

# Dar voz al silencio de los años. Aprendiendo a poetizar la propia vida

---

*Hay canas en mi cabeza, hay en los prados escarcha,  
Mas yo prosigo soñando, pobre, incurable sonámbula,  
con la eterna primavera de la vida que se apaga.  
Y la perenne frescura de los campos y las almas,  
Aunque los unos se agostan y aunque las otras se abrasan.*  
Rosalía de Castro. En las orillas del Sar.

## Presentación

La experiencia que deseo relatar parte de mi vivencia como Educadora Social del Centro de Día para gente mayor, **el Mil·lenari**, gestionado por Cáritas Diocesana en el barrio barcelonés del Raval. Se trata de un trabajo educativo sobre expresión escrita, a través del cual se ha facilitado una relación y reconocimiento personal que ha dado como fruto la producción de poemas, algunos de ellos recogidos en el libro de Carmen Salamanca titulado *Mis poemas dan voz al silencio de los años*<sup>1</sup>.

La propuesta de dar voz al silencio de los años mediante la escritura creativa se ha hecho realidad gracias a la aportación de Carmen, la principal protagonista. Ella hace posible este camino de aprendizaje compartido donde la palabra y, con ella, el poema aparecen como el instrumento que sirve para manifestar pensamientos, emociones y hechos significativos de toda una vida.

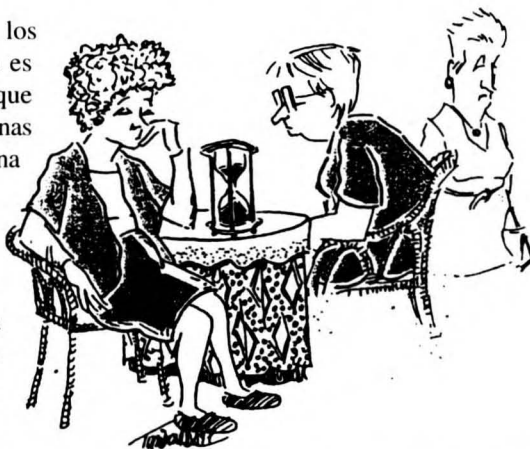
El contenido de este artículo se presenta en cuatro apartados que recogen, en primer lugar, el contexto humano donde se realiza esta práctica; en segundo, una reflexión centrada en la concepción de la escritura como un acto de afirmación personal; un tercer apartado resume el aspecto más metodológico –el nacimiento y la construcción de poemas que parten del sentir profundo de una mujer– y, por último, un apartado dedicado a la difusión que tuvo esta actividad.

Se parte de la idea fundamental de que todo este proceso de aprendizaje y relación, concentrado en una persona mayor, aunque aplicable a todo un colectivo, puede convertirse en uno de los mejores remedios para luchar contra sentimientos de aislamiento e incomunicación, en una forma de seguir demostrándose a sí misma que también vale a pesar de los años y de la exclusión social.

## Escribir poemas para vencer la soledad

En el Raval, como en otros barrios de Barcelona, la población de más edad crece de forma acelerada y alarmante. Resulta difícil ignorar que, hoy en día, gran número de estas personas se encuentra en situaciones de profunda soledad, con problemas graves de salud, ruptura de lazos familiares y niveles económicos muy bajos. Esta realidad queda enmarcada por la marginación que le toca vivir directamente a este sector tan desfavorecido socialmente.

Pasar el día, las semanas, los años en un centro de día es parte de la cotidianeidad que envuelve a muchas personas mayores. Quizás sea esta una ocasión propicia para hacer llegar a todos que, por un lado, es prioritario acompañar la labor asistencial que se realiza en estos centros con una acción educativa y socializadora que favorezca una relación más personalizada en el presente y, por el otro, que son lugares llenos de vida, con necesidades y proyectos de autorrealización frustrados por condiciones desfavorables que no han permitido ir más allá.



Es en este contexto particular donde nace la chispa que encendió el interés por una experiencia de escritura creativa de poemas. Ésta guarda estrecha relación con la vivencia personal y profesional de mis primeros contactos con la gente mayor que da vida al **Mil·lenari**; mujeres y hombres, casi en su totalidad privados de la oportunidad de utilizar la expresión escrita y la lectura como una fuente de conocimientos y de placer que los abra al mundo más amplio de la cultura y de la belleza artística.

De aquí surgirá la idea de hacer realidad **un deseo**, el de una mujer, madre y abuela de 80 años, que se traduce en llegar a escribir poemas soñados por ella a lo largo de su vida. La labor realizada, se entiende, quiere servir de guía o estímulo para todo el grupo de personas que representa, y para otros no tan mayores que tengan ganas de plasmar su palabra escrita en poesía.

## Objetivos a conseguir

Esta experiencia se ha propuesto trabajar los objetivos siguientes:

- Favorecer el potencial humano imaginativo y creativo.
- Romper con barreras sociales y personales limitadoras de la comunicación y del diálogo intergeneracional.
- Profundizar en un mundo interno que se abre del aislamiento y la soledad.
- Establecer una relación que permita una mediación educativa que reconozca el deseo, la voz y la palabra escrita.
- Enseñar a expresarse, en la medida de las posibilidades del sujeto, en el lenguaje poético.

Establecer una relación que permita una mediación educativa que reconozca el deseo, la voz y la palabra escrita

Todo ello implica la superación de actitudes negativistas y despectivas hacia la gente mayor. Antonio Machado es recordado por su profundo respeto a las capacidades y al saber popular de la vejez. Un consejo aportado por él viene a decir que “cuando se oyen palabras viejas, es necesario agudizar las orejas no solo por el beneficio que ello puede aportarnos, sino también para evitar que el anciano se convierta en un ser que solo vive para sus recuerdos”. Esto pone de manifiesto la necesidad de revalorizar la dimensión de la edad, del saber de la vida, de la perpetuidad de la propia cultura y de las potencialidades de aprendizaje a lo largo de la vida, respetando la motivación de la persona por seguir sintiéndose viva y llena de ilusiones.

El reto de escribir poemas emotivos sobre la propia existencia es sin duda un ejercicio de expresión escrita individual muy elevado. En el caso de una mujer que empieza a escribir es un reto mucho más grande, sobre todo si no ha tenido demasiadas oportunidades educativas para aprender y afianzar el mecanismo instrumental de la lectura y la escritura. Es evidente que carecer de una continuidad formativa en el aspecto más básico, el alfabetizador, así como de una expansión de conocimientos que enriquezcan intelectual y culturalmente, colocan el listón muy alto.

## La escritura de poemas como experiencia de afirmación personal

La **escritura**, entendida como un acto de afirmación personal, tiene una función educativo-terapéutica reconocida por muchos psicólogos/as. Escribir para transformar nuestro entramado psicológico en materia escrita, en relato, en poema..., y hacerlo para entendernos y no tanto para que nos entiendan, como apunta C.Day Lewis<sup>2</sup>, puede ser el punto de partida por el cual la persona mayor y todo el que se lo proponga encuentre un camino abierto a la reflexión y a la manifestación de hechos, afectos y conflictos internos. Esto permitirá tomar distancia, valorar la vida desde la propia subjetividad, desde la propia interpretación y facilitar así el contacto con uno/a misma, con los demás y con el mundo.

Desde esta perspectiva, el hablar, escribir en primera persona, “Partir de sí”<sup>3</sup>, es fundamental y está por encima de cualquier otra consideración. El reconocimiento y el aprecio del partir de sí crea una sensación única que abre las puertas a la exploración y al descubrimiento de la intimidad. Todo esto puede proporcionar una importante conexión con una fuente de energía interna que hace de la escritura una experiencia intransferible y única.

Rosalía de Castro, poeta de la “*saudade*”, nos dice *¿Qué es la soledad? Para llenar el mundo basta a veces con un solo pensamiento...*<sup>4</sup>. El acto de escribir, cabe no olvidarlo, está impregnado de una dimensión de **soledad**, de interiorización de pensamientos y sentimientos. Todo un mundo se despierta en el encuentro con el **yo profundo** que refleja el abismo de la pro-



pia soledad, con el que se puede llegar a sentir la amargura del sufrimiento, pero también a saborear la alegría pasada. Será por este camino, el de la soledad, que se establecerá de nuevo el contacto con la realidad.

En lo que respecta a la **Poesía**, es necesario destacar la importancia que tiene esta herramienta poderosa de expresión. La palabra que da contenido y forma a la poesía emotiva adquiere fuerza a partir de los aspectos siguientes:

- De la fuerza que tiene la **oralidad** del poema. Su origen a través de los cantos, romances populares y canciones tradicionales que permanecen en la memoria colectiva y que se vincula a las personas de edad que se han movido básicamente en una cultura oral.

- De los **recuerdos** biográficos, que unidos a las emociones correspondientes remueven el interior encontrando el goce de poner en palabras lo que ya se ha vivido y se vive –y más en una mujer habitada por recuerdos, una persona mayor con gran cúmulo de vivencias de tiempos pasados que marcan toda una historia. María Zambrano<sup>5</sup> sugiere que hay que recordar, para ver nuevamente todo lo vivido, ya que toda la vida sería un simple pasar sin renacer y sin renacer nada es del todo vivo. Es decir, aprender a recordarse y relatarse con la poesía es hacer poética la vida. Despertar recuerdos de situaciones relevantes que otorgan identidad y atreverse a hablar de sí hasta llegar a la escritura de un poema, pueden provocar, sin la menor duda, una mejora consustancial en la capacidad de autoestima y un importante paso de crecimiento personal, aún en la edad más avanzada.

- De la **expresión subjetiva de sentimientos**, pasiones y temores profundos. Los poemas representan una forma particular de sentir e interpretar el mundo y con ello se convierten en un instrumento importante de *catarsis*. La necesidad de escribir para explicar y explicarnos qué nos pasa, qué palabras pueden ayudar a situar las emociones y las dificultades llevan también a escribir desde el sufrimiento y la tristeza. Al hacerlo se culmina un acto de desahogo, de reconciliación con heridas antiguas, que se hace llorando, escribiendo y recuperando así el núcleo más espontáneo, auténtico y creativo de la persona.

- Del **sentimiento de dignidad y continuidad**, porque escribir también es un intento de convertirse en algo vivo y de vivir con dignidad. A través de la escritura se puede indagar sobre qué se esconde en los rincones del interior, sacar y conferir forma, color y música a unos versos que encuentran en los años ya vividos una puerta abierta a la expresión.

Conferir forma,  
color y música a  
unos versos  
que encuentran  
en los años ya  
vividos una  
puerta abierta a  
la expresión

## Cómo nacen y cómo crecen los poemas

El proceso individual de elaboración de poemas ha sido una tarea singular basada en una metodología abierta, flexible y adaptada a la situación y a la dinámica contextual. Los poemas escritos a lo largo de aproximadamente un año se hicieron realidad gracias a un trabajo de alfabetización y de expresión escrita, acompañado de técnicas que fomentaban la comunicación, creatividad e imaginación, hasta llegar al trabajo de escritura, revisión y reescritura. El aspecto de aplicación más directa se puede concretar en seis fases, que tienen que ver con el nacimiento, la construcción y la difusión de los poemas.

**1ª.** Las poesías nacen del diálogo que se abre a las reminiscencias significativas sobre la familia, pueblo, la guerra civil española, la inmigración, el hambre, el trabajo (vendedora de joyas de estraperlo por los trenes...), la maternidad, el amor y desamor, la soledad... Poco a poco se convierten en temas centrales en los que se basan nuestras conversaciones, espontáneas o provocadas, en el salón del centro. Temas que se van enlazando a su particular historia de vida y que aparecen como materiales óptimos para generar una frase, una palabra escrita. Nacen también de una actitud abierta al mundo a través de múltiples asociaciones sensoriales y emocionales expresadas en forma de dibujos, pintura, visualización de objetos como fotografías o postales antiguas y recientes, discos o canciones populares, libros, prendas de vestir significativas, etc. Todos estos estímulos le han sido útiles para provocar una avalancha de reflexiones ricas y variadas que servían para empezar a escribir. También le han ayudado a desbloquear situaciones difíciles en las que no se encontraban palabras con que llenar los versos que parecían huir del pensamiento, porque los sentimientos se presentan con muchos matices y nunca dejan de ser complejos.

**2ª.** Los poemas se expansionan mediante la escritura abundante y sin corsés que hace florecer la poesía y a quien la escribe, la propia autora. Dar rienda suelta a este proceso sin preocuparse por estructuras formalistas y gramaticales es la base para que puedan nacer versos y poemas que no recorten la espontaneidad y autenticidad de cada persona. Recuerdo la primera vez que leí unas frases del poema que, posteriormente, la propia Carmen bautizaría con el nombre de "Soledad". Éstas decían:

*la soleda es my trite  
se mires como se mires  
cuando llegamos a mallor  
no qeremos que no horvide...<sup>6</sup>*

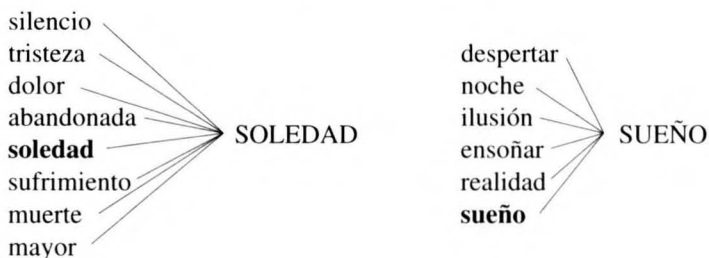
La primera idea que tuve leyendo ésta y otras estrofas fue la de censurar su mala letra, las faltas de ortografía, la insuficiente sintaxis, los problemas de concordancia, la deficiente presentación del escrito, etc. Esta idea se borró en seguida de mi mente cuando comprobé que su riqueza lingüística era peculiar y muy enraizada en la cultura popular, nada despreciable, y que podía facilitarle, más que una corrección academicista y formal, un contacto con ese mundo interno que se encontraba perdido y sin rumbo, como ella bien expresa en su poema “El barco de la vida”:

*soi como a que barco  
perdido que nabega  
por la mas  
sale con ruvo perdido  
y lla no recresa jma*<sup>6</sup>

Frases inacabadas, algunas con borrones, otras difícilmente inteligibles, que no me impidieron creer en ella, en sus posibilidades y capacidad creativa.

3ª. Los poemas encuentran su forma a través de la técnica de las **palabras poetizadas** generadas por el diálogo establecido, las asociaciones y las tímidas frases o esquemas de versos escritos por ella. La creación de estas palabras que nacen de su propio **universo vocabular** en palabras de Paulo Freire<sup>7</sup>, le han permitido seguir un hilo conductor que empezaban a dar nombre y entidad a cada uno de sus poemas.

Un ejemplo de ello lo constituye la confección de una lista de palabras (sustantivos o adjetivos) que las frases o esquemas de estrofas destacaban, para posteriormente encontrar y aislar la palabra más relevante que las englobaba a todas. Así, podían resaltar las siguientes:



Palabras como: soledad, sueño, música, flores, amor, estrellas, etc.. surgían como campos semánticos que acabarían poetizándose a través de títulos

escogidos por ella como: “Las flores también se enamoran”, “La música”, “El barco de la vida”, “Busco mi estrella”, “Soledad”, etc. que hablaran de su vida a través del lenguaje de la poesía.

4ª. Las palabras poetizadas se organizaron a través de un trabajo (realizado íntegramente por la educadora que respetó en todo momento el escrito original), de ordenación de todos aquellos borradores, producciones y poemas (aún inacabados) clasificados en función de estas palabras. Después se pasaron a ordenador todas sus producciones originales que recogían un total de cuarenta y ocho poemas.

5ª. La autora comienza una etapa donde reescribe los poemas en un largo y laborioso proceso de expresión escrita en el que trabaja, junto con la educadora, primero con borradores, luego con el conjunto de varios poemas que tienen en común una palabra poetizada y, posteriormente, con el poema central seleccionado por ella. Una fase que pretendió reafirmar su voz a través de una **relectura** de los poemas ya pasados a máquina y en los que se podía visualizar aspectos a repensar y mejorar. Una lectura en voz alta y compartida con algunos compañeros/as del centro ponía de relieve que sus medias rimas e irregularidades en el ritmo y léxico mostraban diferencias importantes desde el punto de vista estructural y más convencional, pero no desde el plano más subjetivo y vivencial. La educadora aportó orientaciones, motivación y consignas encaminadas a transmitirle, respetando siempre su deseo de hacer accesible y entendedor su lenguaje poético particular, la necesidad de reflexionar sobre sus versos y estrofas inacabadas, sobre los significados de los campos semánticos, las partes fundamentales del poema (estrofa, verso, palabra), las diferentes formas de expresar una idea o una emoción, la relación entre entonación, puntuación y ritmo, las imágenes poéticas y metafóricas a las que hacía referencia, etc. La idea de acercar la literatura a su edad a través de lecturas de poetas como Rosalía de Castro, García Lorca, Antonio Machado..., a los cuales ella siempre ha admirado, reforzó este proceso de escritura que partía de su nivel de comprensión, se adecuaba a su particular evolución y respetaba siempre su aportación original.

6ª. El poema como producto original siguió unos requisitos de negociación basados en criterios de coherencia, variedad, precisión léxica y corrección normativa. Para llegar finalmente a la **reescritura** de los poemas como una actividad imprescindible que le permitía que trascendieran y pudieran compartirse con otras personas. Solo cuando el poema se ha reafirmado en la propia voz a través de la reescritura y resulta satisfactorio para la autora se puede dar por terminado este trabajo que puede acabar siendo un material



fotocopiado para repartir entre los compañeros-as, utilizado en fiestas como en Els Jocs Florals, pero también, por qué no, apto para ser publicado.

Un poema que siguió todo este proceso de elaboración y de aprendizaje compartido lo constituye, entre otros, el de “Busco mi estrella”:

*Cuando llega la noche  
no dejo de contemplar  
y mirando hacia el cielo  
me pongo a pensar.*

*En el cielo hay estrellas,  
cada uno tiene la suya;  
la mía no la encuentro  
y la busco una por una.*

*Soy feliz a mi manera  
y contenta me encuentro.  
Ya veo allí mi estrella  
que me está sonriendo.*

*Yo espero el amanecer  
y la sigo contemplando  
ya me llega el resplandor  
del sol que está llegando.*

*Ese sol tan hermoso  
que Dios nos puede dar  
es la vida de muchos años  
que podéis disfrutar.*

*Y ahora como final  
de este poema que escribo  
mira para el cielo y verás  
todo aquello que te digo.*

## La mediación educativa facilitadora de la escritura de poemas

Para una persona mayor como Carmen ha sido muy importante encontrar una relación que creyese en sus potencialidades creativas y también, que le permitiese crear un vínculo de confianza a través de la empatía y la palabra. Este vínculo que ha hecho posible desarrollar la capacidad educativa de interrogarse sobre la propia existencia, recuperar el origen de relaciones y afectos, de ese saber sobre la vida apreciando la riqueza y matices de significados que pueden tener algunos recuerdos. Además se ha generado un diálogo bidireccional donde la persona mayor y la educadora interaccionan en el reconocimiento de los deseos, de la mediación y del crecimiento conjunto en el que dos personas, dos mujeres, tienen cosas que decirse, enseñarse, aprender y compartir.

Esta relación no ha estado exenta de conflictos, que se han ido superando a través de ese vínculo que apostaba por aferrarse con fuerza, como una forma de sintonizar, con todo lo que tiene un valor incalculable porque nace desde el interior de una misma.

Personalmente siempre ha sido sorprendente para mí gran fuerza de voluntad para conseguir todo lo que se proponía, aún en la adversidad y en la enfermedad, como fue la parálisis facial y motora que padeció durante la elaboración final de su libro de poemas. El coraje y tesón depositados en esta práctica de la escritura como soporte para superar problemas y catalizador de energía interna enseñan, sin la menor duda, una nueva dimensión de la vida que nace de dar sentido a lo que realmente es importante para cada una/o, en este caso apasionarse por buscar y unir palabras en forma de poemas que sirven para comunicarse con los otros.

Todo este proceso que ha permitido a Carmen descubrir su propia voz a través de la escritura de poemas refleja un importante nivel de autoestima, de satisfacción personal y, por supuesto, de enriquecimiento mutuo. El ejemplo de vida que nos aporta es la mayor prueba de que con la edad la capacidad de enseñar y seguir aprendiendo es enorme y la riqueza cultural aún más.

## El reconocimiento social de su aportación

El esfuerzo que hemos invertido en esta experiencia no ha perdido de vista, en ningún momento, la estrella que lo ha orientado a lo largo de un camino que no se ha presentado fácil. Se realizó en momentos flexibles, alguna vez improvisados que han precisado un ritmo de trabajo intenso. También se ha necesitado una actitud abierta, de mucha fuerza de voluntad y constancia tanto por parte de la autora como de la educadora facilitadora de este proceso. Este empezar, un tanto difícil, que ha intentado romper con algún que otro estereotipo enquistado que niega la capacidad de cambio y aprendizaje de las personas mayores, encontró su recompensa, en primer lugar, en la trascendencia personal y grupal y, en segundo lugar, en la proyección social que dio luz a esta creación de poemas.

En lo que respecta a la dimensión personal, la más importante, se ha conseguido que la autora de estos poemas siga escribiendo y sintiéndose, día

**Romper con algún que otro estereotipo enquistado que niega la capacidad de cambio y aprendizaje de las personas mayores**

a día, emocional e intelectualmente viva, joven, ilusionada, despierta y conectada con el mundo. Esta actividad ha tenido como consecuencia directa que el centro de día **el Mil·lenari** la apoyase reconociendo las connotaciones psicológicas y educativas que podía tener y abriendo un nuevo espacio dedicado a El Taller de Escritura Creativa, un lugar donde toda persona que lo desee podrá seguir desarrollando su capacidad de expresión escrita.



En el segundo aspecto, el de la proyección social, la idea de ir más allá abrió la posibilidad de una valoración más amplia para Carmen y para todo el colectivo que representa. Es por ello que la propuesta que se hizo a GAMA (Grup d'Autoedició de Materials per a Aprenents) de participar en la elaboración de un libro que recogiese una parte de los poemas de Carmen se convirtió en una iniciativa que reconocía toda la actividad educativa realizada y que planteaba seguirla con el fin de hacer realidad el sueño de plasmar en un libro esta experiencia. La colección "Prenem la paraula" dio cobijo al libro *Mis poemas dan voz al silencio de los años*, que vio la luz y el reconocimiento social el 31 de marzo de 1998.

Las repercusiones aún no quedaron aquí. El interés que despertó el hecho de que una persona mayor del Raval fuese capaz de escribir un libro de poemas originó que los medios de comunicación se acercasen hasta la protagonista y su entorno. TV2, a través del programa *Gran Angular*, le dedicó un reportaje titulado *La poetessa del Raval. El Periódico de Catalunya*, por su parte, dedicó la contraportada a "Una poetisa novel de 80 años". Radio Estel tampoco quiso perderse el evento y durante algunos días los poemas de Carmen fueron escuchados por muchos oyentes.

Sin la menor duda la difusión final de los poemas provocó un efecto muy positivo de éxito y de reconocimiento personal y grupal. El centro de día fue el punto de mira como lugar donde había nacido y tomado forma toda esta práctica educativa que llegó a ser apreciada por muchas personas como un ejemplo a seguir e imitar.

Es de esperar y anhelar, por una parte, que esta aportación pueda representar un reclamo de atención y sensibilización a la sociedad proclamando con los poemas escritos de esta mujer la necesidad de integrar en los esquemas mentales de todos la existencia de la diversidad de formas de interpretar el mundo, sin omitir el de las personas mayores que forman parte de una realidad social que se suele olvidar, porque, aún en la edad más avanzada, quedan muchas cosas por hacer, decir, escribir y, por qué no, desear.

Por otra parte, no olvidar que esta idea nos debe orientar a los profesionales de la educación que trabajamos con este colectivo y fomentar que sigan habiendo poemas, libros, obras de teatro, dibujos, manualidades, etc. que abran nuevas posibilidades expresivas, creativas y de reconocimiento cultural de estas personas cargadas de recuerdos y enseñanzas de la vida misma que actualmente nos encargamos de infravalorar e ignorar.

Es necesario seguir derrumbando muros de marginación que provoquen incomunicación, exclusión y actitudes negadoras de las capacidades y construir un mundo más solidario, compartido y visionado desde diferentes perspectivas, especialmente la de las personas mayores cuya voz ha sido apagada por el silencio de los años<sup>9</sup>.

- 
- 1 SALAMANCA, C. (1998) *Mis poemas dan voz al silencio de los años*. Gama. Mataró. Tutoría y coordinación a cargo de Rosa Casado.
  - 2 STEINEM, G. (1992) *Revolución desde dentro: un libro sobre la autoestima*. Anagrama. Barcelona. Pág. 220.
  - 3 PIUSSI-LETIZIA, A.M. (1997) "Partir de sí: necesidad y deseo". I Seminario andaluz de formación del profesorado en educación no sexista. Baeza, 23 al 25 de abril de 1997, pág. 9 (documento fotocopiado).
  - 4 CASTRO, R. de (1998) *En orillas del Sar*. Ediciones Libertarias. Madrid. Pág. 102 y 177.
  - 5 ZAMBRANO, M. (1989) *Delirio y destino*. Mondadori. Madrid.
  - 6 Transcripción de estrofas con la ortografía natural de la autora.
  - 7 FREIRE, P. (1992) *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI. Madrid.
  - 8 La publicación de este libro fue posible gracias a la inestimable colaboración de la empresa IMSAB (Inmobiliaria Sabadell), especialmente Antoni López y Anna M<sup>a</sup> Martí, que de forma desinteresada la patrocinaron.
  - 9 Mi más sincero agradecimiento a Carmen Salamanca y a las personas mayores del C.D. El Mil-lenari, sin las cuales no habría sido posible realizar esta experiencia educativa y escribir este artículo. A todas ellas va dedicado. A Josep M. Castellà por sus apreciadas orientaciones y correcciones, de las cuales se ha enriquecido todo este trabajo de expresión escrita.