

URUGUAY: CORAZON GIGANTE

Testigo embravecido mucha gente se te ha ido
pues no tuviste palabras retenernos no has podido
los que te han gobernado promesas no han cumplido
no importando la divisa ninguno te ha merecido.

Tu forma de corazón no es en vano y lo sabemos
por mas que nos hemos ido tú sabes que te queremos
país corazón humano que nos has dado la vida
país que nos has parido danos pronto bienvenida.

País acorazonado esa forma te ha marcado
de dolor te has enfermado y el desanimo ganado
reacciona pronto mi amado que el infarto te ha estancado
arterias se te han bloqueado y no te hemos reanimado.

Si un deseo te concedieran seguro tú pedirías
volver a dar bienvenidas cansado de despedidas
la migración detener parar pronto la sangría
parías tu desterrarías y otros tantos volverían.

Técnicas yo aprendería para tu afección cardíaca
respiración boca a boca masajes yo te daría
a ti corazón enorme pues para ti no hay trasplante
no hay nadie que te suplante: Tú, mi corazón gigante!

Esta nota fue escrita el miércoles, 28 de mayo de 2008 a las 14:49 y archivada en General.

En la nota anterior hice mención a factores psicológicos comunes de los que emigramos. En ésta, hablaré de los altibajos emocionales que padece el emigrante en el proceso psíquico de adaptación y establecimiento en ese nuevo y desconocido entorno. Proceso que no tiene porque ser lineal o gradual, y por la misma causa presentará generalmente estos altibajos.

Estos altibajos emocionales, pueden ser vistos como regresiones en el proceso de avance hacia el establecimiento y adaptación del emigrante. Pero lo que puede ser visto como un retroceso, es parte del proceso normal en el "camino del emigrante" en etapas tempranas en esas tierras extrañas. Habrá momentos en que mas allá de lo estresante que puede ser la situación, uno puede ir percibiendo que a medida que pasa el tiempo se va adaptando y las cosas con las que se ha ido encontrando ya no le resultan tan desconocidas. Pero luego de haber percibido esa sensación, podrá tener la impresión de que nada de ello esta sucediendo, pasando por períodos de grandes cuestionamientos, de retrospección y tal vez aislamiento; para más tarde volver a sentir que esta pudiendo asentarse y sentirse un poco más perteneciente o a gusto con su nuevo entorno. Esto no quiere decir que el proceso de adaptación y establecimiento se haya vuelto patológico, todo depende del tiempo que haya transcurrido, de la situación por la que este pasando que pueden ser diversas y de sus propios aspectos psicológicos. Porque sucede esto?

Generalmente, uno tiene la vaga idea de lo que le deparará cualquier toma de decisión, pero hasta no ser tomada, siempre hay en el imaginario ideas que muchas veces no se condicen con la realidad. Llegado el momento imaginado, sucede que no

era tal lo habíamos pensado, siendo a veces mejor o peor de lo esperado. Esto nos suele pasar con aquellas situaciones que nos son desconocidas, donde sutil o radicalmente generan cambios y por tanto producen algún movimiento a nivel interno. Lo nuevo y desconocido aunque querido, lleva consigo una carga de estrés importante. El emigrante en este caso, ha tomado una decisión que ha cambiado radicalmente su vida. Cambio: etimológicamente significa crisis. Los cambios generan crisis. Sea este Cambio positivo o negativo y en el orden que sea (casamiento, divorcio, nacimientos, pérdidas etc.) produce un quiebre de lo que fue y será, cuyo fin depende la reanudación de la adaptación a esa nueva realidad.

Y pensar que uno creía que cuando despegaba el avión comienza el viaje y al tocar tierra se termina...que ilusos!! Sin saber, junto con nuestro pasaje compramos este otro paquete que cada uno lo vive/vivirá como su aparato psíquico se lo permita. No importando a donde viajes ni cuantos parajes haces, porque seamos o no conscientes, absolutamente todos deberemos recorrer ese "camino". Independientemente de las variables que condicionen nuestra migración o el "andar" que se tenga, este otro "viaje" dependerá de nosotros que se realice en un corto, mediano o largo plazo. Más allá de la etapa del viaje en la que te encuentres respeta tus tiempos y viájalo "en primera clase".

La experiencia de haber emigrado sumado a lo académicamente adquirido (Lic. En Psicología) me ha dado la posibilidad de poder observar, investigar y recopilar información acerca de los factores psicológicos comunes y conductas esperables (parte de un proceso normal) frente a una misma situación: haber emigrado. Aun cuando la toma de decisión de emigrar ha sido largamente planeada y/o meditada, deseada y querida por aquel que emigra, hay factores comunes en este "camino" que deberá o debió afrontar la persona que elige o eligió emigrar. Camino, que hablando metafóricamente puede tener pronunciados repechos, bajadas, curvas, obstáculos, ser camino de piedra o hermosamente liso, o alternándose en todos ellos. Sea cual sea el "camino" que hayamos o estemos recorriendo, hay aspectos similares donde hasta el más "sano" ha tenido que enfrentarse con factores que son comunes a la mayoría de los que emigramos. Pero no todos contamos con las mismas herramientas psicológicas y cada uno vive, ha vivido o vivirá la migración de la manera que su aparato psíquico se lo permita; características propias de cada uno: su maduración biológica, sus aspectos psicológicos, cognitivos, su contexto familiar y socio-cultural entre otros.

Conductas esperables frente a una situación de cambio tan radical como el que emigra de su país, en muchas ocasiones de ese lugar del que nunca había partido antes. Podría hacer diferentes categorizaciones de las diferentes circunstancias que nos llevan a emigrar. No es lo mismo un exilio político, que alguien que deja su país por querer progresar a nivel laboral, académico generalmente con un plazo de finalización, económico, ser ilegal o legal, con trabajo o sin él, solo o con la familia, lugares con una cultura y/o idioma similar o totalmente diferente, etc. Si hilamos mas fino, también haría otra distinción de acuerdo a la edad en la que uno emigra. La singularidad de cada persona en su relación con su historia y con la etapa de vida en la que se encuentre, donde su manera de actuar es distinta, su registro existencial y la modalidad en que perciba y comprenda al mundo será también diferente. Pero lo que intento es hacer una generalización donde mayormente todos los que emigramos nos sintamos reflejados e identificados con estos factores comunes:

- 1) Se deja todo lo que ha vivido con uno hasta ese momento. Viviendo en una cultura que no es la propia, donde uno deberá amoldarse para no sentirse el raro si desea establecerse en el país al que acude, país que no es el de uno, pero si el que ha elegido para vivir ya sea por corto, mediano o largo plazo. De alguna manera, significará "sacrificar" y "elaborar duelos" de las cosas que fueron cotidianas hasta el momento de la partida. Entre ellas: la rutina de todos los días, lo conocido (aunque

harto quizá) hasta ese momento para entrar en una situación nueva y desconocida. Además está decir nuestros afectos; familiares y amigos de toda la vida, lugares, olores, sabores, hasta lo más insignificantes es relevante en algún momento estando lejos. Resumiendo: el emigrante tendrá la difícil tarea de "trabajar" y "elaborar" todo aquello que en su vida cotidiana le era habitual, insertándose frente a una situación que le es totalmente nueva.

2) Cierta temor e incertidumbre en esas nuevas tierras. Parte del Proceso que hace a la adaptación a esta nueva vida que se ha elegido. Todo es nuevo y desconocido, esto encierra cierto nivel de ansiedad, miedo (siempre y cuando no paralice), sentimientos de impotencia, inseguridad, en algunos casos aislamiento, retrosección.

3) Tiempo de adaptación y reconocimiento del nuevo lugar. En el primer tiempo de los emigrantes en esas tierras desconocidas, generalmente sienten la sensación de "vivir en dos lugares simultáneamente":

* el lugar de origen - que parece que en un principio uno estuviera como fijado en aquel lugar de donde partió, recordando y extrañando; sumado al temor y la incertidumbre de la nueva vida que se ha elegido. * y la nueva cotidianeidad que se va estableciendo con el paso del tiempo en esas otras tierras. Estas dos situaciones, pueden convivir siempre y cuando se pueda recordar (como lo han visto en mí nostálgicamente) pero a su vez adaptarse y desenvolverse de manera normal en la tierra de acogida. Este proceso de adaptación es variable en el tiempo, y el tiempo es precisamente lo que determina un proceso normal o patológico. Establecerse en ese lugar físico y todo lo que tiene que ver con la "nueva vida" tienen que ver con aspectos sanos del individuo.

4) En algunos es fácil ver el quiebre y pérdida de la identidad anterior. Nuevos roles impuestos por la situación generada como lo fue en mi caso, al desconocer el idioma y tener que aprenderlo entre otras cosas. Dejando de hacer lo que se sabe y estábamos acostumbrados a hacer en nuestro lugar de origen. Sabido es que me veo atravesada por la subjetividad de la situación, porque antes de ser Psicóloga soy persona, y no estoy absuelta de ninguna situación por el solo hecho de haber estudiado y conocer un poco más acerca de la psiquis humana. Aclaro pues, en el imaginario social muchas veces se piensa que a los psicólogos no les pasa lo que al común de la gente, por el solo hecho de ser psicólogos. Y entonces a modo de ejemplo aquí va mi anécdota de recién llegada, para que puedan entender el concepto:

- Mi marido fue transferido por una empresa Multinacional en Estados Unidos. Yo desconocía totalmente el idioma inglés y estaba recién recibida. Si bien sabía con los obstáculos con los que me iba a encontrar, tuve que chocarme de frente con ellos para hacerlos piel. A los cinco días de haber llegado comencé a ir a la Universidad, donde se dictaban cursos de inglés para extranjeros. El curso se conformaba de cinco niveles semestrales. Me tomaron una prueba de ingreso, donde fui incluida en el nivel dos (porque el nivel uno estaba desierto). Todos los profesores hablaban solamente inglés, así que ahí tenías que desenvolverte como podías, con señas...hablando a lo indio...en fin, aprender sí o sí. El curso iba de 8:00 de la mañana a las 16:00.-, con un período para almorzar de una hora. El segundo día de haber comenzado el curso tuve fiebre alta, y fui a la dirección a explicar que no me sentía bien, y era lógico, lo que uno no puede expresar en palabras, el cuerpo habla por sí solo, somatizando. Quería que llamaran a mi marido para que hiciera de intérprete y poder transmitirles a ellos que no me sentía bien. Como puede les dije: "I want to call my husband", ellos muy amablemente lo llamaron pero no lo encontraron. Pedí que volvieran a llamarlo para dejarle un mensaje. Entre mi malestar y mi desesperación me entendieron masaje por mensaje! así que la recepcionista pensó que yo quería un masaje por lo estresante de la situación...ahora que lo veo de lejos me causa mucha risa, pero ese momento creí morir de impotencia. Pero esto no

termina aquí, finalmente pude hablar con mi marido y me llevaron a mi casa. Cuando estaba bajando del auto, como a una niña en su primer día de escuela, me dieron una nota para que le entregara a mi marido, preguntándome que diría... Pueden imaginarse como me sentí? Muchísimo peor que en mi primer día de escuela del que mi madre siempre estuvo tan orgullosa al verme atravesar el patio y saludarla feliz de comenzar las clases, mientras ella se despedía emocionada y al borde de las lágrimas.

5) Relacionado con los dos puntos anteriores, el emigrante sufre un cambio de identidad (de lo que era y lo que es o hará en ese otro lugar). Poniéndome como ejemplo: de atender en una clínica medico/psicológica, a ser emigrante y mi título no tener validez hasta no dar un examen de reválida. Allí era una estudiante mas entre gente de varias partes del mundo, sintiéndome en reiteradas veces una "preescolar". Con respecto a esto, podría contarle muchas mas anécdotas personales y ajenas que hoy a la distancia me dan mucha gracia. De más esta decir que pueden dejar en sus comentarios, anécdotas, experiencias y aprendizajes.

6) Este relato fue la introducción a otro factor común: la sensación de extrañeza, sentimiento de no pertenencia. Para los que leyeron la nota anterior de refranes nada mejor expresado: sentirse "como sapo de otro pozo" "Estar pero no estar" , "ser pero no ser". Este sentimiento de no pertenencia y sentirse extraño, puede impedir el progreso de un proceso normal de adaptación y establecimiento en ese nuevo lugar de residencia, en pos del bienestar de la persona.

7) A mi entender el factor en el que he podido observar que mayormente estamos todos de acuerdo en la comunidad hispana en la que me encuentro es: La experiencia enriquecedora de poder vivir en otro lugar. La satisfacción personal de sentir que a pesar de todos estos factores anteriormente nombrados que forman o formaron parte del proceso de adaptación y establecimiento de los que emigramos, esta experiencia no nos la quita nadie.

Dando "más vueltas que galleta en boca de vieja" queriendo dar inicio a esta nota, me encontré varias veces haciendo "borrón y cuenta nueva" y pensé que "quien por la ira se deja vencer, se expone a perder". Por esta misma razón me dije: "Cuanto menos piensa el galgo, salta la liebre" y sabido es que "cuando salta la liebre no hay galgo renco". Fue así como pensé: "no dejes para mañana lo que puedas hacer hoy" y en este mismo momento, debido a que "el movimiento se demuestra andando", comenzaré "despacito por las piedras" sabiendo que de todas maneras "del dicho al hecho hay un gran trecho". Puesta "la pulga en la oreja" imagino que sabrán de que tratará la nota... reseña de Refranes; Dichos de la Sabiduría Popular que los Uruguayos comúnmente usamos a diario, casi sin darnos cuenta por lo incorporado que a ellos los tenemos.

"No hay refrán que no sea verdadero, porque todos son sentencias sacadas de la misma experiencia, madre de las ciencias todas, especialmente aquel que dice: "Donde una puerta se cierra, otra se abre""(Palabras de Don Quijote de la Mancha). La Real Academia Española (c) 1995, define al refrán como: "Dicho agudo y sentencioso de uso común". Estos, forman parte del conocimiento social que nada tiene que ver con conocimiento científico, sino que son producto de la experiencia. Específicamente los refranes, nos transmiten una idea general en forma de metáfora; oración que tiene un significado figurado, con la finalidad de dar un consejo o moraleja.

Algunos al escucharlos por primera vez quedan "serios como cuzcos en bote", pero al ir creciendo, viviendo y entendiéndolos pasan a ser parte de la vida cotidiana. Nunca este saber es puesto "en tela de juicio", ellos generalmente alertan, demuestran, o ilustran un comportamiento social. Porque "Lo que en libros no está, la vida te enseñará". Este saber popular es particularmente adquirido a través de la gente mayor simplemente por su vida vivida y aprendida. A mi entender aunque puede no

ser compartido, dignos de respeto solo por sus años, porque "quien a viejo quiera llegar, a los viejos ha de honrar".

Esos queridos viejos que nos transmiten su saber nos hacen pensar que "Los refranes de los viejitos son evangelios chiquitos", no digo que éste saber popular sea prioritario de la gente mayor, pero desde lo personal, ha sido de donde mas refranes he aprendido pues, "El perro viejo cuando ladra da consejos" y "como lo bien aprendido para siempre es sabido" creo que "es de bien nacido ser agradecido". Se dice que "quien con lobos anda, a aullar aprende" e irónicamente dice el refrán "el que quiere saber, que compre un viejo". Es entendible porque "El Diablo sabe por Diablo, pero más sabe por viejo", aunque "el hábito no hace al monje".

Desde que tengo memoria gusto de los refranes y entonces "a donde el corazón se inclina, el pie camina". En mi casa siempre utilizados generalmente para ejemplificar, pudiendo entender algo que llevaría un rato explicarlo, simplificándolo, y es claro, "cada uno habla como lo trae de casta". De esta manera, uno aprendía de forma lúdica esas cosas que solo la vida puede enseñarnos. Dicen que "quien lo hereda no lo roba" pues, por admiración se aprende a ser "de tal palo tal astilla" porque "quien a los suyos se parece honra merece" y si "entre burros te ves, rebuznas alguna vez".

Mis padres siempre decían que "el que no toma consejos no llega a viejo" y gracias a ello pude entender "que al que buen árbol se arrima buena sombra le cobija". Refranes, esos casi sagrados dichos, que me animaría a decir que los escuché "desde la cuna" y "lo que se mama de niño dura toda la vida" porque "En el libro de la vida lo aprendido no se olvida". Creo que en mayor o menor medida "en todas partes se cuecen habas"; todos hemos tenido la posibilidad de estar en contacto con ellos, aunque "cuando llueve no todos nos mojamos" y "cada maestrillo tiene su librito", por ello, algunos son mas usados que otros.

Pero hasta el más "sin seso como raviol de fonda" se beneficia de este Saber Popular porque "de refrán y afán pocos se librarán". Aunque "hay de todo en la viña del Señor" y por ello hay gente que los utiliza con mas frecuencia que otras en la vida cotidiana estas frases hechas. Hay tantas, "que la abeja de todas las flores se aprovecha". Solo hace falta tener el gusto y memoria para aprenderlos aunque haya cientos de ellos pues, "sarna con gusto no pica". A falta de memoria será difícil poder recordarlos, sumado a la astucia para poder decir el refrán justo en el momento indicado; y de ser así "vienen como anillo al dedo" casi diría "como caído del cielo". Para la gente que no los retiene parece ser que "las palabras se las lleva el viento", porque "al que nace barrigón es al ñudo que lo fajen". "Mejor callar que con sordos hablar" porque sabemos que no podemos pedirle "peras al olmo", ni "gastar pólvora en chimangos" ya que "es difícil que el chanco chifle" no? También existe gente que a pesar de tener buena memoria no los aplica, prefiriendo ser mas protocolar y explicar formalmente su opinión, válido también: "Dios le da pan a quien no tiene dientes".

Este Saber Popular no es prioritario de ninguna clase social, tanto el pobre como el rico se benefician de la misma manera. No importa si "unos tanto y otros tan poco, propio es de este mundo loco", todos se verán atravesados por este saber y para "comer y rascar, todo es empezar". Lo bueno de todo esto es que podemos seguir y seguir con una larga lista de refranes y dichos porque "el saber no ocupa lugar". "Hay mas refranes que panes" y por ello es esto solo una reseña. Una lista completa de ellos serian cientos, se podría decir que estaríamos "refraneando" "hasta que las velas no ardan".

Algunos quizás piensen que solo fue "mucho ruido y pocas nueces" y por ello, no complazca a todos los lectores porque "sobre gustos y colores no han escrito los autores"; por la misma razón "nunca llueve a gusto de todos". Con la intención de "quebrar una lanza" porque "no hay mejor defensa que un buen ataque"... "hablar hasta por los codos aburre a todos" y en otras palabras "lo poco agrada y lo mucho

enfada". Entonces, "ni tanto que queme al santo ni tan poco que no lo alumbre" pero seguro alguno piensa que "lo que abunda no daña".

Se dice que "quien mucho abarca poco aprieta" y por la misma razón continuará, puesto que "no hay primera sin segunda". De todas maneras "a lo hecho pecho", escucharé refranes de ustedes para ser incluidos en la próxima nota dependiendo de la recepción que se tenga, "aunque todos los días gallina, amarga la cocina". Sabido es que si uno "saca lo suyo al mercado: uno dirá bueno y otro dirá malo" pero "nunca hay mal que por bien no venga" uno se enriquece de la misma manera, ya que pienso que "una mano lava la otra y las dos lavan la cara" hasta la semana que viene; y por el momento "a otra cosa mariposa".

La migración y los jóvenes profesionales.

Uruguay envejece aun más con cada joven que emigra. Sus arrugas junto con sus achaques en todos los ordenes de su sistema, hace que el espíritu de su juventud se desvanezca. Juventud que se desangra partiendo hacia otros países en busca de horizontes laborales, que no le son brindadas en su propio país de acuerdo a sus capacidades académicas. Algo totalmente contradictorio, Uruguay nos da educación y luego de alguna manera, nos empuja hacia "afuera" al no poder darnos oportunidades laborales y económicas, de acuerdo a la formación que nos dio. Entonces, jóvenes emigran o se resignan a no trabajar en su profesión.

Según el Instituto Nacional de Estadística, jóvenes con elevado nivel educativo son los que más emigran a países desarrollados. Son seleccionados rápidamente en áreas de trabajo pertinentes a su profesión, teniendo réditos económicos importantes, avanzando profesionalmente, sumado al crecimiento personal debido a tal experiencia enriquecedora. Pero hay algo que no entiendo: Uruguay nos capacita invirtiendo en educación gratuita para todos los jóvenes, y más tarde no tiene las oportunidades laborales para las que fuimos capacitados. Los jóvenes partimos y el país no solo pierde capital humano, intelectual, sus recursos, sino que habiéndoles pagado su educación "envía" a los países ricos su gente capacitada.

En resumidas cuentas, parece que los países subdesarrollados enriquecen aun más a los países ricos. Uruguay en este sentido, no tiene otra ganancia más que sentirse orgulloso de la capacitación que ha dado a sus jóvenes. Educación que denota la buena formación académica que hemos tenido, siendo insertados en puestos de trabajos en el exterior. Será que Uruguay tiene que dar una educación mediocre para cesar con la sangría migratoria de éstos jóvenes? Y así quedarnos? Sería ésa la solución? De esta manera uno no tendría oportunidades fuera del país, y no se buscarían horizontes laborales más que los que nos puedan ofrecer en Uruguay. Disculpen la ironía, pero luego de escuchar algunos señores políticos hablando de los que emigramos, no me extrañaría que la Educación descendiera en pos de este cometido.

Pocos son los jóvenes profesionales privilegiados que tienen la oportunidad de trabajar y vivir de su profesión luego de egresar. Otros, con la misma capacidad deben de trabajar en lo que se presente, resignándose, porque hay que subsistir. En algo hay que trabajar para tener el ingreso monetario suficiente para poder cubrir las necesidades básicas: vivienda, alimentación, pago de servicios públicos, mutualista, etc.. Cuantos taxistas, empleados públicos, vendedores ambulantes, promotores, trabajadores en todas las ramas habidas y por haber, tuvieron que sucumbir su deseo inicial para poder subsistir? Y aquí la frustración, el mal humor, la desesperanza; la valija y el pasaje: a esas tierras que dan la oportunidad que se espera.

Triste pero real, jóvenes uruguayos dispersos por el mundo tratando de realizarse profesionalmente, de lograr los sueños que se tenían desde el primer día de clases fuera la casa de estudios que fuere. Otra parte de nuestros jóvenes, no ven otra

salida que la pasta base y delinquir. Otro porcentaje, pensando como hacer para llegar a fin de mes sin endeudarse, trabajando 10 horas por día, con sueldos lamentables debido a la poca oferta de trabajo y la gran demanda. Me pregunto como será el Uruguay del futuro? Los jóvenes de hoy son los que supuestamente llevarán el país adelante? Se es consciente de lo que esta sucediendo con generaciones enteras? Cuales serán las consecuencias? Preguntas que solo el tiempo contestará, llenas de esperanza y desilusión....tan contradictorio como el de darnos educación y después no poder contenernos.