura del agua a veces puede hacer que el corazón se detenga en un instante.

Una ama de casa de 43 años que envió un aviso de suicidio a las redacciones de periódicos y revistas, murió congelada mientras estaba sentada en un estanque en un parque junto a la carretera en la ciudad de Muroran en la temporada de mediados de invierno.

[Después]

*"Un dulce trance"*

Ya sea que te metas en un ventisquero o te quites la ropa en una habitación, el proceso de la muerte es el mismo. Al principio, todo el cuerpo temblará de frío, y cuando la temperatura corporal rectal alcance los 35 grados, se te presentará fatiga, letargo y somnolencia.

La famosa frase del argot "¡Morirás si duermes!" se refiere a esta situación. Cuando la temperatura corporal desciende a 33 o 34 grados, la capacidad de pensar se debilita gradualmente y la conciencia se vuelve borrosa y será envuelta por un "dulce trance". Entre los grados treinta y veintitrés, perderás el conocimiento hasta tu muerte. Cuando caes por debajo de los veinticinco grados, no es posible el rescate. Por lo que es mucho más refrescante de lo esperado.

Un superviviente de morir congelado dijo que es posible respirar con dificultad, y que entras en una especie de inconsciencia. En el informe de un académico, encontramos los siguientes ejemplos:

*"Miles de deslumbrantes rayos de luz brillaban frente a sus ojos, y el retumbar de miles de cañones sonaba en sus oídos. Sintió un dolor severo en sus pies, como si estuviera corriendo en la montaña de agujas. Un cansancio tranquilizador siguió emergiendo, de modo que parecía liberado de las preocupaciones y los desastres del mundo. El aire era fresco, como una brisa primaveral, y una hermosa música sonó de nuevo en sus oídos. Cuando se apoyó en la almohada y tomó una siesta, todo tipo de luces de colores volvieron a brillar, y pronto perdió los sentidos; no recuperó la conciencia hasta que fue rescatado."*

Se puede decir que al igual que saltando de un edificio para suicidarse, morir congelado es también un método de suicidio completamente indoloro excepto por el resfriado inicial.

### [Condición corporal]

*¿Es realmente el "más hermoso"?*

El cuerpo muerto congelado en las montañas nevadas tiene un gran parecido con el suicidio por gas. Lo han llegado a describir como *"la forma más hermosa de morir"*, pero esto depende según el momento en el que encuentren el cadáver, si este se congela y se conserva debido a la nieve, la piel parecerá transparente, con un color blanco debido a la pérdida de gases en la sangre, por otro lado, si para entonces la nieve se derritió por la primavera, el cuerpo se encontrará en un estado de putrefacción.

En otros casos, debido a que el oxígeno se combina con la hemoglobina en la sangre para convertirse en hemoglobina oxidada, el cuerpo tendrá un ligero color rosa.

En montañas nevadas y en otros lugares, a veces los cadáveres son despedazados por animales salvajes (Caso 26). Por tanto, no se puede decir que sea la forma más bella de morir.

### [Nota]

*¡No dejes que te encuentren!*

No importa dónde mueras, lo más importante es que no te encuentren a mitad de camino. En las montañas cubiertas de nieve, si te rescatan con las manos y los pies parcialmente congelados, será necesario que te los amputen y te convertirás en una persona sin manos ni pies. La necrosis se puede evitar, si la temperatura está por debajo del punto de congelación.

En el caso de un suicidio en una montaña nevada, los familiares y amigos deberán gastar una gran cantidad de dinero cuando se enteren, seguramente para enviar equipos de búsqueda, tal y como en el caso de Aokigahara. Por eso, haz algunos trucos con anticipación, no dejes una nota suicida sugiriendo tu paradero, deja el teléfono en tu casa para que no puedan rastrearlo. Si realmente quieres suicidarte, es mejor avanzar hacia las montañas nevadas, es muy difícil morir de frío en la habitación o en el borde de la carretera, pues todas las condiciones deben darse y no son fáciles de encontrar.

#### *[Estudio de caso 23]*

##### *La dramaturga que murió congelada en las montañas nevadas*

En junio de 1981, el cadáver de una mujer fue encontrado en la quinta estación del sistema Kurodake del Daisetsuzan en las montañas Ishikari en la parte central de Hokkaido, en un bosque primitivo a unos 300 metros sobre la estación de la montaña. Los huesos estaban esparcidos por todas partes, solo se encontraron el cráneo, el muslo derecho y los huesos de la pantorrilla. En invierno, esta zona es frecuentada por zorros, ratas salvajes y otros animales ¡Quizás estos animales hayan disfrutado del cuerpo en invierno!

Se encontraron frascos de somníferos cerca del cadáver, pero aún quedaban algunas pastillas, por lo que se estima que la cantidad de somníferos que se tomó no alcanzaba la dosis letal. También se encontró

una botella grande de whisky en la bolsa, y queda aproximadamente el 80%. La fecha del boleto hallado en sus restos fue del 24 de octubre de 1980 del año anterior. Todo el mundo cree que llegó a la montaña Daxue en invierno, época poco concurrida, desde Tokio, donde vivía. Caminó hacia el bosque primitivo desde la estación, luego se tomó las pastillas, se quedó dormida y se congeló hasta morir.

La dramaturga había comenzado a escribir un drama hacía unos cinco años, estaba muy molesta por no poder seguir adelante y el aumento de edad, la hizo entrar en pánico. Se encontraron varios trozos de manuscrito garabateado, pero estaba tan empapado de tinta, que era imposible leerlo; por ello el motivo del suicidio nunca estuvo claro.

### *[Prueba de la causa de muerte]*

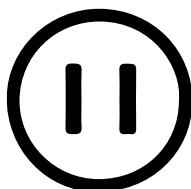
Este es un típico suicidio en las montañas nevadas, en el que se quedó dormida luego de tomar somníferos para luego morir congelada. Los restos de su cadáver eran horribles, totalmente destrozados, nada en comparación a lo mencionado antes. Al suicidarse en las montañas cubiertas de nieve, el cuerpo se convertirá en huesos después de diez meses, y se debe prestar atención a los ataques de animales salvajes.

Si es demasiado problemático elegir el sitio del suicidio, te aconsejo que adoptes la misma ruta que ella. Para ser cauteloso, permíteme presentarte la forma de ir a Kurodake.

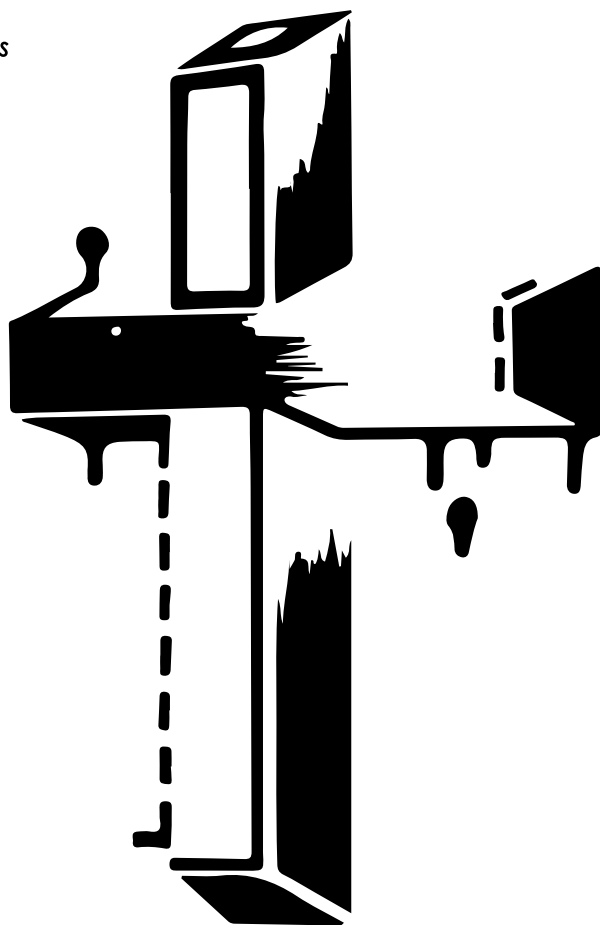


Primero, ve a Asahikawa y toma un viaje de dos horas hasta Sounkyo Onsen. Luego toma el teleférico, gira hacia la pista de nieve en el lugar donde cambia la telecabina y entra en el bosque virgen. Para imitar su método de muerte, puedes comprar algunas pastillas para dormir y tranquilizantes que se presentan en el capítulo de drogas y lleva una botella grande de vino. Incluso si el cuerpo queda esparcido con el paso del tiempo, al menos morirás completamente antes de ser esparcido.

EL COMPLETO  
MANUAL DEL  
SUICIDIO



CASOS ESPECIALES



Además de la introducción anterior, hay muchas formas de suicidarse. Por ejemplo, el suicidio con armas de fuego, que en realidad no son fáciles de conseguir.

En películas y series de televisión, uno de los métodos típicos de suicidio es por medio de un arma de fuego, consiste en ponerte el arma en las sienes o debajo de la mandíbula, aprietas el gatillo, y listo. Sin embargo, yo no recomiendo este método, dado que el cráneo es mucho más duro de lo imaginado, si el ángulo es incorrecto, puedes quedar con graves secuelas por el resto de tu vida, por supuesto, si a quedarte en estado vegetal le puedes llamar vida. Será solo un intento de suicidio fallido más. Si de igual forma deseas usar este método, debes perforar el bulbo raquídeo en la parte posterior del cerebro desde la boca.

*En este capítulo, aprendamos estos otros métodos de suicidio basados en estudios de casos.*

*[Estudio de caso 24]*

*La hermana que murió de hambre y se suicidó en Adachi Ward, Tokio*

En agosto de 1985, se encontraron dos cuerpos femeninos descompuestos en una habitación en el distrito de Adachi, Tokio. Se trata de un par de hermanas de 25 y 23 años.

La causa fue el hambre. La presunción de muerte fue desde finales de 1984 hasta aproximadamente febrero de 1985. Junto al cuerpo, había un sobre viejo en el que la hermana escribió:

*"Muerte a ti"*

La hermana mayor tuvo que pagar los gastos médicos de su madre y su hermana menor y las deudas dejadas por su padre. Su actitud laboral activa y seria fue bien recibida en el lugar donde trabajaba, pero el salario mensual de 110.000 yenes no fue reembolsable, por lo que tuvo que pedir prestado dinero. Pronto el monto del préstamo alcanzó los 3 millones de yenes y le realizaban llamadas de cobranza de deudas al lugar de trabajo. Aun así, siguió trabajando diligentemente.

La hermana mayor se mudó a esta nueva aldea con sus padres y su hermana menor en 1965. Su madre estaba enferma y su padre estuvo fuera de casa durante muchos años, por lo que recibió una asignación mensual para la vida de 110.000 yenes. Su hermana, que era un poco esquizofrénica, a menudo era intimidada en la escuela secundaria y, a menudo, no asistía. La chica estaba al pendiente de la enfermedad de su madre, alentaba a su hermanita a ir a la escuela, y estaba lidiando con el ingreso a una escuela secundaria comercial. Cuando estaba en su tercer año de secundaria, su padre regresó con una gran deuda y murió de cáncer al año siguiente. En ese momento, la hermana menor volvió a tener hipertiroidismo. Su madre finalmente murió por la enfermedad en 1983. Pese a todo lo que la hija hizo, los familiares no estuvieron de acuerdo con que ella se

quedara con las cenizas. Por esta época, las hermanas se aburrían de la vida, las llamadas para cobrar las deudas seguían y con el tiempo, comenzó a ausentarse en junio de 1984 y finalmente fue despedida en septiembre. En ese mes, les cortaron la luz y el gas por no pagar a tiempo, y en enero del año siguiente les cortaron el suministro de agua. Los cobradores de deudas llegaron a la puerta de su casa durante días, y las dos fingían que no se encontraban en el lugar. Para octubre, los vecinos se preocuparon de su bienestar, pero ellas simplemente respondían:

*"¡Ya no se preocupen por nosotras!"*

Quizá para ese momento, la idea del suicidio estaba firmemente establecida. Había una oficina de asistencia social local cerca de la aldea en la que vivían, pero nunca recurrieron al lugar.

Probablemente la primera en morir fue la hermana menor; en la primavera, debido a la cría de moscas, el hedor se elevó al cielo y descubrieron los cuerpos, la menor vestía una camiseta y pantalones, la otra chica únicamente tenía puesto un cárdigan; la hermana mayor tenía acurrucada en sus brazos a su hermanita, evidenciando el dolor de perderla, para luego morir con ella.

La habitación estaba llena de basura, ropa de cama y prendas regadas, incluidas algunas revistas juveniles y novelas de Akagawa Jiro. En la pared tenían pegadas grandes pegatinas de Yuko Oshima y el manga de fantasía "Cotton National Star".

### *[Prueba de la causa de muerte]*

Esta es una muerte espantosa. El método de morir de hambre solo puede elegirse después de todas las dificultades de la vida. Ellas estaban tan cansadas que ni siquiera tenían fuerzas para suicidarse.













Hay grandes diferencias según el cuerpo de la persona, pero con normalidad, podrías morir de hambre en treinta o cuarenta días bebiendo solo agua, si en caso tampoco bebes ningún tipo de líquido, podrías morir en una o dos semanas. El almacenamiento de energía también es un factor importante, si la persona es obesa, probablemente tarde más en morir.

Cada familia tiene su propia desgracia, pero la vida de esta chica es aún más miserable. La enfermedad de su madre, la deuda del padre, el acoso y la enfermedad de su hermana, todas las desgracias recayeron sobre sus hombros. No importa cuánto lo hubiese intentado, no obtendría ninguna recompensa, por el contrario, mientras más trabajara, peor sería la situación. Su vida parecía estar en una encrucijada con el suicidio.

Se debe mencionar también que, si ella quería vivir, podría pedir ayudar, pero en realidad la rechazó y eligió morir. Frente a este tipo de vida, ¿todavía hay personas que dicen cosas tan estúpidas como "vive, las cosas buenas llegan con el tiempo", "si quieres morir, haz todo lo que desees antes de ello", "el suicidio es para los débiles"?

Para ella, me temo que la frase "*muerte a ti*" es muda.

### *Morir de hambre*

<i>Dolor</i>	   
<i>Esfuerzo</i>	
<i>Desagradable</i>	  
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	 
<i>Letalidad</i>	

#### *[Estudio de caso 25]*

#### *El hombre que se suicidó en las arenas movedizas de las dunas de Tottori*

En noviembre de 1988, se encontraron los huesos de un hombre en las dunas de arena de Tottori. Aproximadamente a la una de la tarde, un anciano local que caminaba en un lugar alejado de la ruta turística donde casi no hay nadie, encontró una calavera con arena ligeramente expuesta. Luego del llamado, en la excavación, encontraron el cadáver del hombre en el pozo de arena. Este hombre era un enamorado que había desaparecido luego de enfermarse catorce años atrás, en 1974, cuando tenía treinta y dos años.

Una noche, llegó al lugar y cavó un hoyo de aproximadamente un metro de profundidad en la pendiente de la duna de arena con una pala. Después de ponerse en cuclillas, se amontonó arena sobre sí mismo con ambas manos y luego enterró la cabeza contra la arena, muriendo asfixiado.

Tras su desaparición, sus padres recibieron un texto escrito que decía:

*"La búsqueda es en vano"*

*[Prueba de la causa de muerte]*

Este es un ejemplo completo de alguien que está decidido a borrarse de la sociedad. Tottori Sand Dunes es un lugar secreto en Japón tan famoso como el mar de árboles, pero es extremadamente doloroso suicidarse asfixiándose en arenas movedizas. Si no lo descubrieron hasta después de 14 años, se puede decir que su objetivo fue logrado, pero no es un método que valga la pena recomendar, porque todavía hay muchas formas de suicidarse sin ser encontrado y sin ser tan doloroso.

*Arena movediza*

<i>Dolor</i>	   
<i>Esfuerzo</i>	    
<i>Desagradable</i>	 
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	  
<i>Letalidad</i>	  



## *[Estudio de caso 26]*

### *Mujer asesinada por bebés osos*

Alrededor de las 7 de la tarde de febrero de 1989, un ama de casa de 67 años corrió al jardín de las doce ramas de Aso Bear Ranch en la ciudad de Aka, en la prefectura de Kumamoto, a una hora y media de su casa para suicidarse, saltó la barandilla cayendo en la sección de osos bebés. El criador escuchó el fuerte ruido y se acercó sólo para ver a un oso arrojar a 2,5 metros por debajo de la valla. Sesenta y ocho osos se apiñaron, como una pequeña montaña negra. Después de usar un extintor para dispersar a los osos, apareció un cuerpo humano en el polvo blanco, el cadáver fue desgarrado por los cachorros, los órganos internos desaparecieron por completo, le abrieron un gran agujero desde el estómago hasta los intestinos y había varias marcas en todo el cuerpo, incluidas las manos y los pies. La ropa estaba hecha jirones, como si estuviera desnuda.

Era una devota budista, solía hablar del mundo de los demonios que caería, que la gente muere, pero sus almas viven para siempre, cosas como esas. Cuando se fue de casa después del mediodía, dijo:

*"Envíame a ese mundo"*

También dejó una nota de suicidio para su esposo. Los vecinos decían que era una persona extraña, tiempo antes, la mujer había dicho que desea que un tigre se la comiera. Probablemente pensó en entrar en la jaula del tigre al lado del cobertizo para los osos, pero como no pudo debido a la cerca de hierro, saltó al cobertizo de osos.

*[Prueba de la causa de muerte]*

El suicidio siendo devorado por animales es un método inesperado. Desde el punto de vista de la motivación, eran razones religiosas; esta muerte que evidentemente está divorciada de la realidad no puede utilizarse como referencia para los métodos suicidas, es muy doloroso, el cadáver queda horrible y la confiabilidad de la muerte es baja, por lo que no quiero persuadir a la gente para que lo use.

<i>Dolor</i>	   
<i>Esfuerzo</i>	 
<i>Desagradable</i>	   
<i>Fastidioso</i>	 
<i>Impacto</i>	   
<i>Letalidad</i>	   

*[Estudio de caso 27]*

*Mujer estadounidense que murió usando un dispositivo suicida*

El patólogo estadounidense, Dr. Jack Kevorkian, era conocido por desarrollar dispositivos suicidas y causar controversia por la aplicación de eutanasia a 130 pacientes. Este dispositivo está diseñado para poner solución salina fisiológica y cloruro de potasio, la Pentosa es un anestésico que se usa en cirugía y el cloruro de potasio es un fármaco potente. La estructura de este dispositivo permite que el voluntario

suicida presione el botón, el agua salada cambia automáticamente a Pentosa y el cloruro de potasio comienza a fluir hacia el cuerpo después de un minuto.

Quien utilizó este dispositivo para suicidarse en junio de 1990 fue la estadounidense Janet Adkins (entonces de cincuenta y cuatro años). Cuando le diagnosticaron demencia de inicio temprano en 1989 y planeaba suicidarse, se enteró del dispositivo suicida del Dr. Kevorkian y se puso en contacto.

El Dr. Kevorkian preparó un miniván Volkswagen alemán y buscó un lugar adecuado para el suicidio. En junio de 1990, ella y el médico fueron juntos al lugar acordado. El médico le insertó la aguja en la vena e inyectó la solución salina, cuando el médico ajustó el flujo, Janet presionó el botón y el líquido cambió a Pentosa, después de veinte segundos se quedó dormida, posteriormente, el líquido cambió a cloruro de potasio. Luego de cuarenta segundos la cara se le puso roja, treinta segundos más tarde se puso azul y le aparecieron manchas rojas en el cuerpo. El electrocardiograma se había convertido en una línea recta después de cinco minutos y medio, aunque su corazón había dejado de latir mucho antes.

Janet era profesora de inglés y una mujer seria a la que le encanta la música clásica. Todo el mundo pensaba que su personalidad le dificultaba soportar el hecho de demencia temprana.

### *[Prueba de la causa de muerte]*

Este incidente de “eutanasia” desató una gran controversia sobre la dignidad y la autonomía en los Estados Unidos. Frente a nosotros, si realmente queremos morir de manera segura, el método del Dr. Kevorkian para suicidarnos es el mejor.

Con este método también se suicidaron dos mujeres en octubre de 1991, y hubo un sinnúmero de preguntas acerca de ello. El Dr. No fue acusado únicamente porque el estado de Michigan donde vivía no castigaba el delito de inducción o ayuda en el suicidio. En Japón, este acto sí es castigado por la ley penal. Por lo tanto, Janet viajó deliberadamente de Oregon a Michigan. El único dolor es el de la aguja, luego de eso, mueres mientras duermes. Si no quieres morir en tu propia habitación y estás dispuesto a ir a los Estados Unidos, es posible que desees ponerte en contacto con un doctor que realice este método, pero no todos estarán dispuestos a colocarte el dispositivo si no padeces una enfermedad, por lo que deberás realizar una búsqueda exhaustiva.

Japón también cuenta con la Dignity Death Association, pero lo que la asociación reconoce son solo los pacientes que padecen cáncer terminal que no se pueden curar con la tecnología médica actual. No están dispuestos a adoptar en vano medidas de prolongación de la vida para sacrificarlos pasivamente, y se oponen al suicidio general.

El punto de contacto de la Asociación de Dignidad de Japón es el siguiente:

Código postal 113 Tokyo Metropolitan Kokyodori  
Hongo 2-29-1 Watanabe Building 2nd Floor

Teléfono: 03-3818-6563

*Dispositivo de muerte*

<i>Dolor</i>	
<i>Esfuerzo</i>	    
<i>Desagradable</i>	
<i>Fastidioso</i>	
<i>Impacto</i>	  
<i>Letalidad</i>	    

*[Estudio de caso 28]*

*Hombre que se suicidó por medio de la intoxicación con gas en un intento de defraudar al seguro de vida*

En octubre de 1971, se descubrió que un hombre de 56 años se suicidó con gas en una habitación de un apartamento. Según la investigación, dos años antes de su suicidio, el hombre se unió a los seguros de tres compañías, entre ellas Yasuda Life, First Life y Hundred Life Insurance, el subsidio es de 7 a 200 mil yenes. Antes de morir, le decía a la gente:

*"Quiero dejar el dinero del seguro para mis hijos"*

Este hombre sufrió de tuberculosis durante cuatro años. Más tarde, le encantaron las apuestas en las carreras y empobreció a su familia, se avergonzó de causar gran desgracia a sus seres queridos. Mientras trabajaba en una empresa de bienes raíces, también

trabajó como policía nocturno en los centros de bolos y vendedor para una compañía de seguros de vida. Incluso pidió dinero prestado a familiares y amigos para pagar un total de 500.000 yenes en primas de seguros. Según los compañeros de la inmobiliaria, solía ser honesto, a diferencia de las personas que normalmente hacen ese tipo de cosas.

### *[Prueba de la causa de muerte]*

Si se trata de un suicidio con gas común, las personas que quieran suicidarse también deben saber un poco sobre seguros de vida, por eso se presenta este ejemplo. El dinero del seguro de vida, incluso si la causa de su muerte es un suicidio, solo puede pagar el monto después de estar inscrito durante un año, cuanto antes recibas el dinero del seguro, más ventajoso será, por lo que es mejor morir tan pronto como un año después de la firma del contrato, pero si no tienes familia, no habrá quién reciba el dinero, por lo que no tendrá sentido.



En el prólogo, escribí una declaración inicial sobre la sociedad moderna y el suicidio, pero de hecho es un poco exagerada. La razón original para escribir este libro fue simplemente porque estaba cansado de la idea de "está mal suicidarse" y no podía pensar en algún concepto fundamentado para aceptarlo, además, de que alrededor del mundo, muchas personas están cegadas bajo esta premisa.

Los maestros de la escuela primaria utilizan "La importancia de la vida" como tema de ensayo, para que los estudiantes lo difundan; además se dice que las personas que se suicidan tienen poca fuerza de voluntad, lo cual no es cierto. Una sociedad en la que palabras como "vive, sé fuerte" se pueden pronunciar fácilmente, es una sociedad cerrada, siendo una manera dolorosa de vivir para quienes no lo creen.

Por lo tanto, escribí este libro para que las personas que deseen encontrar la muerte lo hagan. Espero abrir un respiradero en una sociedad cerrada para que el aire pueda circular, y la vida sea más fácil para todos. No estoy hablando de algo tan aburrido como "todos deberían morir", si quieres vivir, debes vivir cómodamente, y si quieres morir, debes morir cómodamente. Las opciones deberían ser las mismas.

Aquí, me gustaría expresar mi profundo agradecimiento a Ochiai Misa, quien está a cargo de la edición, Seiichi Suzumoto, quien está a cargo del diseño de arte, y Shada Shiro Kaznoli, quien está a cargo de las ilustraciones.



(A) "Medicamentos e intoxicaciones de rescate de emergencia revisada cuarta edición" (Sociedad farmacéutica)

(B) "Información sobre intoxicaciones agudas" (Librería Guangchuan)

(C) "Envenenamiento de emergencia" (Facultad de Medicina)

(D) "Medicina Forense estándar-Sistema jurídico de asuntos médicos" (Academia de Medicina)

(E) "Medicina forense moderna" (Kimhara Publishing)

(F) "Medicina forense clínica" (Asakura Publishing)

(G) "Envenenamiento" (Librería Guangchuan)

(H) (D• -work, librería Tokuma)

(I) "Métodos suicidas de eutanasia" (Escrito en coautoría por C• y Y•L•, Tokoma Bookstore)

(J) "Tratamiento de síntomas durante una sobredosis, segunda edición" (Eiichi Kiito, librería Toyo)

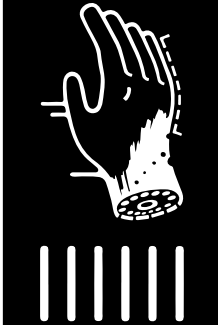
(K) "Colección de dosis letales de drogas" (por Ikeda Yoshio, Nanshando)

(L) "Atención médica de emergencia"

(M) "Medicina forense" (Escritos basados en géneros antiguos, Biblioteca Zhong Gong)



## CITAS Y REFERENCIAS



- Nueva Medicina Forense" (Periódico Nippon Medical News)
- "Medicina Forense" (Bunkodo)
- "Pequeño Libro de Medicina Forense" (Kimhodo)
- "Medicina Forense" (Kanahara Publishing)
- "Introducción a la Medicina Forense" (Yachishima Shinnosuke)
- "Lenguaje corporal de muerte" (por Masahiko Ueno, Agencia de noticias Jiji)
- "Tarde en el aula de medicina forense" (Nishimaru Yoichi, Asahi Bunko)
- "Libro de eventos de medicina de observación" (por Koshinaga Shishiro, Yomiuri Shimbun)
- "Medicina forense de la muerte" (Sitani Toru, Asociación de editores de libros de la Universidad de Hokkaido)
- "Suicidios-Registros de investigadores criminales" (Kushiyin Shinori, Estudio Tachibana)
- "Tratamiento ilustrado de emergencia" (Nueva escuela de pensamiento)
- "Suplemento clínico de Zhonghe y casos de emergencia" (Librería Nagai)
- "Anatomía del tomate" (Nanjiangtang)
- "Nippon Pharmaceuticals Jimedical Medicine 1992" (Pharmaceutical Times)
- "Colección japonesa de medicamentos populares y farmacéuticos "1992-93" (Pharmaceutical Times)
- "Diccionario de medicamentos populares" (Pharmaceutical Times)
- "Productos farmacéuticos regulados" (Pharmaceutical Times),
- "Terapéutica actual 92ª edición" (Nanjiangtang)
- "Lista de búsqueda de interacciones medicamentosas" (Agencia de noticias diaria Yakui)
- "Envenenamiento 110 Fan" (editado por Hiroshi Naito, Tokyo Books)

- "Emi Poisoning 110 Fan" (escrito por Hiroshi Nakamura, Health Dojinsha)
- "[Eden] Poison Encyclopedia" (empresa)
- "Lista de precios de medicamentos y productos médicos y de higiene '92" (Pharmaceutical Daily Agencia de Noticias)
- "Pacientes con intentos de suicidio" (Kanahara Publishing)
- "Psychiatric MOOK 16 Suicide" (Kanahara Publishing)
- "Suicide" (de Yamana Shotaro, Hokuryukan)
- "Suicide Pass Research" (Shotaro Yamana, Datongkan Bookstore)
- "Investigación sobre el suicidio y la muerte emocional" (Furuya Nakamura, Sociedad Japonesa de Psicología Anormal)
- "Estudios sobre el suicidio" (Yoshiichiro Takada, Kaisha)
- "Suicidio por aburrimiento" (por Goto Shiro, Yutokan)
- "Libro ilustrado sobre el amor y la muerte modernos" (por Takashi Iwakawa, Editorial de libros)
- "Ver el incidente" (Yoshioka Renju, Sociedad de primavera y otoño de literatura y arte)
- "Muerte a muerte" (Yoshioka Shinobu) (Autor, Shinchosha)
- "Suicidio" (Watanabe Junichi, Fumharu Bunko)
- "Bessu Treasure Island 173 Kimochi" (JICC Publishing Bureau = Current Treasure Island Society)
- "Medicina peligrosa" (Aoyama Masaaki)
- "Drogas malignas" (Zhongshan Junzhu)
- "Killing Art" (J• -Work, Third Bookstore)
- "My Suicide Name" (Wakaichi Koji, Tokuma Bookstore)

(C) 1994 Wataru Tsurumi

元

金



自

殺