

Navegar la marea de los recuerdos

Por Sergio Gama



escuela virtual
.....
HISTORIAS EN
YO MAYOR
.....

Navegar la marea de los recuerdos

Por Sergio Gama¹

Trabajar con personas mayores es una travesía en la que se puede naufragar fácilmente y siempre (no exagero con el 'siempre') esos naufragios (así como las tormentas que nublan las sesiones) tienen que ver con lo siguiente: muchas personas mayores se sienten relegadas a un segundo plano y, en ocasiones, olvidadas por la mayoría de la gente (incluso por sus familias), excepto cuando quieren decidir por ellas, legislar sobre sus necesidades y obtener algo de ellas. Esto puede llevar a desconfianzas, miedos y dudas sobre sus propias capacidades y conocimientos, así como una reticencia a compartir y abrirse.

En la presencialidad he abordado este tipo de situaciones yendo a dinámicas concretas que sirven mucho y tienen que ver con momentos informales antes de las sesiones o en descansos: chismes sobre el barrio, bromas sobre calles cercanas llenas de huecos, jugar dominó o cartas, pedir consejos de cocina, preparar alimentos juntos o, simplemente, compartir comida. Este tipo de estrategias también me han funcionado trabajando en cárceles, con personas con discapacidad e incluso con niños y niñas en bibliotecas.

¿Cómo no confiar y compartir con el profe al que le ganan jugando cartas, que les pregunta cómo preparar comida rara, que habla de un programa de televisión o que llega con una bolsa de pan (de la panadería preferida del sector) para acompañar el tinto antes de la sesión o en un descanso a la mitad? Un poco de caos y desorden antes o en los descansos ayudan a relajarse y abrirse.

Ahora bien, estos recursos no sirven en la virtualidad, con personas de diversas partes del país, con vidas muy diferentes e intenciones muy distintas frente al espacio del taller. En este tipo de situaciones he necesitado ir a otras estrategias que han sido de gran utilidad y definen mi manera de desarrollar mis sesiones en la Escuela Virtual de Historias en Yo Mayor.

A continuación, intentaré recorrer y explicar un poco el caos que suele ser la marea de mis sesiones virtuales, esperando que sea de utilidad para usted, quien está leyendo esto y tal vez desee o necesite trabajar con personas mayores.

^{1*} Filósofo y Magíster en Literatura de la Universidad de Los Andes. Ha dictado talleres de creación literaria con jóvenes, niños, personas con discapacidad y personas privadas de la libertad.

Confianza y escucha

“Durante un tiempo busqué varias organizaciones, para recibir orientación y poder mejorar mis escritos, en las que pudiese confiar...”

Fui conociendo la forma educativa y de integración, en la Escuela Virtual, que llevaban en sus clases virtuales y en una amplia gama de actividades que desarrollaban a diario. Al fin, había encontrado un lugar donde se nos prestaba atención a los adultos mayores. Hacía unos meses había decidido no escribir más, pero al pertenecer a esta escuela virtual, reinicié otra vez mis escritos”, Gustavo Herrera Bobb.

De nuevo, en la presencialidad es más fácil construir la confianza: normalmente los del grupo ya se conocen o tienen en común el lugar en el que viven, en esos casos se necesita construir la confianza con el profesor. Para eso, no hay como “echar chisme” o jugar algo antes de iniciar (lo digo porque me ha funcionado, sobre todo cuando me dejo ganar y lo vuelvo un chiste). Pero hacerlo en la virtualidad es mucho más difícil que preguntar por una vía que lleva años sin ser reparada o dejar de poner una ficha en un momento clave o robar una ficha innecesariamente.

El fragmento que escogí para iniciar este apartado hace parte de un discurso que dio Gustavo Herrera para el evento de graduación de la tercera cohorte, de la cual él hizo parte. Este ilustra, en gran medida, uno de los puntos clave que han dado sentido a la manera en que manejo mis sesiones de la Escuela Virtual: cómo construir confianza desde el comienzo.

En mi experiencia (desde antes con tías y abuelos y en talleres presenciales), todas las personas mayores tienen historias que quieren y necesitan compartir (amores, pilatunas, tristezas, remordimientos, entre un largo etcétera), pero la soledad y la falta de atención han generado que muchas duden e, incluso, teman compartir sus voces.

Por eso, durante la primera sesión y de manera explícita, comparto historias y anécdotas más con los asistentes, para que vean que también comparto mi vida con ellos. Incluso, a veces, bromeo con que el taller es un “negocio, pero que no es una pirámide”: si me dan historias, les doy historias. Así, se dan cuenta de que, no sólo los escucho, sino que también me abro con ellos. La confianza y la escucha se construyen al tiempo y en doble vía. ¿Usted confiaría en alguien a quien no conoce?

Es más, para contribuir a esa confianza, al compartir mis historias, intento que sean graciosas o un poco vergonzosas. Así, por un lado, esto ayuda a que me conozcan y, por otro, busca disminuir mi imagen como una autoridad que pueda ser intimidante (como lo han sido muchas figuras en el proceso de formación de la educación formal tradicional), para que sientan que pueden hablar de lo que recuerden. ¿No se sentiría usted tranquilo de compartir sus historias si antes el profesor le contara, por ejemplo, que de niño tenía cerca de 20 caracoles en su casa y les daba de comer las matas de la casa, o que una vez dañó una camiseta blanca por pintarla para que se pareciera a la de Jorge Campos y luego la mamá lo regañó?

Con ello, me voy ganando el título de capitán del barco de las sesiones, para que la tripulación (los asistentes) confíen en mi mando y comencemos a navegar.

“Nunca había estado en un espacio con perfectos desconocidos donde nos unía un propósito común de escuchar y ser escuchados. Es una sensación curiosa”, María Elfi Chaves.

En las siguientes sesiones dejo a un lado mis ridículos (no los abandono, solo uso menos), para concentrarme en lo que los asistentes han escrito para contar y compartir: los textos realizados para el tema de la semana se leen y se comentan ahí mismo en la sesión y esas historias son el motor de la reflexión y los comentarios del grupo. Ello desvía la atención de las historias de la cartilla de cada semana y el orden que esta plantea, pero permite que las anécdotas y las vidas del grupo mismo sean aún más relevantes.

Así como lo señala María Elfi en sus palabras al cierre de la primera cohorte, se genera que todos se escuchen de manera activa; es decir, se escuchan unos a otros, no sólo esperando su turno para hablar. Se logra construir una cercanía entre unos y otros que no es física; es sólo por las historias que han compartido.

La sesión no es un barco que va a un destino seguro, siguiendo un rumbo fijo dado por una carta de navegación (la cartilla), en un mar muy amplio (el tema de la semana). Este barco va navegando por las historias de una persona a la otra, de un puerto a otro, conociendo un poco de cada uno en cada puerto. Como capitán, sólo marco el rumbo de un puerto a otro e intento regular el tiempo en cada puerto, aunque la marea misma a veces se lleva el barco.

Esto lo complemento con una escucha diferencial. Debido a que los grupos suelen estar compuestos por personas con distintos niveles educativos y de trasfondos muy diferentes, es importante escuchar a cada una en lo que dice y lo que busca en el taller: para quienes tienen cierto conocimiento en escritura, suelo señalar, junto con aciertos técnicos, problemas de sus escritos; y para quienes no tienen conocimiento en escritura o manifiestan prevenciones con sus textos, comentarios que den confianza para seguir escribiendo y compartiendo.

He encontrado que es frustrante (para los participantes y para mí) no hacer esa diferenciación: únicamente dar confianza a quienes tienen formación en escritura y buscan mejorar sus textos es frustrante y pierden el interés; señalar problemas en un texto de alguien que apenas se está tomando confianza es castrante. Y a mí me frustra causar ese tipo de malestares en el grupo.

Ahora bien, usted puede preguntarse: ¿cómo lograr reconocer los intereses de unos y otros? Se puede interrogar directamente en la primera sesión (lo hago, tomo nota e intento no perder las notas), pero lo más importante es hacer de sus historias el centro y que estas nos lleven a donde sea que nos lleven, es soltar el timón y que la marea de los recuerdos, los intereses y los deseos del grupo se lleven el barco.

En esta misma escucha es necesario dar el espacio para que quienes no escriben y sólo comparten desde la oralidad, lo hagan sin sentir que dicha manera de expresar es menos importante. Para esto, busco que, entre cada historia escrita por alguien del grupo (que se lea en la sesión), haya reflexiones e historias orales contadas por otras personas del grupo.

Se transita de una manera de contar a la otra y se da un espacio valioso a todas: a veces aparecen poemas, canciones, rimas, coplas, cuentos, llantos, acrósticos y recuerdos que pueden hacer que ese barco a la deriva (que son muchas veces mis sesiones) se alejen del tema central, pero, si el grupo está a gusto y responde a eso, ¿quién soy yo para acabar esa escucha y compartir?

Con-movernos

“Si no me hubiera inscrito en Historias en Yo Mayor probablemente mi vida seguiría igual que antes. No habría conocido las narraciones y rimas de otros... Nadie habría escuchado mi voz más allá de los textos profesionales; no sabrían sobre las hojas de las páginas amarillas que volaron convertidas en avioncitos hace 60 años o la felicidad de un paseo al río contados por mis compañeros”, María Elfi Chaves.

De nuevo retomo las palabras de María Elfi, ahora para enfatizar uno de los principales resultados de construir la confianza entre el grupo y trabajar la escucha: la posibilidad de conmoverse. Al final de esta cita, ella habla de dos anécdotas diferentes, de textos escritos por dos de sus compañeros en semanas distintas. Fueron momentos en historias leídas y comentadas ahí mismo, en medio de esa marea caótica en la cual se mueven mis sesiones; sin embargo, a pesar de lo efímero del momento, ella atesoró las reacciones y la manera en que el grupo conectó y quiso resaltarlos en su discurso.

El confiar en el otro, compartir y escuchar permite que se pueda conectar con lo que dice el otro y conmoverse. Vale señalar que no uso ‘conmover’ en el sentido tradicional (alterar, perturbar, inquietar, asombrar, estremecer o enternecer), sino más cercano a la raíz latina de la palabra (*commōvĕre*) que tiene que ver con poner en movimiento; lo pienso como un moverse en conjunto con el otro. Así, la historia y el recuerdo de alguien hace que se mueva quien lo lee y quien lo escucha, hay conexión entre unos y otros.

Ese conectarse y moverse en conjunto (con-moverse) lleva a que quienes escuchan comprendan la historia del otro y se reconozcan en el otro. Así, la sesión (el barco que navega en esta marea de recuerdos) en realidad no va a la deriva: se mueve de uno a otro, haciendo pequeñas paradas en los puertos que son las historias personales.

En últimas, este fluir abre la posibilidad de reconocerse los unos a los otros en las historias y en los momentos que se han vivido, pues son los destinos que vamos recorriendo en nuestra navegación. Es la posibilidad de construir comunidad en torno a las vidas de unos y otros y la

conexión que surge al escucharnos; es la necesidad de centrarse (durante las sesiones) en las historias de las personas del grupo, más que en las de las cartillas.

Así, una tristeza, un dolor o una carga tal vez no se sientan tan mal y pesadas, pues se comparten; y una alegría, una risa o un momento luminoso alegre e ilumina más porque se comparten. Se reconocen en las alegrías y las tristezas, pues se han con-movido.

Ya para terminar este apartado, abordaré una pregunta que puede estar en su mente ¿para qué la cartilla si no va a ser el centro de la sesión? Pues la cartilla es clave para generar la reflexión inicial de la sesión, pero, sobre todo, para que las personas la lean y la recorran antes y a la sesión lleguen con textos listos, recuerdos vitalizados y reflexiones frescas.

Familia

“Durante todo este tiempo que mi mamá, Tina, estuvo escribiendo sus historias, las historias de su vida, nos transmitió su entusiasmo a todos nosotros, porque todos estuvimos involucrados. Todos los días ella nos contaba en qué iba y cómo iba el cuento de ella. Mi hermano se lo ayudaba a transcribir en el computador. Él nos lo enviaba a nuestra casa, a mi correo, porque yo no vivo con ella. Nosotros lo imprimíamos y lo revisábamos. Así, conocimos muchas cosas y eso también nos entusiasmó muchísimo”, Sonia Cristina Murcia Moreno, hija de Tina Moreno de Murcia.

Continuando la analogía de la sesión como un barco que se mueve sobre la marea, los escritos que se hacen (y muchas veces los ajustan después de la sesión) son la pesca resultante con la cual se van los asistentes; es aquello que comparten con su círculo cercano, fuera del ámbito exclusivo de la Escuela Virtual.

Las siete cartillas fueron concebidas en el marco de la pandemia por el COVID, en 2020. Con ello en mente, algunos ejercicios se pensaron para que las personas mayores buscaran hablar con sus familiares o amigos, para completar anécdotas, para confrontar recuerdos o, simplemente, para compartir sus textos. En algunos casos eso fue muy exitoso, como en este que retratan las palabras de Sonia, hija de Laurentina Moreno, más conocida como Tina, una mujer mayor residente en Ibagué que participó en la primera cohorte.

En un comienzo, Tina les compartía sus historias para obtener apoyo en la revisión de ortografía, y en eso se concentraba Sonia. Luego, con el paso de las semanas y los ejercicios, esa revisión se volvió un compartir y con-moverse, un reconocer a su mamá en sus escritos. Este encuentro es aún más significativo cuando se considera que Sonia vive en Toronto, Canadá, y esas historias se volvieron una manera de hallarse juntas a pesar de la distancia.

Sumado a eso, cabe señalar que, si bien no es este el caso, sí hay otros en los cuales las personas, después de sentir que sus historias eran validadas y ganar la confianza para escribir, las enviaban a amigos y familiares. Construían otra manera de compartir con ellos, una manera en que sus escritos eran un punto de encuentro, de con-moverse. Tal es el caso de mi papá (él hizo parte

de la primera cohorte) quien se sintió tan a gusto con sus historias y se sorprendió tanto con su habilidad para escribir y transmitir episodios de su vida, que, en varios grupos de WhatsApp de la familia, las compartió y generó conversaciones muy gratas con sus hermanos y algunos de mis primos en torno a la historia familiar.

También es importante señalar, desde el caso de Tina, que (al igual que en muchos otros) hay participantes de la Escuela que no manejan las plataformas virtuales y necesitan de un apoyo constante para conectarse, manejar el micrófono e, incluso, para poner sus historias por escrito a computador. Es cierto que este tipo de casos son una minoría, pero, al menos en mi experiencia, resultan siendo una gran enseñanza sobre el manejo de las sesiones: quien acompaña no es sólo “apoyo técnico”, también escucha las sesiones y se con-mueve con las historias; estos apoyos son un primer encuentro intergeneracional del grupo.

En ese sentido, es clave vincular a esos apoyos en el desarrollo de las sesiones y en las historias, haciéndolos partícipes: es útil invitarlos a que cuenten historias o reflexionen sobre el tema de la semana, así se profundiza en la escucha y en la confianza, con un carácter intergeneracional. No siempre funciona, pero algunas veces, en tanto son miembros de la misma familia, los invito a que hagan algún ejercicio de la semana con la persona a la que acompañan. Casi nunca aceptan la invitación, pero cuando lo hacen, resulta en un momento bello de compartir, no sólo como escribientes, sino como coautores.

El con-moverse como base de la Comunidad Virtual

“Me siento también orgulloso de ser parte de esta comunidad virtual, ya que nos ha permitido proyectarnos a las redes sociales compartiendo nuestros conocimientos y saberes mediante la oralidad, escritura y lectura socializando cómo vimos cambiar nuestros lugares, cómo amamos, cómo crecimos, nuestros mitos y leyendas, cómo surgieron nuestras tradiciones y culturas, qué animales nos han acompañado y finalmente nuestros viajes desde la mirada de nuestras vidas”, José Dolcey Irreño.

Antes de zambullirnos en las palabras de José Dolcey, daré un contexto de lo que es la Comunidad Virtual: este es un componente del proyecto que busca, para quienes participaron en las siete semanas de la Escuela, generar dinámicas que posibiliten la existencia de grupos autogestionados por las personas mayores. La idea es que, siguiendo la intención de diálogo, compartir, leer y escribir de la Escuela, las personas continúen reuniéndose y compartiendo en tertulias que no dependan de las fundaciones o de profesores externos que puedan implicar algún gasto. En últimas, queremos que las personas que salen de la Escuela trabajen en red y se apoyen unas a otras y sean autónomas e independientes del proyecto. Continuando la analogía del barco, sería que el capitán del barco se baje y entregue el manejo del timón a la tripulación y esta se lance a recorrer esa marea; lo cual a veces le parece asustador a algunas personas, pero es, en realidad, el paso lógico: el barco siempre se ha movido por los recuerdos de la tripulación, el capitán no ha sido lo esencial. Pero ¿será que la tripulación sí puede hacerse cargo?, ¿cómo se da eso?

Al igual que los grupos de la Escuela Virtual, los de la comunidad están compuestos por personas con distintos niveles de formación y de diferentes regiones; sin embargo, mientras en las sesiones de la Escuela hay temas por semana puestos desde el proyecto (carta de navegación) y el liderazgo se encuentra en manos de un profesor del proyecto (capitán del barco), en la Comunidad no hay planeación ni injerencia de las organizaciones. Allí, las dinámicas, los temas y las metodologías están en manos de los asistentes; así como los liderazgos.

En esta situación podría ser muy fácil que las diferencias entre unos y otros fuesen dañinas para el grupo, por cuanto podrían generar conflicto y dificultar el ponerse de acuerdo. Sin embargo, en el tiempo que lleva la comunidad, lo contrario ha sido la norma: desde el confiar y escucharse se han construido dinámicas de manejo de los temas y de las metodologías que han permitido que todos participen y que la mayoría de los asistentes hagan parte de la toma de decisiones. Además, las diferencias entre unos y otros han sido enriquecedoras para el grupo: han permitido que los liderazgos surjan y se afiancen; que las habilidades y el conocimiento de unos se pongan al servicio de quienes los necesitan; y que cada persona transite en su proceso individual, con el apoyo del grupo. Esto se ha dado sin que haya una directriz definida o una orden concreta. La tripulación se conoce muy bien y va reconociendo su marea y cómo transitarla, delegando diferentes capitanías en el grupo, entendiendo cuándo alguien puede ser disruptivo para la ruta que recorren y cómo manejarlo.

Desde mi punto de vista, esto ha sido posible por el énfasis en el escucharse y reconocerse mutuamente, así las historias y las vidas de unos y otros logran con-mover a los miembros del grupo; no se construye desde la homogeneidad, sino desde saberse diferentes, reconocerse, acompañarse y conectar con el otro y sus vidas.

Para finalizar este apartado, vamos a lo que nos dice José Dolce, quien es una de las personas mayores que ha hecho el tránsito de estudiante a ser tutor (apoyo del docente) para llegar a convertirse en docente de un grupo de la cuarta cohorte. Él también hace parte de uno de los grupos de la Comunidad Virtual.

Al igual que José Dolce, muchos de la Comunidad se sienten orgullosos de estar ahí, parados desde el compartir y proyectarse en unos lazos de cercanía que solo la virtualidad permite entre personas que viven en lugares tan diferentes y han vivido vidas tan distintas.

Las alegrías y las risas de unos son de todos; las tristezas y los miedos de unos son soportados por todos; los saludos en los grupos, lejos de ser protocolarios, son muy sentidos y saben recordar cuando alguien tiene alguna penuria de salud o alguna preocupación o cuando un cumpleaños está cerca.

Asistentes grupales

“Mi experiencia en el espacio de Historias en Yo Mayor fue profundamente conmovedora y reflexiva y me permitió ser más cercana que nunca a la vida de las personas mayores con quienes me relaciono diariamente. Tuve un espacio privilegiado en el proceso de escritura como replicadora y acompañante. Pude palpar con más sensibilidad sus vivencias y emociones y la sabiduría acumulada desde sus experiencias de amor, resistencia, pérdida y crecimiento personal”, Andrea Rozo, profesional del Centro Día Casa de la Sabiduría Campo Verde.

Para terminar, quiero llamar la atención sobre unos casos que son excepciones constantes (perdonarán el oximorón): en todas las cohortes ha habido casos en que se dan conexiones grupales; es decir, en una pantalla se ve a varias personas que toman la sesión al tiempo, cuando el micrófono se abre, no se sabe quién hablará, pues puede haber entre 3 y 40 participantes. Este ha sido el caso de hogares de personas mayores o de centros vinculados a la Secretaría de Integración Social (en Bogotá), en los cuales grupos enteros ven y escuchan la sesión gracias a videobeams y parlantes que proyectan la sesión en vivo. Así, yo, como profesor, me encuentro con 20 pantallas conectadas en la sesión, pero una o dos de ellas corresponden a grupos de este tipo.

En la Escuela Virtual, la gran mayoría de quienes han participado lo han hecho con una conexión individual, es decir, cada pantalla corresponde a una sola persona. Volviendo con la analogía del barco, cada una de esas conexiones es un miembro de la tripulación, cuyos recuerdos hacen parte de esa marea. Ahora bien, en estas conexiones grupales, es como si uno de esos miembros fuera, en sí, otro barco más pequeño, con una marea más pequeña sobre ese otro barco más grande que es la sesión. La analogía se torna extraña y surreal, porque algo así es manejar ese tipo de grupos.

Si construir confianza y escucha es un reto fuerte desde lo virtual es peor en estos casos. Las personas de ese *sub-grupo*, que se encuentra en una sola conexión, intentan estar atentas al resto del grupo de la sesión viendo las pantallas en un videobeam. Cuando quieren participar, deben pedir el micrófono o acercarse al computador que están empleando en el centro y, entonces, poder hablar. ¿Parece tortuoso y con demasiados pasos extra? Lo es. Pero se puede lograr y puede funcionar muy bien, si se cuenta con un buen copiloto o segundo al mando en ese barco más pequeño: es decir, un replicador (tomo la palabra de Andrea).

Intencionalmente no hablo de un profesional en el centro, sino de un replicador. La diferencia radica en que el profesional cumple con su obligación (prender el computador, disponer la conexión y asegurar que las personas estén ahí), mientras que el replicador es una persona que entiende y asume el proceso de la sesión y lo replica ahí (en vivo o posteriormente) con su grupo. En ese sentido, para el manejo de este tipo de sub-grupos, es clave una correcta articulación con el profesional del centro para que participe como replicador.

Este fue el caso de Andrea Rozo que, en la cuarta cohorte, fue clave para que el grupo con el que trabaja pudiera hacer parte de la Escuela. Debido a que le robaron al centro los equipos para la conexión a internet, las personas que se inscribieron no pudieron conectarse como estaba pensado inicialmente: con un videobeam, un computador, un micrófono, 8 personas y Andrea en un salón. Entonces, ella asumió el reto de tomar las 7 semanas y replicarlas con su grupo, recorriendo las

cartillas y fragmentos de las sesiones hechas con el resto del grupo. En ese sentido, la experiencia es distinta, pero como lo dejan ver las palabras de Andrea, no se invalida y logra los objetivos.

Para cerrar, diré que es necesario vincular al replicador en las sesiones, preguntando por las historias de su grupo y sus historias propias, de manera que no sólo acompañe, sino que se haga parte y sienta lo que es compartir y con-moverse y eso mismo lo pueda compartir con su grupo y con la experiencia general.

¿Conclusiones?

Mis reflexiones se pueden sintetizar así, más o menos: Sirve confiar en la marea de los recuerdos y dejar que la marea misma sea lo que guíe la sesión. Si se construye la confianza, la escucha y el con-moverse en el grupo, la marea misma se regulará y hará que el mapa de ruta no sea tan relevante. Es más, la marea misma y la tripulación del barco sabrá cuándo es tiempo de salir de un puerto, para buscar otro. Así, la tripulación misma también puede ir entendiendo lo que es liderar y capitanear el barco, para reconocer la belleza y complejidad de la marea y llevarse muy buenas pescas para compartir con sus personas queridas.

Eso me funciona a mí, espero que a usted también le pueda servir.