

NARRATIVAS TERAPÉUTICAS: RESILIENCIA MEDIANTE TALLERES DE ESCRITURA. UNA MIRADA A LAS “HISTORIAS DE VIDA” CREADAS POR MUJERES MIGRANTES EN LANZAROTE

THERAPEUTIC NARRATIVES: RESILIENCE THROUGH WRITING WORKSHOPS. A LOOK AT THE “LIFE STORIES” CREATED BY MIGRANT WOMEN IN LANZAROTE

Marina Gartzia*

Universidad Católica de Murcia (España)

Resumen

El presente artículo aborda parte de la investigación y tesis doctoral: Entre la nostalgia, el desarraigo y las ausencias: “Historias de vida” al trasluz de mujeres migrantes en Lanzarote. Se trata de mostrar cómo operaron las narrativas terapéuticas para fomentar la resiliencia utilizando, para ello, talleres de escritura. En este caso, en concreto, el taller de escritura se dirigió a la realización de las “historias de vida” creadas por mujeres migrantes en Lanzarote.

Palabras clave: Narrativas terapéuticas. Talleres de escritura. Resiliencia. Historias de Vida. Mujeres migrantes.

Abstract

This article deals with part of the research and the doctoral thesis: Between nostalgia, uprooting and absences: "Life Stories" in the light of migrant women in Lanzarote. It is about showing how the therapeutic narratives worked to promote resilience through writing workshops. In this case, in particular, the writing workshop was directed towards the realization of the "life stories" created by migrant women in Lanzarote.

Key words: Therapeutic narratives. Writing workshops. Resilience. Life Stories. Migrant women.

* Licenciada en Antropología por la Universidad de Antioquía (Colombia). Estudios de doctorado en la Universidad de Berna (Suiza).

A MODO DE INTRODUCCIÓN, LAS NARRATIVAS TERAPÉUTICAS¹

En los últimos años se ha producido un auge en todo lo relacionado con la producción y presentación de narrativas; es decir, las diversas formas de historiar, relatar o contar. Si bien, en líneas generales, lo que define a las narrativas terapéuticas es la utilización del recurso de la creación de historias con fines terapéuticos, no obstante, resulta interesante poner de relieve que el enfoque narrativo con dichos fines, siguiendo a los precursores de esta línea; White y Espston (1993), no es tan reciente o novedoso como pudiera parecer *a priori*. De hecho, uno de sus importantes aportes, el efecto liberador, ya fue puesto de manifiesto por escritoras como Isabel Allende: “La palabra escrita es profundamente liberadora”.

No es, sin embargo, motivo de este artículo ahondar en la mencionada línea, ya clásica, de las narrativas terapéuticas liderada por los citados autores y, llevada al terreno de la psicoterapia en la clínica. Por el contrario, se trata de divulgar otra línea de trabajo fundamentada en este caso en los talleres de escritura creados en 1996, en Medellín, Colombia y con los que he trabajado hasta el presente con distintos colectivos: sicarios de carteles del narcotráfico —como parte del programa de reinserción social promovido por la Presidencia de la República de Colombia—, jóvenes en barrios en conflicto armado, refugiados de guerra y solicitantes de asilo, mujeres víctimas de violencia de género, mujeres migrantes... La antropología es, quizá, la disciplina científica más literaria de las ciencias sociales, razón por la cual algo más de dos décadas atrás decidiera fortalecer, en la medida de lo posible, mi trabajo investigativo aunando ambas orientaciones tan entroncadas de por sí pues centran sus discursos en torno “al otro”. De hecho, uno de los autores citados al inicio, Michael White, basó su enfoque de narrativas terapéuticas en los trabajos antropológicos de Gregory Bateson, Clifford Geertz y Bárbara Myerhoff, por mencionar a algunos de los más relevantes. En efecto, las historias o narrativas son esenciales desde los albores de la humanidad, bien sea a través de la historia oral o, posteriormente, con el surgimiento del alfabeto; la escrita. De manera que abordar las narrativas desde la perspectiva etnográfica y literaria ha ofrecido resultados bastante fructíferos con los distintos colectivos sociales a través de los años.

¹ Este artículo se basa en mi investigación y tesis doctoral: *Entre la nostalgia, el desarraigo y las ausencias: “Historias de vida” al trasluz de mujeres migrantes en Lanzarote*, Universidad Católica de Murcia, UCAM, España.

En 1996 éramos todavía muy contados los investigadores que trabajábamos con este tipo de orientación mixta; antropológica-literaria en el campo social. En este sentido, y como algunos antecedentes de investigación aplicada con talleres de escritura y mujeres migrantes dirigidos a dinamizar sus procesos de “integración” y potenciar su empoderamiento considero interesante, por su aportación precursora en el área mencionada, Gartzia (2003):

“La creación, el diseño y la práctica de los talleres literarios han permitido la (co)construcción de narrativas de las mujeres migrantes latinoamericanas en Suiza, y se ha revelado como herramienta sumamente valiosa en sus respectivos procesos de integración, autoconocimiento y *empowerment*. Al mismo tiempo los talleres literarios han sido una forma de psicoterapia, generando una “estructura de la opción”” (Gartzia, 2003: 353).

O como destacué en otro apartado, sobre la deconstrucción de mitos durante la creación de narrativas con mujeres migrantes:

“Las diversas historias de vida que escribieron y presentaron las mujeres migrantes (...) ayudaron a quebrar mitos (...) punto que se reitera una y otra vez en migrantes que llevan bastante tiempo viviendo fuera de sus países de origen. Conservan un tipo de memoria anclada en el pasado, en la que nada es susceptible al cambio ni a la progresión en el tiempo” (Gartzia, 2003: 351).

Desde el inicio decidí incorporar a la investigación cualitativa y, en concreto a las historias de vida, técnicas y herramientas de estos talleres de escritura, por ejemplo, de generación o asociación libre de ideas con el fin de ayudar a desencadenar la gestación de las historias de vida.

Como señala el título del artículo se trata de talleres de escritura dirigidos a la creación de historias de vida escritas por las propias participantes, en este caso mujeres migrantes en Lanzarote. Uno de sus objetivos principales consistió en fomentar la resiliencia a partir de la creación de cada historia de vida ligada a su respectivo proceso migratorio, de ahí el enfoque en narrativas terapéuticas. Asimismo, se puso énfasis en activar la autoestima, impulsar las respectivas etapas de “integración” con la sociedad de acogida y la cohesión social.

Por otro lado, no existía material similar de recopilación de “historias de vida” ligadas al fenómeno migratorio contemporáneo —ni anterior— en el archipiélago canario, tampoco con enfoque de género y norte-sur: mujeres migrantes procedentes de Alemania, Suiza, Inglaterra, Galicia, Andalucía, Argentina y Cuba.

CUESTIONES METODOLÓGICAS

La investigación se vertebró teóricamente en el construccionismo social. La unidad de análisis se basó en un grupo de diez mujeres que compartía experiencias migratorias, es decir, de mujeres (in)migrantes. Otro grupo menor estuvo representado por mujeres de la sociedad de acogida. El escenario fue el propio creado de la Investigación Acción que fue el taller de escritura.

Las mujeres se inscribieron en el taller de Investigación Acción para mujeres (in)migrantes: *Nuestras Historias de Vida: un diario acontecer*, tras asistir a las charlas impartidas por la investigadora en el centro sociocultural del municipio, o bien por la información hallada en los volantes distribuidos en barrios, tiendas, bares, biblioteca, etc., así como por su fijación en carteleras públicas. De modo que el criterio de selección fue por aproximación al universo de análisis y determinado por el propio interés manifestado por cada mujer migrante. La única exigencia o requisito radicó en que se comprometieran en asistir al taller dos veces por semana durante dos meses. Asimismo, que durante el resto de la semana adelantaran con la escritura de sus historias y realizaran algunos ejercicios, cuestionarios y lecturas de apoyo sobre temas como la identidad, los estereotipos, la memoria... y que, al finalizar, entregaran sus historias de vida, quedándose también con una copia de las mismas. Siempre se dejó abierta la posibilidad de poder retirarse en cualquier momento. No obstante, su implicación fue máxima de principio a fin. La compensación recibida se centró en el modelo de aprendizaje, las narrativas terapéuticas aplicadas a sus procesos migratorios, su empoderamiento, la facilitación u orientación durante su “integración” y el abordaje de problemáticas puntuales en las diversas etapas para su resolución. Por último, en sus historias de vida como producto final testimonial y social. Como es habitual en este tipo de investigaciones se mantuvo el anonimato y se utilizaron seudónimos. Otro tanto con los nombres de lugares, siendo estos lo más generales

posibles en el ámbito insular; *locus* en el que se realizaron. Dicho taller fue completamente gratuito para las participantes.

Entre la metodología principal cabe destacar:

Investigación Acción Participativa (IAP) mediante la implementación y desarrollo del taller de escritura dirigido a mujeres (in)migrantes en Lanzarote, a efectos de enseñar y guiar en el procedimiento de autoescritura de las historias de vida de cada proceso migratorio. Esta técnica ofrece, de acuerdo con Lewis: “Otra ventaja es que se reduce la influencia del posible prejuicio del investigador, porque las exposiciones aparecen con las propias palabras de los personajes estudiados” (citado en González Monteagudo, 1996: 224).

La IAP como método de investigación y aprendizaje colectivo de la realidad se fijó en el análisis crítico de la situación de las propias participantes respecto a sus procesos de migración, contando, por tanto, con su participación activa para estimular la práctica transformadora y el cambio social. El objetivo final consistió en que cada participante finalizara su historia de vida tras la guía, seguimiento y orientación de la investigadora, durante los dos meses de duración del taller en el que las técnicas y herramientas literarias sirvieron como refuerzo. Además, se propiciaron significativos espacios de reflexión, algunos de ellos derivados de la lectura compartida de experiencias para lograr también fortalecer y empoderar a cada participante. Asimismo, se permitió un interesante proceso de discusión colectiva a través de la puesta en común de cada caso, el contraste de opiniones, la socialización de vivencias en ocasiones íntimas, o muy dolorosas como catarsis, mediación social con las demás compañeras a modo de terapia individual y grupal.

El taller tuvo una duración de dos meses; julio y agosto y una intensidad de siete horas semanales presenciales, además de asesorías fuera del taller y encuentros de carácter más informal pero dirigidos a afianzar los ciclos de las mujeres migrantes, así como a fomentar la confianza y apoyo en momentos determinados. Durante las fases de escritura de las historias de vida se fortalecieron sus procesos a través de la “narrativa terapéutica”, es decir, desde el encuentro con “su propia voz interior” poniendo en valor sus experiencias y testimonios, integrando sus cambios, fortaleciendo su “integración” y empoderamiento.

Cabe añadir que se realizaron entrevistas en profundidad, observación participante, notas de campo, cuestionarios y entrevistas o contraste de algunas informaciones con la psicóloga, la abogada y la auxiliar (participante como parte de la sociedad de acogida) del centro sociocultural del municipio de la isla en el que se efectuó el taller. Paralelamente, la información se contrastó con algunos materiales: fotografías, correspondencia, historial médico..., todo ello dirigido a la triangulación como método de verificación. Al mismo tiempo, las fotografías y búsqueda documental “de baúl” sirvieron como activadores de la memoria y el recuerdo.

También se trabajó con el método del *focus group*, para estimular el debate y la reflexión en torno a los temas principales (migración, identidad, integración, exclusión, estereotipos, género, racismo...) que abordaron para la creación de sus historias de vida temáticas, ya que se centraron exclusivamente en sus procesos migratorios.

Las historias de vida recopiladas responden a la de relatos biográficos paralelos, es decir, de diferentes personas con un mismo rasgo en común: la inmigración, en las que las distintas mujeres comentan, reflexionan y debaten sobre una misma problemática que comparten, en este caso, sus procesos migratorios en la isla de Lanzarote y de “integración” con la sociedad de acogida.

Por último, es importante destacar que la investigación se articuló en una doble dirección que incluyó las dos perspectivas: emic y etic, Goodenough (1970).

IDENTIDAD Y “CRONOTOPÍAS DE LA INTIMIDAD” DE LAS MUJERES MIGRANTES

Un aspecto fundamental del proceso migratorio se basa en la identidad. El “extranjero”, la persona de “fuera” frente al “nosotros” de la sociedad hegemónica, más allá de los inevitables “choques culturales” como manifestación de lo foráneo durante la fase de “integración” en la sociedad de acogida. Se trata de una identidad que se construye alrededor de una categoría bipolar y excluyente, en este caso: nosotras vs. ellos, los otros, los de “aquí”. Ello trascendió la azarosa aventura de la legalización del estatus en el país receptor, la homologación de títulos o

la obtención de los recursos y permisos necesarios para poder trabajar y establecerse. La conciencia de “pertenencia” es por tanto un proceso largo que afectó también a la autoestima de las migrantes como veremos a continuación.

Cabe añadir que, sumado al hecho de ser “extranjeras”, la condición de ser mujeres y en su mayoría migrantes económicas, las tornó mucho más vulnerables en una sociedad como la lanzaroteña, replegada sobre sí misma y doblemente cerrada al tratarse de una pequeña isla. Parte de los discursos de estas mujeres se habían llegado a convertir en una letanía o mantra a fuerza de sentirse impelidas a repetirlo a diario: “no vengo a quitar el trabajo a ningún isleño”, mientras trataban de salir adelante en empleos mal remunerados y/o sin contrato laboral ni las debidas prestaciones sociales, es decir, trabajando “en negro” como parte de la economía sumergida. Sin lugar a dudas, todo ello hace parte de los habituales repertorios de la migración.

Por otro lado, el concepto de “cronotopías de la intimidad” como describe Arfuch (2005), se fundamenta en el concepto de cronotopos (tiempo-espacio) concebido por Batjín para señalar la importancia de las relaciones espacio-temporales y que en el marco de la migración, de los nomadismos, adquiere un papel preponderante tal y como se pone de relieve en las historias de vida de mi tesis doctoral. En palabras de Arfuch (2005):

“(…) es posible (re)crear el hogar en tierra extraña por la acumulación, justamente, de “cronotopías de la intimidad” bajo la forma de objetos atesorados, que se transportan en la valijas del migrante o que se adquieren después, en prácticas altamente ritualizadas (...)” (Arfuch, 2005: 285).

En consecuencia, como destaca la autora:

“Todas prácticas estéticas de cotidianidad que configuran al mismo tiempo un relato de exilio y un lugar de memoria y cuyo intento de preservar la “identidad” toma, curiosamente, la forma de una “intimidad diaspórica” (Arfuch, 2005: 285).

Por consiguiente, tal y como evidenciaron las historias de vida de las mujeres inmigrantes en Lanzarote, persiste una permanente nostalgia en torno a la evocación constante de esa “objetuaria” reconstruida alrededor de los afectos, en ocasiones ritualizada, que conforma su identidad desde la singularidad de una experiencia vivida como única; distintiva y, por tanto, inherente a su ser.

Así, casi todos los relatos migratorios se articulan incorporando la parafernalia afectiva de objetos, olores, sabores, microespacios como la casa familiar con los padres o los abuelos, el barrio, la naturaleza circundante como frontera del hogar adyacente, pero ya transformada en cronotopía de intimidad igualmente. A continuación, algunos extractos que lo ejemplifican en las historias de vida de las mujeres migrantes:

“Hoy la luna brilla plena sobre el mar en una noche deliciosamente tranquila, inusualmente con apenas viento en Lanzarote, inmediatamente asocio la noche de campo veraniega con las baldosas de una vereda angosta y limpia en mi Concepción del Uruguay natal, una ciudad provinciana relativamente pequeña a orillas del río Uruguay, en la Mesopotamia argentina.

Como siempre son los aromas los que me conducen hacia la casa de mi tía Frida famosa por sus tartas marmoladas y el maravilloso y gigantesco arbusto de jazmín en su puerta de entrada, su húmedo perfume embriagando la sala, el zaguán y el espacio aéreo de toda persona que se sumergía en su influencia. Concepción del Uruguay fue ese espacio libre, natural con el que contacté en mi infancia, el espacio idílico de correr descalza por el barro, el aroma a lluvia, sonreír con la nariz apoyada en el cristal empañado, observando el canto rodado que bajaba por los pequeños torrentes de agua camino abajo, calles de tierra, de campo con grillos, ranas, avispas, gallinas. (...)

La casa de mi *bobe* y mi *zeide* era la arena de mis aventuras, un mundo sencillo de plantas que crecían orgullosas sabiéndose queridas, regadas con cariño al terminar la siesta, el agua volando desde la palangana blanca y el vapor elevándose desde la tierra roja mojada y caliente, el patio, el gallinero, los muros de ladrillos con líquenes colgando, los colibríes al atardecer y el vestirse para ir de visita o a la plaza.

Allí el tiempo se detenía en letanías de *idish* y té con limón, siestas calurosas y mis abuelos leyendo el *idische Zeitung*. Mis abuelos maternos habían llegado desde Polonia y Lituania como tantos otros a comienzos de siglo, huyendo de los *pogroms* de la época reuniéndose, integrándose en las colonias judías de los campos entrerrianos en las cuales implantaron sus escuelas, sinagogas, cementerios. A su manera mantuvieron sin ser religiosos el idioma y la tradición vivos. Esas vivencias atesoran los mejores recuerdos de mi infancia” (A. Polanski).

En la siguiente historia de vida destaca la asociación de los alrededores del hogar, en este caso los jardines y calles, con el espacio de crianza de los hijos en la casa:

“Vivíamos al sur de la ciudad de Buenos Aires, en un pueblo antiguo pero muy bonito llamado Adrogué, donde las casas con jardines y las calles arboladas invitan a la paz. Las plazas tienen árboles hermosos, los jacarandás de flores azules, y los tilos, tan aromáticos en primavera. Los jazmines son los que pueblan los jardines y en verano su aroma inunda las calles. Allí se criaron mis hijos (...)” (Mila).

En la historia de Pepa destacan las faenas ligadas al mar con el trasiego de los barcos, el olor de las sardinas mezclado con el de una flor típica; la dama de la noche, las comidas en familia, compartir con los vecinos una parte del pescado fresco recién traído o los atardeceres en la playa:

“Chiclana es uno de los pueblos llamado blanco de Cádiz, en él hay una playa enorme de arena blanca. Dicha playa está rodeada de bosque de pino que llega justo a la arena. He vivido allí hasta que me casé y fui a vivir a la ciudad. Mi vida allí era casi perfecta porque tenía todo lo que podía desear. Mi familia era y es pequeña porque somos cuatro, el matrimonio y mis dos hijos, pero estábamos todos muy unidos.

Los fines de semana siempre íbamos a la casa de mis padres y después del almuerzo caminábamos por la playa hasta que el sol iba cayendo en el agua.

Las tardes de Andalucía son preciosas. Casi rozando el horizonte hay un castillo, y de tarde, el sol se esconde tras él hasta que no queda nada.

Me gustaba mucho mirar ese atardecer, por eso, casi siempre estaba allí, encima de las torres, para ver cómo volvían los barcos cargados de sardina. Todo el mundo esperaba en el muelle, todos ayudaban a descargar el pescado fresquito, y el olor del pescado se mezclaba con el de la dama de la noche. Allí se siembra y crece en todas las terrazas.

En las noches de verano perfuma el ambiente y la calle está toda llena de alegría.

Siempre había alguien que al final de la faena marinera se ponía a freír pescadito y pimientos para todo el que quisiera. Y luego tocaban las guitarras, contaban sus vivencias del día mientras las mujeres cuidábamos de los pequeños para que no se fueran al mar de noche.

Eran unos veranos maravillosos (...)” (Pepa).

Para María P. es su piano electrónico, el objeto talismán que adopta esa cronotopía de intimidad llevada a su identidad más estereotípica en Argentina: el gaucho.

“Como para cualquier gira, me preparé una maleta pequeña y protegí bien a mi “Gauchito” (mi piano electrónico), al que llamo “mi gaucho”, por su nobleza y por haberme acompañado en tantos viajes sin fallar ni una sola vez. Los gauchos, son los hombres de campo en la Argentina, conocidos por su tranquilidad, su hospitalidad, y un noble corazón, siempre abierto a los que llegan a sus ranchos” (María P.).

Las numerosas evocaciones de Carla son un permanente ir y venir a través de fotografías familiares, sonidos, olores, objetos...:

“Mi papá nació en Yugoslavia, juntaba balines con siete añitos escarbando la nieve. Lo pude ver en una foto de la casa de mi tía tenía un abrigo precioso y corto, y un gorro que le tapaba las orejas. Las piernas desnudas oscuras sobre la nieve... Mi papá tiene una "camiseta" blanca y está acodado en el balcón. Mira cómo queman neumáticos los piqueteros del otro lado, no sé qué pasará por su cabeza mientras sus ojos se pierden en el fuego. Va a cumplir 80 años. Nunca volvió a su aldea. (...)

Mi memoria aún registra tres sonidos de ese verano austral: los cacerolazos avanzando como olas en una Buenos Aires casi dormida. Los tambores de la comparsa que bailé en Colonia del Sacramento, Uruguay. La lluvia golpeando contra el vidrio del autobús viajando hacia la pampa argentina, hacia un pueblo de ocho manzanas y miles de vacas, donde a fin de año nos juntábamos cuarenta parientes, venidos de todas partes para comer asado y despedir el año. Llovió fuerte ese verano. Parecía que el cielo lo hacía por mis ojos. Sabía que me estaba despidiendo. Lo sabía batiendo la cuchara de madera contra la tapa de acero inoxidable. Lo sabía cuando el ferry de Colonia, me alejaba aquel amanecer de la que fue mi amiga de correrías. Lo supe al llegar a Buenos Aires, el centro de la ciudad olía a aerosol y quemado, los neumáticos ardían todavía, había escaparates rotos y el 146 atravesaba la ciudad como si nada hubiese pasado. Y lo supe también aquella noche en aquel pueblito perdido, donde nada era como antes pero todo seguía igual. (...)

Volver a Europa, una vez más. Esta vez con un hijo. Latinoamérica siempre mitificó a Europa. Estudiábamos mucho más las conquistas de Napoleón que el Calendario Azteca. En primer grado escribí por vez primera el nombre de este continente. Y lo hice mal. “Uropa” entonces me hizo pasar mi primera vergüenza. La maestra me hizo repetir 10 o 20 veces que “Uropa” era Europa. Pasó el tiempo, y Uropa me robó al primer hermano. Un poco más tarde, al segundo. Mirando al mar, se percibía ese monstruo invisible del otro lado, devorándolos uno a uno. Los que quedaban vivos (sin desaparecer en los chupaderos de la dictadura) eran engullidos por ese mito, a la vez salvador y desgarrador. Mi abuela Otilia se

preguntaba en cada despedida de sus nietos, para qué sufrir tanto en hacer la América, si después debíamos nosotros hacer la Europa porque para ese entonces, ya la empecé a llamar Europa. A llorar con el *Pleni al Mar* de Serrat que pasaban en la radio, el Mediterráneo contaminado y a cuestionarme por qué los italianos llamaban "tercermundista" a mi hermano arquitecto. Según mi abuela tenía sangre austrohúngara o imperial. Ella siempre nos contaba historias de nieve, "güerra", alemanes y tullidos. Hablaba varios idiomas y preparaba un bismark en honor a no sé qué militar perdido en mi memoria plagada de tantos militares. Se curó su tifus bañándose en el mar durante todos los días de un fatídico año. Hoy, cada vez que me zambullo en el mar pienso en ella. *Coraggio que paura non manca...* nos repetía siempre. Y sí, coraje era lo debía tener, para irme en 15 días" (Carla).

La historia de Lola oscila entre los recuerdos que van desde objetos idiosincráticos como la pota en Galicia, sus mascotas o el desierto en Mauritania hasta llegar a Lanzarote:

“Vivía con mi bisabuela Silveria, de ella guardo recuerdos muy bonitos. Me crie con ella hasta los ocho años, entonces la perdí. Su casa estaba rodeada de árboles frutales por los que yo trepaba para coger manzanas o peras. Tenía muchas flores que cuidaba con gran cariño, y sus animales: gallinas, la cabra Mona, cerdos y una vaca. En la finca había un lugar donde pisaban las uvas y hacían vino y aguardiente en la pota, destilando toda la noche al fuego con leña. Recuerdo la matanza del cerdo, hacían chorizo, morcillas, y los ahumaban con hojas de laurel fresco. (...)

En Galicia tengo una parte de mi vida muy feliz y, otra, no tanto, porque estaba siempre enferma. Veranos enteros en cama, hoy, con los años, pienso que era por el clima del invierno húmedo. ¡Qué tiempos aquellos!, con mis amigas Asun y Josefa, jugando en el colegio al escondite, a la cuerda, y con la muñeca de cartón que a veces me olvidaba fuera de la casa y, cuando llovía, me encontraba sin nada. Al lado de la escuela pasaba un río en el que las mujeres lavaban la ropa y luego la tendían en la hierba, al sol, para blanquearla. ¡Qué olor a naturaleza, al verde de la hierba, a pureza...!

De niña en Mauritania tuve muchas mascotas, el loro chitito, mis perros Kika, Solotú y Tambuchi que era el juguete de la familia, también el gato Micholi y el cuervo Paco, que llegó a hablar. (...)

Aprendí a rezar en árabe. Aquellas costumbres podían chocar para una niña de nueve años, por ejemplo en las bodas, que duraban tres días de fiesta con tambores y comiendo cordero, arroz, cuscús y carne de camello. El chico —futuro marido— compraba a la chica pagándole

al padre de ésta con camellos, cordero y dinero. La novia no conocía al novio, mi padre me explicaba que era su cultura, que hoy la respeto pero no la comparto. (...)

Antes de casarme me fui a trabajar a otra empresa, *Miferma*, que exploraba minas de hierro en Zuérate con el tren en medio del desierto, y los vagones cargados de mineral. Después de casarme trabajé en la misma empresa que mi marido, la S.I.G.P. Mi trabajo estaba a varios kilómetros de casa, pero mi marido era el que cocinaba, y muy bien por cierto” (Lola).



Figura 1. Técnica “árbol de ideas” para desarrollar o ampliar un tema en muy pocos minutos, impartida durante el taller y utilizada por Lola para, como autora, enriquecer una parte de su historia de vida. Evocaciones de Galicia mediante asociación libre de ideas, a través de su elemento más significativo o palabra nuclear: el verde. Fuente: autora.

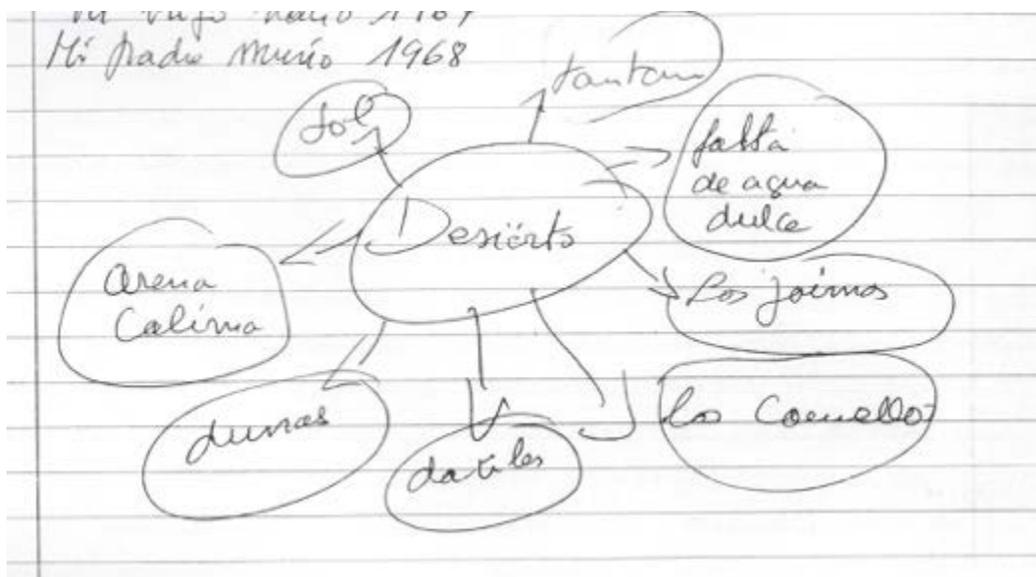


Figura 2. La misma técnica “árbol de ideas” empleada también por Lola. Recuerdos de Mauritania mediante asociación libre de ideas; el desierto es la palabra clave. Fuente: autora.



Figura 3. Lola, utiliza aquí el propio nombre de la isla; Lanzarote, como lema motivador para esa parte de su historia de vida. Fuente: autora.

TALLERES DE ESCRITURA Y RESILIENCIA

La resiliencia se halla intrínsecamente ligada a las narrativas, en tanto las personas relatan sus experiencias de confrontación de realidades adversas, bien sea en una fase preliminar o más avanzada de superación de las mismas. En ese “contar” prevalece un sentido de aceptación dirigido a la superación.

“Comencé no sin ansiedad a intentar viajar mis miedos, mis recuerdos, aquellos que nunca me autoricé a recorrer, cansada tal vez de huir decidí emprender ese viaje postergado, el viaje interior.

He intentado en estos años recorrer mis motivos, oler mis temores, oír mis gritos. Y casi sin darme cuenta comencé a recorrer y finalmente atravesar el escalón de mis primeros cuarenta años de vida, cargada inicialmente con una maleta llena de recuerdos, algunos de los cuales en el proceso he intentado dejar en el camino. Me he ido despidiendo de ellos con agradecimiento, como de aquellas relaciones difíciles a las cuales uno se apega, hasta descubrir un día que la atracción que nos mantenía unidos se ha extinguido.

Esos hechos que guardaba, algunos sin saber, en mi memoria profunda me permitieron aprender y crecer, sobre todo aquellos teñidos de dolor, resentimiento o rabia. El proceso se fue desenvolviendo como una larga y angosta alfombra roja que se desenrolla en el largo o corto salón de una vida” (A. Polanski).

Para alcanzar la resiliencia algunas de ellas han debido renunciar a categorías identitarias tan significativas como la profesional por ejemplo, adaptándose a las escasas ofertas del entorno y resignándose a un presente desdibujado o restringido en extremo. La fe como motor generador de esperanza y guía estructurante para enfrentar lo desconocido han permitido que Mila pudiera seguir siempre hacia delante.

“En mi caso particular, acabo de terminar mi trámite de regularización y he realizado algunos trabajos esporádicos. En el próximo mes me entregan mi tarjeta de residente. Me parece muy difícil emplearme como bibliotecaria ya que debería homologar mi título, con todo lo que significa realizar el trámite que es largo y engorroso.

Durante el primer año de residencia y por el rubro en el que figuro, sólo podré realizar tareas domésticas, así que veré qué puedo hacer al respecto. No me interesa contar con tiempo libre, debo estar ocupada para poder sobrellevar mejor estos momentos. (...)

Mis amigos, a pesar de la mala situación económica por la que atraviesan, decidieron no encarar este desarraigo, ¡con tantos años como ya tenemos! Siempre se piensa que la etapa ideal para los grandes cambios es la juventud. Pero yo guardo una frase de Romain Roland “No morir mientras se está en la vida”. Soy muy creyente y pienso que Dios sabe porque te empuja a hacer determinadas cosas.

Debo confesar que algunas personas de mi entorno nos miraban con extrañeza, quizá nos comprendían pero no compartían lo que hacíamos. Creo que lo que siempre tuvimos claro fue no dejarnos vencer por la situación. Conocimos muchos casos de enfermedad y muerte provocados por los problemas que superaban la voluntad de las personas. Nosotros temíamos llegar a padecer la misma desgracia y creo que hemos tratado de escapar de ella.

La vida en la isla nunca ha sido difícil. Nos sentimos aceptados y respetados. Sabemos que la gente natural de aquí a veces se siente invadida, y con razón, por tanto inmigrante, y no todos miran a los extranjeros con real simpatía. Pero puedo decir que en general, hemos sido considerados con amabilidad” (Mila).

Para Mila la realización de actividades en grupo, en su caso como miembro de la coral ha fomentado su proceso de “integración”, acentuando su sentido de “pertenencia” frente al desarraigo, la nostalgia indeleble o la soledad:

“En este año, estoy asistiendo a los ensayos de la Coral Marina en el mismo lugar. Está integrado por mujeres. Es una actividad muy agradable, y el grupo de señoras que lo componen es abierto y recibe bien a las recién llegadas. Cantamos en las festividades de los distintos pueblos de la isla y en encuentros corales organizados por los ayuntamientos. Todas estas actividades me han servido para sentirme más integrada en esta comunidad y para paliar, en parte, la nostalgia que siento y que sé que no me abandonará.

Haber elegido Lanzarote para emprender este plan de vida, nos permitió conocer un lugar apacible de este mundo” (Mila).

Para otra de las mujeres, procedente de Alemania, la etapa de residente en Lanzarote no fue lo que esperaba profesionalmente pero, aprendió a adaptarse positivamente a situaciones adversas y crecer a través de lo padecido en la isla. En suma, también a conocerse mejor:

“Por esto estoy escribiendo esta historia, para que otra gente la lea, personas de fuera para que sepan que sus experiencias no son únicas sino algo habitual en Lanzarote y, para las personas de aquí, que también entiendan que no todos los extranjeros quieren ocupar y destruir la isla sino que respetan la cultura local. De todos modos no me veo mucho más tiempo aquí. Aprendí un montón sobre mí misma y tuve una trayectoria muy interesante aquí pero, ahora, trabajo más fuera de la isla y de nuevo en un nivel mucho más alto. Desgraciadamente, no me siento muy valorada aquí y veo el peligro de una bajada de mi nivel profesional, una sensación muy dura que me da miedo.

Los años vividos en Lanzarote me han traído experiencias para el resto de mi vida, en todos los sentidos. No quisiera perder ninguna...” (M.Schöner).

En el caso de Pepa vemos que predomina el agradecimiento hacia las personas de su entorno, de la sociedad de acogida lanzaroteña y, a pesar de que su condición de migrante no le permite olvidar su tierra de origen, tampoco demerita lo que le aporta Lanzarote:

“Pero bueno lo que importa es que ahora estoy muy bien, tengo que darles las gracias a todos por los ánimos, a las chicas de la coral y a todos mis amigos por darme esa palabra de aliento.

Hoy puedo decir en voz alta que mi corazón está dividido en dos partes, una la andaluza y la otra la conejera, porque igual que no puedo olvidar mi tierra tampoco podré olvidar Lanzarote que es mi tierra de adopción, y no quiero sentirme emigrante ni de una ni de otra” (Pepa).

Para M. Posalas, de Argentina, el proceso en su condición de migrante irregular viene caracterizado por la autoaceptación, previa a la autoestima. Además, se esfuerza por abandonar su pasado, dejándolo partir para poder centrarse en su presente y compartir con las personas de su nuevo entorno isleño.

“En algunos tramos del camino, se me imponen obstáculos tan impenetrables como muros de roca viva, ante los cuáles me veo obligada a detener mi marcha. Pero sólo se trata de recobrar energías para continuar.

Cuando parece que caigo en aguas revueltas y en la oscuridad de las tormentas, puedo sentir mucho miedo (a veces terror), pero sólo hasta que decido ponerme a nadar y pido ayuda.

Mientras sigo nadando el miedo va desapareciendo pues mi mente está ocupada en enfrentarlo. Estas tormentas en mi vida, han sido siempre mis grandes oportunidades. (...)

Todos los trámites que han tenido que ver con las administraciones públicas relativas a mi regularización, llevarían unos cinco tomos gordos de escritura que hablarían de injusticia social. Lo pasé muy pero muy mal, porque he vivido situaciones injustas de toda índole. (...)

En resumen, en una misma oficina pública hay dos escritorios, un funcionario en cada escritorio que hacen el mismo trabajo los dos, recibir y gestionar los papeles que traes para hacer tus trámites. Pero para uno las leyes y las normativas son una cosa y para el otro son otra cosa. De modo que si hoy rechazan los papeles en uno de los escritorios, recomiendo que vayas al otro día con los mismos papeles y pruebas con el otro. Es muy probable que el resultado sea diferente.

En la vida laboral también me encontré con varios clientes “muy poderosos”, que se comportaban como caciques, haciendo alarde de su poder con sus 4x4, y un ejército de secretarías a las que trataban despectivamente. Responderles como una profesional, les resultaba una amenaza...se suponía que yo, siendo mujer y “extranjera”, no podía saber más que ellos.

Pero además veía que no se trabajaba en equipo. Que los jefes eran jefes, y los empleados trabajaban cumpliendo órdenes, con lo que el sistema resultaba en gente sin motivación, a la que no se les permitía aportar ideas, por lo que iban a trabajar a desgana esperando que llegue la hora de salir lo más rápido posible.

Pero aprendí muchísimo de estos empresarios: ya que muchas veces antes en mi vida, por miedo a tener conflictos, no reaccionaba ante faltas de respeto.

Cuando se es inmigrante, a veces se puede manifestar una especie de complejo: “necesito que me acepten”, y muchas personas caen en el maltrato por miedo a perder sus trabajos, o simplemente porque una actitud de superioridad les puede con sus miedos.

Me di cuenta de que encontrarme con señores feudales en los tiempos que corren, me había servido para afirmar el respeto por mí misma.

Esta lección para mí fue una de las mejores, parecía que debía ser sumisa a estos señores de los que me advertían sus secretarías que “tuviese cuidado porque eran muy poderosos”, y ponerles en su lugar de “personas tan personas como yo, ni más ni menos”, resultó lo mejor.

Yo creo que la vida siempre nos pone en situaciones para las que estamos preparados (aunque se sienta que no, y se sienta miedo o que no se podrá con ello), porque a esas alturas,

yo ya había aprendido a pedir ayuda y había salido del papel de víctima, pasé a la acción y todo empezó a andar...esas piedras fueron cediendo y seguí para adelante, ahora con muchos más amigos que antes.

Pasé varias tormentas y vendrán más. Esta es mi lavadora automática y aunque a veces parezca que paso por un infierno, poco a poco voy sintiendo serenidad.

La lección que me resulta más difícil en este embudo espiritual, es aprender la aceptación. Y de eso estoy viendo las primeras señales de cómo se hace.

Parece ser que mirándose para adentro y aceptando todo lo que uno es, empieza a ver que todos somos iguales, y que uno no sólo es igual a los otros, sino que es parte de un todo y que todos estamos unidos. Y que al cambiar yo mi percepción de las situaciones, la realidad que no acepto o no quiero ver, también cambia. (...)

Hoy estoy feliz porque he tenido la oportunidad de trabajar en aspectos que antes ni siquiera aparecían en mi consciencia, como el soltar el pasado y a todo lo que debe irse, poner los pies en la tierra del hoy esté donde esté, enfrentar mis miedos más profundos, entender el amor como un trabajo de siembra, agradecer la vida de todos los días esperándola con fe, compartir y encontrarme conmigo misma” (María P.).

ALGUNAS CONCLUSIONES

La importancia de los talleres de escritura como otra fórmula de narrativas terapéuticas mostró su enorme efectividad, una vez más, durante la investigación realizada con las mujeres migrantes en Lanzarote, también a través de los años, como otra línea de abordaje diferente a la clásica desarrollada por Epsom y White.

La identidad es un concepto clave del proceso migratorio pues se establece y opera desde la condición de ser “extranjero/a”; de la “otredad”, transitando por el sentido de “pertenencia”, el desarraigo, la soledad... y afectando incluso a la autoaceptación y la autoestima de las mujeres migrantes.

Tal y como pudimos constatar a través de las historias de vida de las mujeres migrantes en Lanzarote, las «cronotopías de la intimidad» adquirieron un papel preponderante mediante la evocación permanente de una “objetuaria” reconstruida alrededor de los afectos, distintiva y, por tanto, inherente a su ser. Hemos visto que todos los relatos migratorios se articulan

alrededor de esa parafernalia afectiva de objetos, olores, sabores, microespacios como la casa familiar, el barrio... En suma, las historias de vida pusieron de manifiesto unas “cronotopías de la intimidad” gestadas a través del tiempo, el espacio y los afectos, también de las emociones.

El taller de escritura como escenario de Investigación Acción Participativa (IAP), aplicado a la creación de las historias de vida escritas por las propias mujeres migrantes propició e intensificó su resiliencia al permitirles comprender mejor sus procesos, reflexionar en torno a sus experiencias y analizar sus realidades para poder superar las adversidades con las que se habían enfrentado o debían aún encarar. En consecuencia, resultó fundamental para que, al “contar”, se pusieran en movimiento los engranajes de la aceptación para la superación de tantos reveses.

BIBLIOGRAFÍA

Arfuch, L. (2005) *Pensar este tiempo. Espacios, afectos, pertenencias*. Buenos Aires, Paidós.

Denzin, N. (1989) “Interpretive Biography”, *Qualitative Research Methods*, vol. 17.

Gartzia, M. (2003) “Talleres literarios en mediación y resolución de conflictos: Mujeres latinoamericanas en el contexto suizo”, en *Emigración Latinoamericana: Comparación Interregional entre América del Norte, Europa y Japón*. JCAS Symposium Series, n° 19, Osaka, The Japan Center for Area Studies (JCAS), National Museum of Ethnology, pp. 344-354.

Goodenough, W. (1970) *Description and Comparison in Cultural Anthropology*. Cambridge: Cambridge University Press.

González Monteagudo, J. (1996) “Las historias de vida. Aspectos históricos, teóricos y epistemológicos”. *Cuestiones pedagógicas. Revista de ciencias de la educación*, n° 12.

White, M. y Epston, D. (1993) *Medios Narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona, Paidós.

Recepción: 24-6-2019

Aceptación: 30-12-2019