

8.5. CRÓNICA Clase N 8: Biografía

Carolina comienza este octavo encuentro donde trabajaremos el Sensible tema de la BIOGRAFÍA HUMANA A LA LUZ DEL FINAL DE LA VIDA.

De manera muy sentida Carolina ofrece la clase a una compañera quien está atravesando un día de gran dolor ante la pérdida de un familiar querido

Biografía como un mapa más que nos orienta para acompañar a las personas en esta etapa de su vida.

Este repaso biográfico es inherente al ser humano, imposible no atravesarlo por uno mismo. Exige una conexión con el pasado.

Una herramienta más que nos ayuda a transitar este tramo y nos ayuda a tener una muerte preparada.

La posibilidad de recorrer nuestra biografía o la de nuestro acompañado es ofrecer un escenario cálido, sensible, empático donde desplegar escenas de vida, fotos con sentires y emociones.

Carolina nos invita a que este encuentro sea “sin calzadosdescalzos”... con respeto y de manera muy respetuosa para ingresar a la vida de otro.

Ser conscientes que nosotros como acompañantes vamos a tener el privilegio de ser testigos únicos de esa vida, de ser invitados preferenciales, espectadores privilegiados.

Nuestra función y nuestra tarea es “tratar esos datos “...entregarlos, buscando el sentido de la vida de nuestros acompañados.

Para realizar esta delicada tarea, vamos a necesitar tiempo y coraje. Estos encuentros serán embestidos de agradecimiento y gratitud por parte de nosotros, los acompañantes.

Carolina nos invita a pensar a este momento de encuentro biográfico como un “cuenco”, donde quedan contenidos todos estos elementos, personajes, escenas, recuerdos, fotos donde nuestro acompañado pueda con nuestra ayuda encontrar el “ hilo conductor de su vida “. Este sería el corazón de esta herramienta, el sentido de nuestra vida, el nombre de esta obra de teatro que es la vida de cada uno.

Nosotros ayudamos a desplegar esa obra de teatro que es la vida misma de estas personas, con sus matices.

Carolina comparte el material confeccionado desde El Faro denominado “ La Biografía Humana a la Luz del Final de Vida.

Esta herramienta tiene tres pilares fundamentales:

- Mirar la vida por septenios: desde la antropología podemos repasar la propia vida en períodos de siete años.

Compartimos un poema antiguo de Solón, 640-560 a.c donde describe el desarrollo humano en septenios.

Ubicamos esta idea de septenios en un línea vital dividida en tres grandes periodos : Desarrollo Corporal (0-14 años) Desarrollo Anímico (21-35) y Desarrollo Espiritual (42- 63).

-
-
- Entrevista sobre la historia de vida : pone en foco a los hitos más importantes de la biografía humana (Modelo de Picos y Valles)
-
- Nodos Lunares : cambios cada 18 años y medios.

Carolina invita a compartir sensaciones e ideas a partir de lo expuesto. Surgen dudas, preguntas, correlaciones, muy enriquecedoras. Carolina enlaza estos aportes proponiendo que este instrumento sea de una manera fácil, útil e interesante.

“Todos venimos con un título de la obra de nuestra vida, por ahí lo encontramos y otras veces no “ pero es necesario siempre preguntarnos ¿Cuál es el hilo conductor de nuestras vidas?” El modelo de repaso de vida de EL FARO no promueve un simple recuento o correlación de hechos, sino la observación de esa historia que nos hace únicos desde la perspectiva de encontrar el sentido, el hilo conductor de la vida, el tema de esta encarnación. A continuación, compartiremos diferentes testimonios sobre el concepto de lo que son los RECUERDOS . Existen muchos recuerdos... Recuerdos felices, significativos, penosos, importantes que marcaron aprendizajes. Son como ladrillos que conforman esa obra de arte que es la vida, son aquellos que quedarán plasmados en este recorrido bibliográfico dado que actúan como materia prima de esa biografía. Existen muchas

(+54) 11 3892 5014

elfaro@elfarosasociacion.org.ar

@El Faro Asociación

www.elfarosasociacion.org.ar

maneras de realizar este recorrido bibliográfico, pero para ello es indispensable apelar a la creatividad: buscar fotos, canciones, objetos como credenciales, documentación, regalos, entre otros, que ayuden a recordar y conectar con su propia historia. En niños y adolescentes es interesante conectarlos con su pasado a través de dibujos, cuentos, películas de ellos y para ellos. Quizás para acompañar a un niño en final de vida es importantísimo darle la oportunidad de recordar y armar su propio hilo conductor.

Siempre ubicarnos como CUENCOS de esas historias. Sostener esos recuerdos. Y asegurarnos de cumplir nuestra función para que suceda, es decir ser sostén activo de ese proceso interno e individual. Otra herramienta que podemos utilizar es armar el árbol genealógico de esa persona. Actualmente gracias a la tecnología se pueden encontrar diferentes modelos de árboles genealógicos, lo que hace que cada uno pueda armar el suyo como más le guste. Acompañar a esta construcción, agregarle experiencias, historias y recuerdos de esos integrantes también es una puerta para ingresar a esa biografía. Luego de una pausa reparadora Carolina propone realizar un ejercicio sobre el segundo pilar que es "Entrevista sobre la historia de Vida (Picos y Valles)". La misma es una técnica que ofrece un recorrido más panorámico, es decir, de momentos particulares. Al regresar Carolina propone transformarnos en verdaderos cuencos donde queden resguardados las diferentes vivencias, comportándose como actores y receptores sensibles de lo compartido. Al culminar el tiempo de trabajo, los participantes de manera muy respetuosa comparten sus sentires y resuenan palabras como "alivio, aliviana la carga, servicio, maravilloso, necesidad de seguir pensando, hablando, fue agradable, en todos hubo aprendizaje entre otros. Varios hilos conductores en la vida, muerte y sueños, con el dolor hacer algo creativo, recuerdos vividos con intensidad, el dolor iniciaba una transformación, gratitud y agradecimiento. Dolor, transformación, no dualidad. Estas sentidas devoluciones quedan contenidas cuando Carolina ofrece como regalo un poema sobre el PRIVILEGIO DEL ARTE DE ESCUCHAR. (Byung- Chul- Han. La expulsión de lo distinto) Así culmina la segunda parte de la clase y nos disponemos a descansar unos minutos para retomar la última parte del teórico. Carolina recuerda traer la foto significativa que fue solicitada con anterioridad para realizar un nuevo ejercicio dinámico e individual. Continuando con la parte teórica, se comienza este tramo compartiendo una charla TED DE HERNAN CASCIANI denominada "La Foto con mi padre". Emoción, gran emoción fue el hilo común que nos

enlazó. Silencio profundo y emocionante en la sala. Carolina nos invita a tomar o recordar esa foto elegida de nuestra vida como puente para, a través de una meditación dirigida, conectar con esa persona que elegimos, conectar con ese momento, de corazón a corazón, imaginar que volvemos a ese momento, recordar cuál fue el motivo de ese encuentro. recordar la temperatura, los olores, los sonidos que se escuchaban. Ubicados en ese escenario, con todos esos elementos nos disponemos a responder "¿Que será ahora de mi y de esa persona que no sabía en ese momento?" "¿Qué aprendí de esta persona?" "¿Qué huella dejó en mí esta persona?" "¿Que me une con ella en esta vida?" "¿Cómo me comunico con esta persona? ... ETC. Por último y sabiendo que ya estamos con esta persona elegida Carolina los invito a pensar en que quisiéramos decirle a esta persona. Ya que una vez que pudimos hablar profundamente, pudimos decir lo que sentíamos, es que podemos despedir a la persona agradeciendo ese encuentro tan íntimo. Luego de unos minutos para recuperarnos Caro da lugar al compartir de lo vivido en esta meditación. El silencio pasó a ser el actor principal.... Sin palabras ... Gran emoción en la sala ... De repente empezaron a aparecer los emoticones con formas de corazón en cada pantalla de todos los integrantes. De manera suave y casi frágil producto de la profunda emoción se escuchan "Gracias", "Solo quiero agradecerte Caro"... "Estoy muy movilizada"... Respetando este profundo sentir, Caro explica la tarea a realizar. Agradece este espacio amoroso, respetuoso, deseando haber dejado una semillita en cada uno de los presentes... "...

LA MEJOR MANERA DE CONOCER A UNA PERSONA BIEN PODRÍA SER PEDIRLE QUE NOS CUENTE SU HISTORIA DE VIDA; AL MENOS , SERÍA UN BUEN COMIENZO..." JOSTEIN GAARDER.-