



UNIVERSIDAD
PEDAGÓGICA
NACIONAL

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

**SECRETARÍA ACADÉMICA
COORDINACIÓN DE POSGRADO
MAESTRÍA EN DESARROLLO EDUCATIVO
LÍNEA DE HERMENÉUTICA Y EDUCACIÓN MULTICULTURAL**

**EL RELATO AUTOBIOGRÁFICO EN LA EDUCACIÓN DE PERSONAS
MAYORES.**

**LAS EMOCIONES MANIFESTADAS LINGÜÍSTICA Y
CORPORALMENTE EN EL CUIDADO DE SÍ**

**TESIS
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRA EN DESARROLLO EDUCATIVO**

PRESENTA:

IRMA BERNARDINO RAMÍREZ

DIRECTORA DE TESIS:

DRA. ELIZABETH HERNÁNDEZ ALVIDREZ

Ciudad de México, noviembre de 2020.

A mi abue

Índice

Introducción	4
Capítulo 1. Construcción histórico-cultural de la persona adulta mayor	12
1.1. Un acercamiento a la idea de vejez	12
1.2. La educación de las personas mayores	20
Capítulo 2. Jesusa Palancares: Historia de una vida	26
2.1. Conceptualización de historia de una vida en la hermenéutica de Paul Ricoeur	26
2.2. Análisis desde el enfoque hermenéutico con perspectiva interpretativo-narrativa	28
Capítulo 3. Manifestación de las emociones y cuidado de sí del adulto mayor	41
3.1. Experiencia de vida y emociones en la vejez	41
3.2. El cuidado de sí	45
Capítulo 4. Ejercicios de expresión autobiográfica para trabajar talleres con las personas adultas mayores y con las personas educadoras de adultos mayores	56
4.1. Propuesta 1. Taller de autobiografía novelada	56
4.2. Propuesta 2. Aula virtual narrativa: sugerencias didácticas	59
Conclusiones	68
Referencias	74
Anexos	77

Introducción

Mi campo de estudio es la educación de personas mayores; la presente investigación parte de la reflexión sobre las prácticas educativas con personas mayores y su derecho a la educación desde el abordaje de los derechos humanos y el giro afectivo.

Partamos primero por saber: ¿Quiénes son personas mayores?

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) establece la edad de 60 años para considerar que una persona es adulta mayor (Gobierno del Distrito Federal, 2014). Este criterio es utilizado por el Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (INAPAM) y otras instancias como la Secretaría de Salud (INMUJERES, 2015).

¿Qué dice la Comisión Nacional de los Derechos humanos en cuanto a los derechos de las personas mayores, y su derecho a la educación?

En México todas las personas gozan de los mismos derechos humanos (sin importar la edad), los cuales se encuentran reconocidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. La ley establece respecto a la educación de personas mayores que tienen el derecho preferente de recibirla. El Estado incluirá en los programas de estudio información actualizada sobre el tema de envejecimiento para su difusión. (CNDH, 2015).

Con lo planteado anteriormente, se presenta el siguiente problema: es necesaria la formación de los educadores de personas adultas mayores; lo cual se ve reflejado en una visión predominante de atender y no de educar, siendo que la educación se da a lo largo de toda la vida, y los educadores de mayores deben ser facilitadores, guías, promotores que motiven al adulto mayor, conociendo los factores que intervienen en la vejez, propiciando así el proceso enseñanza-aprendizaje.

Esta investigación, sobre las emociones en el cuidado de sí en la persona mayor, surge por el interés de atender a esta población perteneciente a un sector etario, considerando que el profesional/maestro en Desarrollo Educativo de la línea de Hermenéutica y Educación Multicultural se interesa por preservar en los adultos mayores la experiencia, centrada en el cuidado de sí de este grupo etario¹, en específico y en el presente caso, se pretende contribuir a la comprensión de las emociones manifestadas lingüística y corporalmente por las personas mayores.

Como psicóloga educativa, especialista en modelos de intervención en trabajo social con adultos mayores, ejerzo mi profesión con personas mayores; por este motivo estoy realizando este

¹Etario deriva del vocablo latino *aetas*, que se traduce como “edad”. Se emplea para calificar a los individuos que tienen la misma **edad** o a aquello vinculado a la edad de un sujeto.

proyecto, con la finalidad de mejorar mi práctica profesional con adultos mayores y comprenderlos considerando que tienen una trayectoria o historia de vida forjada desde su infancia hasta la vejez.

En esta realidad inmediata, suele escucharse decir a voces que “ya no hay cabida para los viejos en ninguna parte”, existen ciertas barreras culturales que se oponen a la transmisión de la experiencia en la vejez. Hay concepciones deterministas sobre el quehacer de las personas en la tercera edad, las cuales dicen que los adultos mayores al estar al final de sus vidas no tienen gran cosa que hacer, con lo que se olvida la experiencia que dan los años con expresiones como: “¿qué se les puede enseñar?, ¿qué pueden compartir?, ¿su cerebro procesa la información?, ¿todavía pueden comprender? Estas preguntas son ejemplos de los problemas que enfrentan las personas mayores.

En respuesta a las interrogantes sobre lo que se puede hacer en la vejez y desde mi experiencia profesional como educadora de personas mayores, puedo decir que la persona de 60 años o más, puede tomar decisiones, escoger, elegir, buscar y aprender, esto lo he podido constatar en mi trabajo con personas mayores desde septiembre de 2015 para el Sindicato Nacional de Trabajadores del Seguro Social (SNTSS) en *Sábados de Integración Familiar*, en ese entonces impartía el taller de *Yoga de la risa*, en donde la mayor población era adulta mayor; posteriormente, dando sesiones de *Risoterapia* en Escuelas de Mayores, después llamadas Centros de Integración para el Desarrollo del Adulto Mayor (CIDAM), ahora Círculo de Aprendizaje, Socialización y Saberes del Adulto (CASSA) del Instituto de Atención al Adulto Mayor (IAAM), actualmente Instituto para el Envejecimiento Digno (INED).

Las personas adultas mayores expresan sus emociones para comunicarse y compartir su sentir, lingüística y corporalmente, vuelven a carcajearse al sentirse parte de un grupo de hermandad por medio de la risa, eso que ellos dicen ya no sabían cómo hacer, por las pérdidas de sus capacidades físicas, económicas, laborales y, sobre todo, las que más les duelen son las pérdidas emocionales, pérdidas de sus compañeros de vida, familiares, amigos y mascotas; se enfrentan a sus emociones encontradas, se enojan, lloran, entristecen, extrañan y aman lo que han perdido. En las sesiones, se dan abrazos apapachadores (frotando la palma de la mano derecha en la espalda del compañero) y comparten lo que consideran necesario, esto se debe a que cada persona es diferente, única e

irrepetible, hay quienes dicen más con el lenguaje corporal que con el verbal, y viceversa, hay también quienes integran tanto lo verbal como lo corporal para lograr una comunicación integral.

En la presente investigación, parto de una reflexión sobre la falta de aprovechamiento de la experiencia de las personas mayores en contextos educativos. Mi fundamento se basa en la idea de que la persona mayor, con el uso de sus recursos, como lo es su experiencia vivencial, puede construir y reconstruir su historia, su sentido de vida a través del relato, mediante el cual expresa emociones, en forma lingüística y corporal, y con ello da cuenta de su realidad inmediata.

De acuerdo a lo planteado en los Círculos de Aprendizaje, Socialización y Saberes del Adulto(CASSA), mi investigación se centra en el cuidado de la persona, poniendo énfasis en el aprendizaje a lo largo de toda la vida, en aprovechar los saberes de las personas mayores en un contexto de socialización para el envejecimiento digno. Cabe destacar los puntos principales del documento oficial del Gobierno de la Ciudad de México (2019): “Toda persona tiene derecho a una vida digna, derecho al cuidado que sustente su vida y le otorgue los elementos materiales y simbólicos para vivir en sociedad a lo largo de toda su vida, a la identidad, a la cultura que le permitan gozar del más alto nivel de desarrollo humano posible, con el fin de tener un envejecimiento activo”; de acuerdo a estos fines encaminados a dignificar la vejez, en mi trabajo intento hacer una propuesta educativa acorde, desde la libre expresión de las personas, compartiendo los saberes que han acumulado a lo largo de su experiencia de vida. Busco proponer una forma de trabajo con los adultos mayores que dé forma concreta a esta finalidad. Las personas mayores con el uso de sus recursos lingüísticos y corporales comparten su sentir, así como los aspectos que influyen en esta etapa de la vida, como lo expresa una persona que asiste al Instituto para el Envejecimiento Digno:

En la vejez disminuyen las capacidades físicas, en el retiro y jubilación somos marginados, tenemos una limitación en el poder, ya no hay dinero como antes, las pensiones son bajas, fallecen familiares y amigos, tenemos sentimientos de abandono, soledad, depresión, variedad de enfermedades, a consecuencia de las pérdidas enfrentadas.

El objeto de estudio es el papel de la narración autobiográfica para el análisis de las manifestaciones lingüísticas y corporales en el cuidado de sí, tanto de las personas que se ostentan como educadores de adultos mayores como de los propios adultos mayores, en una concepción

intersubjetiva de la educación. Se pretende que este análisis de las emociones manifestadas lingüística y corporalmente sirva para comprender el pensar, el sentir, el vivir, el modo de dirigirse y actuar ante los desafíos que se les presentan a los adultos mayores, ya que ante la llegada de la vejez las personas se ven obligadas a reformular el concepto de sí que tienen, enfrentándose al proceso de aceptación de nuevos roles, determinados por esta etapa de la vida, en una sociedad capitalista en la que vivimos, en la cual se debe ser productivo, y entonces ¿qué pasa con muchas personas de 60 años o más desde esta visión?, ¿qué pasa con la persona no sometida?, ¿qué pasa con las personas que se niegan a asumir roles, estereotipos que no entran en el típico anciano?, ¿esta persona debe plantearse otra forma de vida, de relaciones sociales para irse adaptando a su actual situación y sentirse bien consigo mismo, con el otro y con su entorno y dar paso a otra etapa educativa?

Las relaciones sociales contribuyen a que la persona siga inmersa en la sociedad, además de ser el acto educativo algo que se construye socialmente, en donde están presentes los afectos. La idea de educar para la mejora de sí mismo, para el desarrollo personal, la autorrealización, puede considerarse válida y útil en la juventud y en la adultez, pero en la tercera edad puede parecer una utopía y una pérdida de tiempo y no es así.

Educar es toda actuación social con un intento de influencia para el cambio o la mejora de las personas, siempre dentro de sus posibilidades, con una orientación considerada como positiva. Es un proceso que no acaba y que abarca muchos campos como el de la educación de adultos: es enseñar a ser, a hacer, a vivir desde el pensamiento libre, amar al mundo y hacerlo más humano. (Villar, 1980 en L'Ecuyer, 1985).

Las prácticas socioeducativas con personas mayores se han dado desde nuestros antepasados hasta la época actual y sus procedimientos varían de cultura en cultura, además de ser un intercambio de conocimiento intergeneracional es motivo de supervivencia, la historia que explica y da sentido al presente.

Como se plantea en el giro afectivo, los afectos están vinculados a los espacios, ambientes, personas, existen anclajes emocionales en la memoria que se manifiestan con la lengua hablada, escrita o a través del lenguaje del cuerpo, lo social y afectivo son la base, los cimientos, para la

educación a lo largo de la vida. Existe un sentido de espacio simbólico de aprendizaje y de sociabilidad (Escolano, 2018).

Por un lado, las relaciones sociales contribuyen a que la persona siga inmersa en la sociedad, además de ser el acto educativo algo que se construye socialmente, como lo dijo Freire (1970): “Nadie educa a nadie -nadie se educa a sí mismo- los hombres se educan entre sí mediatizados por el mundo” (p. 50).

Por otro lado, lo afectivo está implícito en la vida misma del adulto mayor, cuando la persona mayor siente el afecto en las actividades que realiza, esto favorece sus procesos cognitivos para la adquisición de nuevos conocimientos. Estos afectos se expresan desde lo privado hasta las manifestaciones públicas (Abramowski, 2010).

Abramowski (2010) habla sobre la concepción que se ha tenido acerca los afectos a lo largo de la historia, que la primera postura sobre los afectos fue negativa, comenta que para Kant los afectos y la razón estaban en polos opuestos, consideraba los afectos como algo por debajo de la razón. Continúa diciendo que para San Agustín los afectos tenían que ver con lo impuro del espíritu, los afectos eran considerados como algo pecaminoso, con la pérdida de la razón; afirma que más adelante surge la visión reivindicadora de los afectos con Rousseau que dice que el entendimiento humano debe mucho a las pasiones, que al aprender queremos gozar

De acuerdo con Latapí (2009), se necesita de la educación como ese saber ancestral, como la ciencia que acumula conocimiento. La educación es esa parte que nos hace humanos al socializar, es algo constituido históricamente. El derecho a la educación nos permite la sociabilidad. Toda persona por el hecho de existir tiene derecho a educarse.

Continuando con el aprendizaje a lo largo de toda la vida, Freire (1970 en López, 2015) decía que la educación debe ser liberadora, un acto donde deben abrirse educando y educador, es decir abrirse al otro, en donde el maestro debe asumir un compromiso ético en una educación liberadora, un educador humanista, revolucionario debe orientarse en el sentido de la liberación de ambos para alcanzar el pensamiento auténtico. Tanto educador como educando deben ser reeducados para el ejercicio y práctica transformadora del ser humano como totalidad ontológica, existencial y epistemológica, al transformarnos a nosotros mismo seremos capaces de transformar

la naturaleza y el mundo: “La educación para la liberación tiene como objeto aprender a aprender, reconstruir al sujeto social, educable y reconocerlo como un ser éticamente valioso” (Cuero, 2014 en López, 2015, p. 6). “La educación en América Latina ha de cumplir con uno de sus objetivos fundamentales: ser educación concientizadora y construir a los individuos en sujetos de acción social y política” (Magallón, 1993 en López, 2015, p. 6).

La educación lleva consigo la parte humana implícita, por tal motivo no puede concebirse a la teoría y a la práctica separadas de su historia y de la sutilidad humana, la educación permite alcanzar libertades fundamentales en el orden intelectual, político, civil y económico, además de ser el principal elemento de paz y estabilidad en el mundo (Vargas, 2008 en López, 2015, p. 5, 6).

Al hablar de educación de adultos, uno de los pilares es la filosofía porque precisamente forma primero la mente crítica de los individuos, ejerce una función liberadora mediante el proceso educativo (UNESCO, 2011). El mundo requiere una educación más humana que se preocupe por el cuerpo, las emociones y las necesidades de las personas

El adulto mayor tiene una historia de vida y se le debe tratar como una persona que, de acuerdo con sus capacidades, sigue aprendiendo a lo largo de la vida. Como participante en la educación de personas mayores me pregunto en torno a la posición del adulto mayor en el ámbito educativo, y pretendo mostrar estas ideas en la práctica, en donde la gran interrogante es ¿cómo contribuir en la educación de adultos mayores para motivarlos y para que sigan educándose?

Parto desde un enfoque hermenéutico centrado en el cuidado de sí, en donde prevalece la preocupación por la persona, por el otro, por una sociedad que se está deshumanizando en la relación con el otro; en este caso, el otro es la persona mayor, poseedora de saberes que se transmiten de generación en generación y con estas prácticas se fortalece la identidad cultural.

Para los fines de la investigación, basé mi metodología en la conceptualización de historia de una vida que propone Paul Ricoeur; por lo que, la primera fase, se realizó a través de la narrativa autobiográfica de la novela *Hasta no verte Jesús mío* de Elena Poniatowska (1969).

En el trabajo parto del planteamiento de las siguientes preguntas: ¿De qué manera la manifestación de las emociones influye en el cuidado de sí del adulto mayor?, ¿el lenguaje verbal y corporal conlleva una carga emocional para el cuidado de sí de las personas mayores?, ¿qué

influencia tiene lo emocional, la voz y el cuerpo para el cuidado de sí en la tercera edad?, con las que intento dar respuesta por medio de dos hipótesis:

Primera. El uso del cuerpo y de la voz siempre tiene una carga de emociones inherentes al ser humano.

Segunda. La relación entre emoción, voz y cuerpo influye en el cuidado de sí en la tercera edad.

La técnica de interpretación es la búsqueda de huellas o indicios en el relato por medio del análisis hermenéutico para la interpretación de indicios lingüísticos alusivos a manifestaciones corporales en la narrativa.

Algunos ejemplos de las huellas presentes en el relato son:

Por eso cuando vieron que lo abracé y empecé a llorar, creyeron que yo era su mujer. Insistieron en que me daban el pésame por la manera en que había muerto y que tomara yo resignación y quién sabe qué más zarandajas, hasta que volteeé muy enojada y de plano les grité.

Pero el miedo me encogió los músculos y se me hicieron como de acero. El miedo da mucha fuerza. O la mato o me mata.

A él le daba risa, pero a mí me dolían los huesos del coraje (Poniatowska, 1969, p.131).

El trabajo consta de cuatro capítulos. El primero, titulado “Construcción histórica y cultural del adulto mayor”, se desarrolló en dos temáticas: la primera consiste en un repaso histórico acerca de las concepciones de vejez en diversas culturas y distintas épocas, con el fin de comprender las ideas sobre este tema que permanecen en la educación de las personas adultas mayores. La segunda temática consiste en una contextualización del ejercicio actual que realizo en una institución de educación de personas adultas mayores; en relación con esta preocupación educativa, abordo con el apoyo de bibliografía elaborada por autores que se han interesado en el tema de la educación y particularmente abordan la educación en la vejez, una reflexión sobre la manera de concebir actualmente la educación de las personas mayores.

En el capítulo dos, titulado “Jesusa Palancares: Historia de una vida”, expongo un primer tema que tiene que ver con la concepción de historia de una vida en la hermenéutica de Paul Ricoeur, con el fin de reflexionar sobre un enfoque filosófico sobre la narrativa autobiográfica. Un objetivo que se deriva es analizar desde el enfoque hermenéutico con perspectiva interpretativo-narrativa la autobiografía del personaje Jesusa Palancares en el relato escrito por Elena Poniatowska. Este es

el temados que desarrollo en el segundo capítulo, producto del trabajo realizado durante el tercer semestre de la maestría en el Seminario de temas selectos I conducido por la Dra. Alicia Pereda.

En el capítulo tres, titulado “Manifestación de las emociones y cuidado de sí del adulto mayor”, presento las reflexiones realizadas en torno a dos temas. El primero es acerca de la experiencia de vida y emociones en la vejez. El segundo tema es sobre el concepto de cuidado de sí, en el que me baso en las aportaciones de Paul Ricoeur y Michel Foucault.

En el capítulo cuatro, titulado “Ejercicios de expresión autobiográfica para trabajar talleres con las personas adultas mayores y con las personas educadoras de adultos mayores”, presento dos propuestas de talleres sobre el papel de la narración autobiográfica en el análisis de las manifestaciones lingüísticas y corporales en el cuidado de sí. La primera propuesta de taller es dirigida a las personas que ejercen la profesión dentro de las instituciones de educación para adultos mayores y se basa, principalmente, en el análisis de la novela autobiográfica *El Amante*, de Marguerite Duras. El segundo taller está diseñado por medio de un aula virtual en el que se desarrollan una serie de ejercicios para propiciar el trabajo autobiográfico en las personas adultas mayores a las que va dirigido.

Finalmente, se presenta el apartado de las conclusiones, en donde en una organización textual a partir de preguntas, reflexiono sobre la formación obtenida en el desarrollo de este trabajo.

El trabajo incluye un apartado de referencias y un anexo en el que se muestra las secuencias de la novela *Hasta no verte Jesús mío* que me ayudaron como lectora atenta a percibir las manifestaciones lingüísticas y corporales que manifestó a lo largo de su vida Jesusa Palancares, el personaje central y el papel que estas manifestaciones tuvieron en el cuidado de sí de este personaje.

Capítulo 1

Construcción histórico-cultural de la persona adulta mayor

La concepción de adulto mayor se ha ido modificando a lo largo del tiempo, muestra de ello es un recorrido a través de la historia, que realicé con diferentes autores que hablan de la construcción del adulto tanto a nivel social como personal. Adopto lo que al respecto dice Reboul (1999) en el sentido de que cumplir años no necesariamente está ligado con madurez, desmiente que a mayor edad se sea maduro, dice que no hay un estado de madurez total, y todas las personas siempre estamos en altas y bajas de lo que se entiende por persona madura; el ser humano es un ser incompleto, todo el tiempo está cambiando en busca del equilibrio, entonces ¿ser adulto es un valor en la educación?, valor como sacrificio impuesto por la sociedad primero en la niñez, luego en la adolescencia, dejando de hacer muchas cosas que nos gustan para llegar a ese fin de construcción cultural.

1.1.Un acercamiento a la idea de vejez

Para estudiar la manera en que las distintas culturas han concebido al adulto mayor y observar las ideas que han aportado a este concepto, me basaré en las investigaciones de dos autores: Simone de Beauvoir (2015) y Olivier Reboul (1999).

Desde las ideas de Simone de Beauvoir sobre las concepciones de la vejez en diversos momentos históricos y culturales. Se puede interpretar esta construcción cultural desde la antigüedad con Aristóteles que introduce la contradicción de adultez con los términos edad-valor, con una visión denominada “la flor de la edad”, comparándola con el placer, que va de los treinta a los treinta y cinco años, plantea que para alcanzar el ideal de vejez, se debía recurrir a la fuente de juventud para llegar al final de la vida sin arrugas y sin ser viejo pesimista, avaro, temeroso, el valor de la vejez es a partir de lo estético, el ser siempre joven es lo que se enaltece y valora, aquí también la juventud y la vejez están sometidas, gobernadas por los adultos, que son los que poseen la facultad y el poder para gobernar, son los jefes los que deciden y mandan. En su tratado de moral “La ética de Nicómaco” hace un reconocimiento a la madurez, exaltándola al exponer su acercamiento a lo virtuoso a través del esfuerzo voluntario y el juicio para educarse. Aristóteles habla del adulto porque forma parte del ethos, de ese comportamiento social, de ciertos usos, costumbres que

intervienen tanto subjetiva como objetivamente, lo que se quiere es persuadir, siendo necesario conocer los rasgos propios de cada edad, así como el estatus social.

Siguiendo en esta línea, Simone de Beauvoir (2015) nos dice que en la antigüedad en China era privilegiada la condición de hombre viejo, todos debían obedecer al hombre de más edad, la autoridad del patriarca no disminuía con la edad. El padre tenía derecho de vida y muerte sobre sus hijos y a menudo suprimía a las hijas al nacer, o más tarde las vendía como esclavas. La mujer mayor tenía incidencia en la educación de nietos. Los hombres trabajaban hasta los 70 años, después de esa edad renunciaban a sus cargos oficiales a fin de prepararse para la muerte, y heredaban al hijo mayor el gobierno de la casa.

En la Antigüedad en Egipto la vejez no era aceptada, era vista como algo penoso. En la Antigüedad en Israel el pueblo judío se regía por la ley de Dios, reconocidos por el respeto hacia la vejez; las comunidades nómadas se convierten en agricultoras. En consecuencia, se transforma la vieja civilización tribal, familiar, patriarcal. Existen clases sociales: los ricos al mismo tiempo son los jueces, los del poder administrativo, los amos del comercio, consideran la longevidad como la suprema recompensa de la virtud, la vejez exige obediencia y respeto y es bendecida por Dios. Los mandamientos de la ley de Dios exigen que los hijos honren a su padre y a su madre. Los ancianos desempeñaban un papel político.

El Sanedrín era la aristocracia sacerdotal y tribunal supremo, estaba compuesto por 70 miembros: los príncipes de los sacerdotes, los representantes de las 24 clases sacerdotales de los escribas, doctores de la ley y ancianos del pueblo.

En la Antigüedad en Roma existe una estrecha relación entre la condición del viejo y la estabilidad de la sociedad, era necesario deshacerse de los viejos para el equilibrio de la sociedad, los ahogaban, los grandes pensadores de la época expresaban su desprecio a la vejez; otra postura fue la de Cicerón quien a los 63 años compone una defensa de la vejez para probar que la autoridad del Senado debía ser reforzada.

En el Cristianismo que tiene sus orígenes en el Judaísmo, se identifica a Jesús de Nazaret como un judío devoto y como el único camino a Dios; San Isidoro de Sevilla distingue siete edades de la vida en analogía con los días de la semana, se crean hospicios y hospitales, se llama cristianismo

porque las personas son fieles seguidoras y devotas a los mandatos divinos, las personas se empequeñecen y obedecen todo lo que determina el padre, el único ser supremo poseedor de sabiduría, el adulto capaz de gobernar.

En la Edad Media en el siglo XII, la condición de los viejos cambia a medida que la burguesía prospera, existen dos corrientes: la religiosa y la espiritualista, la vejez se ve como un momento de asegurar la salvación, se vincula la vejez con la ceguera, el pensamiento de la muerte está más presente.

En el Renacimiento en el siglo XVI aparece el primer capitalismo con los negocios, las empresas industriales, las operaciones financieras, se da un florecimiento cultural en las ciencias, las letras, las artes, las técnicas, se continúa viviendo una obsesión por el Anticristo y el juicio final, se exalta la belleza del cuerpo, aparece la fealdad de los viejos, la mujer vieja es asimilada a una bruja, se hacen comparaciones de las diferentes edades con los momentos del año, lo cual se convierte en un estereotipo, aparece el tema de las edades de la vida representada normalmente por un trío, otro tema popular es la Fuente de Juvencia, aparece la vejez estereotipada, como por ejemplo: invierno de la vida.

En el siglo XVII los jóvenes conservan la realidad del poder, la vejez no inspiraba ninguna consideración, la Iglesia socorría a los necesitados, la condición de niños y ancianos era muy difícil; en Inglaterra se crea la “Ley de los pobres”, donde el gobierno se hacía responsable de los indigentes, por intermedio de las parroquias, se fundaron asilos y hospitales, los viejos necesitados padecieron.

En el siglo XVIII sobresalen como hechos históricos la Independencia de los Estados Unidos, la Revolución Francesa y los inicios de la Revolución Industrial; vinculados a la consolidación del capitalismo y al ascenso social y político de la burguesía, que impuso un nuevo modelo cultural: la Ilustración; la población aumenta y se rejuvenece gracias a que hubo mejor higiene, el mejoramiento de las condiciones materiales favoreció la longevidad.

En este siglo, conocido también como el siglo de las luces o iluminismo, surgieron ideales de tolerancia, igualdad, libertad y progreso de la humanidad, se describe a la Ilustración como la actitud mental por la que el hombre decide o no salir de su minoría de edad. La concepción de

adulto es diferente, ya que se aborda desde un enfoque político, de ciudadanía mundial, local, exige un concepto de pertenencia al género humano, el reconocimiento ante la ley cuando se llega a los 18 años, ya se es adulto, es un abordaje desde lo jurídico, cuando una persona ha alcanzado la responsabilidad, nos dice que al cumplir la mayoría de edad ya ejerce una toma de decisiones personales, en el pensar y decidir por sí mismo. Ser mayor es ser libre, y esta construcción de libertad enfrenta al adquirir responsabilidades, por eso en muchos casos no se asume esta mayoría de edad y no es por la culpa de la sumisión del Estado, del ejército o la iglesia, sino es por estar bajo tutela, por pereza o cobardía, razones por las que muchos hombres son menores de edad durante toda su vida. Son personas que no tienen el valor de utilizar su propia inteligencia. La mayoría de edad es una victoria.

En el siglo XIX, Europa se transforma, hay un aumento demográfico, progresos en la ciencia que conducen a reemplazar los mitos de la vejez por un verdadero conocimiento, se permite que la medicina cure a las personas de edad; hay tres fenómenos que acompañaron al progreso demográfico: Revolución Industrial, migración rural a ciudades, aparición y desarrollo de una clase nueva: el proletariado. El proletariado defiende mejores condiciones de trabajo para la clase obrera, la lucha social de los trabajadores. Una lucha social que se puede asociar a la lucha que a través de los años han enfrentado las personas mayores en la sociedad.

En las ideas sobre la vejez que expongo a continuación me baso en lo que al respecto dice Olivier Reboul (1999). Este autor aborda el estudio la construcción de la idea de adulto, desde el contexto biológico-social del psicoanálisis, la psicología del desarrollo y la sociología. Dice que ha habido diversos planteamientos desde las ciencias humanas, con la sociología en estudios etnológicos que describen la mayoría de edad en diferentes culturas en relación con la iniciación y los ritos de paso, en sociedades primitivas, donde se percibe desde lo social: ser adulto es haber sido iniciado en los secretos de la tribu, es haber sido admitido para entrar en la vida de la sociedad.

En la psicología genética, Reboul comenta que el foco de Piaget está en lo cognitivo, él se centra en el paso del niño por los diferentes estadios del desarrollo humano hasta llegar al último estadio, el de las operaciones formales en la adolescencia. Dice Piaget que en este estadio el equilibrio es estable y ya no hay una reversibilidad. De acuerdo con Piaget no hay estadio posterior, aquí se encuentra el adulto, y el adulto mayor; se puede progresar en él, pero no superarlo. Desde este

enfoque del desarrollo cognitivo personal ciertos patrones de conducta se deben al factor genético que determina su habilidad cognitiva y su ubicación en la estructura social.

Siguiendo este enfoque, los discípulos de Piaget transgredieron esta regla del pensamiento formal y multiplicaron los estadios a lo largo de la vida. En los años cincuenta Erikson continúa con sus investigaciones sobre la adultez y plantea un desarrollo posterior al del niño; después de la niñez se pasa por estadios propios y cada estadio tiene su propio criterio para determinar su éxito o su fracaso, los criterios son: joven, adulto, y viejo cuando se alcanza el umbral de la vida, amor es igual a joven, responsabilidad a adulto, sabiduría a anciano. Para Erikson el anciano es el que mantiene el equilibrio de su yo ante la desesperación y ante la muerte; siendo esto una utopía, porque no todos los jóvenes son amorosos, ni todos los adultos son responsables, y tampoco la sabiduría es propia de la vejez, no por ser viejo se es sabio.

Más adelante Lawrence Kohlberg investiga sobre el juicio moral, sustenta cómo se aprende a ser adulto, plantea que no se puede saltar un estadio, ni tampoco regresar a otro, el progreso va de una moral egocéntrica a una descentrada.

Para este autor, en el adulto los cambios tienen que ver tanto con los valores como con los hábitos y la conducta que se pone en práctica en sociedad, y con el proceso con que dichos valores son adquiridos, la profundidad del cambio es tan significativa que una ruptura está asociada fundamentalmente a los cambios en la familia, la familia es quien cumple con su función socializadora.

Para hablar de la construcción del adulto desde el psicoanálisis, Reboul acude a Freud quien lo define como el adulto imposible, desde un doble fracaso, ya que por una parte, el niño no puede hacerse adulto y por otra ratifica su derrota por medio de la religión, es aquí donde los dioses ocupan el lugar de sus padres, estas eternas figuras mayores a las que teme pero que lo protegen a la vez, él se aproxima al problema a través de cuatro grandes pistas: las perversiones, el asesinato del padre, el principio de realidad y el super-ego.

En el siglo XX, en el año de mil novecientos sesenta y ocho, con la lucha social del movimiento estudiantil, el adulto era un blanco central, y ser adulto mayor algo no tolerado, de lo que se huía;

en los muros de mayo del 68 se leía la frase: “Corre más rápido, camarada, el viejo mundo está detrás de ti”; ese viejo mundo era el mundo de los viejos, el odio a lo viejo.

Se escuchaba el “¡Prohibido prohibir!”, un eslogan del rechazo a todos los poderes, rechazo a la moral disfrazada, que condenaba las desviaciones, las perversiones, el pecado, también es el rechazo global del arte, el rechazo a la obra acabada en pro de lo que equivale a reducir el arte a un juego de niños de niños crecidos, pero no adultos. Reclamaban la primacía absoluta del deseo, la imaginación al poder, el derecho a la desviación en todas las direcciones, especialmente rechazaban el trabajo, la imposición, preferían la fiesta, la eterna infancia, el rechazo al mito del adulto que era denunciado al poseer una ideología hipócrita, irreal y opresiva, en tres aspectos esenciales.

El primer aspecto es la autoridad, el hombre se vale de su saber y de su poder al ser considerados legítimos, se presenta la autoridad del padre, del maestro, del jefe, y en todos sus papeles, el adulto es la persona mayor. Siguiendo a Rousseau la presión mayor es la del adulto sobre el niño, en esta lucha contra la autoridad es necesaria una revolución pedagógica que consista en deshabituarse a los jóvenes de la autoridad, deshabituarse más no rechazar la autoridad, porque rechazarla no sólo es rechazar a los adultos: es rechazar el ser adulto, es descalificar en sí mismo lo serio de la madurez.

El segundo aspecto es la seriedad, aquí Simone de Beauvoir ponía en entredicho al hombre serio, aquel que enmascara su libertad y justifica su existencia mediante valores eternos, tareas fijadas llenas de fines innecesarios, todos ellos ajenos a su verdadero yo, ese yo que asume, pero al que le atribuye esa falsa seriedad, una supervivencia de la infancia en el hombre, el niño que rechaza la incertidumbre y la inquietud en la vida como adulto.

El tercer aspecto es la culminación, una palabra que significa a la vez la perfección y el fin. La inconclusión es la esencia del hombre, a toda superación, a toda creación, a todo progreso. Lapassade citado por Beauvoir (2015) rechazó la norma adulta, al reclamar una educación libre, que corresponde a los jóvenes inconclusos, que ellos mismos sean sus propios modelos y sus propios educadores. El adulto no aparece ya como la norma accesible de las ciencias humanas, ni siquiera como el ideal de los psicoanalistas, surge como el mito hecho para legitimar las opresiones. Hoy en día algunas personas que fueron jóvenes en el sesenta y ocho tienen dinero,

saber y poder; otros son fracasados; la mayoría son simples adultos mayores, ninguno sigue siendo el testigo de una eterna juventud.

Cada edad tiene su valor propio, desde la infancia hasta la vejez. Por tanto, es un error oponer al adulto mayor con el niño o con el adolescente ya que son complementarios y necesarios, entonces el adulto mayor se opone en todos los aspectos a un personaje perjudicial, y a ser infantil, porque sería negarse a ver las cosas tal como son, a distinguir lo que se sabe de lo que se cree.

La relación entre adulto y educación empieza con conocer el fin de la educación que es evitar el infantilismo, en donde el verdadero adulto vive, cambia y se apoya en su pasado sin renegar de él, hablando de este pasado Alain (citado por Reboul, 1999) habla de la sabiduría de los ancianos, que la más bella prueba de sabiduría que pueden dar es una juventud salvada.

En el siglo XXI, comienza el movimiento de las personas mayores como sociedad reconocida en esta globalización del capitalismo, en donde lo viejo debe de ser desechado, porque no produce, y este odio a lo viejo ha venido a fusionar a la revolución, al movimiento estudiantil del 68, y a todas las batallas enfrentadas a lo largo de su construcción de vida de las personas mayores, hay una relación en las transformaciones culturales-educativas en esta sociedad del conocimiento.

Hay un auge en relación con la vejez, se firman tratados internacionales, se establecen leyes y derechos en la vejez; en este siglo surgen diferentes posturas en beneficio de la vejez como lo son: el envejecimiento saludable, envejecimiento activo y el envejecimiento exitoso; en el envejecimiento saludable la postura es médica, con la visión de que todos los adultos mayores necesitan tomar sus medicamentos para llegar así a un envejecimiento saludable; la postura del envejecimiento activo es que los adultos necesitan mantenerse en buen estado físico para llegar a un buen envejecimiento; en el envejecimiento exitoso se busca la combinación del buen estado físico, mental y emocional para lograr un óptimo envejecimiento. Pero al mismo tiempo, de forma paradójica, se han reducido o desaparecido las pensiones y aumentado la edad de jubilación. Se piensa en los ancianos en el sentido de cómo alargar su vida productiva para seguir explotándolos más que en su bienestar en sí.

Lo referente al adulto mayor se está haciendo más visible, con mayor apertura en educación, deporte, cultura y recreación y esto es una apertura a nivel mundial. Lo que se ve en el adulto es la

fusión de toda la historia, de todo lo que la sociedad ha venido viendo, este adulto mayor que viene implícito en la historia de la humanidad, y con ello ver cómo se ha venido transformando por la concepción del colectivo social, que ha construido las categorías de es un desempleado, un dependiente, etc. Es aquí donde se debe desenvolver a ese adulto que estoy viendo en la sociedad actual, conocerlo y saber quién es.

Existen culturas en las que la mujer ya no sirve en la sociedad si ya no tiene dientes, entonces van y la dejan lejos, ella misma cree que ya no sirve, hay otras culturas donde cuando se es mayor la persona se va para morir sola; en otras se obtiene un grado de sabiduría con la edad.

Por otra parte, cabe destacar que actualmente a partir de los 35 ya se envejeció, ya no te contratan porque ya no sirves para producir en una sociedad capitalista, esto que antes era hasta los 60. Pero ahora la persona mayor como abuelo está reduciéndole el mundo a los niños por medio de afecto, amor, cuidados, valores, experiencias de vida, comprensión, amistad, tiempo, compañía. La influencia directa sobre los nietos se relaciona con su papel de cuidador, compañero de juegos, historiador, consejero, modelo, amortiguación entre padres e hijos, confidente; y la influencia indirecta es que quizá ese adulto esté recibiendo una pensión que está sirviendo para todo el grupo y sirve para la supervivencia personal.

Por todo lo anteriormente expuesto, se puede ver desde un contexto histórico-social al adulto mayor en una realidad inmediata donde se encuentra, una comunidad de personas de sesenta años y más, en la mayor parte la lectura con Reboul y Simone de Beauvoir se habla de un contexto europeo que no es nuestro contexto. En esta parte acudo a los estudios que sobre el significado que se le daba al anciano en la cultura mexicana. El motivo de escoger la cultura mexicana es por el contexto regional en el que realizo este trabajo, además de la gran influencia que esta cultura ha dejado en México.

Miguel León Portilla (2014) dice que en esta cultura se distinguían entre varias edades: la de quienes viven como hijos que correspondía a la infancia y la temprana juventud; y la de muchachos y muchachas, formados en escuelas. Una segunda edad era la del varón y la mujer en la plenitud física, quienes tenían como tarea encaminar en la vida a los niños y a los jóvenes. Y la tercera edad: “Como consumación plena del ciclo del existir humano aparecía a los ojos de los antiguos mexicanos la *huehuetl*, senectud o vejez” (León Portilla, 2014, s/p).

Es interesante resaltar lo que dice León Portilla en el sentido de que la senectud no necesariamente se relacionaba con decrepitud y pérdida de las facultades. Por el contrario, en los textos de estudio a los que se dedicó León Portilla, encuentra el reconocimiento de atributos de los ancianos y las ancianas: la experiencia fundamento de sabiduría, que les autorizaba para dar consejos, para amonestar al interior de la familia a los más jóvenes. También se le reconoce al anciano su sabiduría para contar la historia, para conservar y comunicar las tradiciones. En cuanto a la anciana se le adjudicaba ser “el corazón de la casa, rescoldo del hogar. Por lo mismo, bien puede tenerse como custodia, guardián de lo máspreciado en la *cenyeliztli*, “existencia unitaria de la familia” (León Portilla, 2014, S/p).

1.2.La educación de las personas mayores

En diferentes épocas al adulto mayor lo han interpretado de diversas maneras, pero hoy lo veo así, este es el adulto donde me veo, es la otredad de los adultos que asisten a los Círculos de Aprendizaje, Socialización y Saberes del Adulto (CASSA).

Figura 1. Círculos de Aprendizaje, Socialización y Saberes del Adulto (CASSA)

Círculo de Aprendizaje, Socialización y Saberes CASSA TEPOZANES									
Edad	Sexo	Lugar de nacimiento	Escolaridad	Estado civil	Número de hijos	Tipo de vivienda	¿Con quién vive?	Condición laboral	Finalidad acudir a CASSA
73	M	Ciudad de México	Secundaria	Divorciado	2	Propia	Solo	Pensionado	Aprender a convivir con gente de su edad, ser más sociable, y por el compromiso de las educadoras.
71	F	Ciudad de México	Secundaria	Casada	5	Propia	Esposo y el hijo menor	Autoempleo	Aprender cosas nuevas, hacer amistades, y aprender a vivir en esta etapa de su vida.
79	F	Puebla	Secundaria	Viuda	4	Propia	Con dos hijos	Hogar	Aprender, socializar y disfrutar de la compañía de amigas y amigos, conocer sus derechos como persona mayor.
60	F	Ciudad de México	Secundaria	Casada	2	Propia	Hijos, esposo	Hogar	Para convivir con otros adultos, se enfoca mucho en ellos también
84	F	Oaxaca	Primaria	Viuda	8	Propia	Con dos hijos	Hogar	Porque a ella no le gustaba salir, socializar
81	F	Orizaba Veracruz	Primaria	Divorciada	2	Renta	Con un hijo	Hogar	Por la convivencia, para aprender cosas nuevas.
68	F	Sta. Rosa de Lima Salvador	Carrera técnica	Casada	2	Propia	Con las dos hijas	Hogar	Para tener una vida mejor, un acompañamiento, convivir con los compañeros, compartir experiencias, el saber que todavía puede ir y venir sola sin necesidad de ayuda, saber que todavía tiene autonomía.
80	F	Ciudad de México	Secundaria	Viuda	8	Propia	Con un hijo	Autoempleo	Para convivir, hacer ejercicio, por los talleres de pintura, bisutería
73	F	Jungapeu de Juárez Michoacán	Primaria	Casada	3	Propia	Esposo	Hogar	Sentirse libre un rato, la convivencia y porque va a aprender
65	F	Oaxaca	Secundaria	Divorciada	2	Propia	Con un hijo	Hogar	Para sentirse mejor, convivir, hacer ejercicio y manualidades
83	F	Zacatecas	Primaria	Viuda	12	Propia	Con tres hijas	Hogar	La convivencia, hacer manualidades, compartir experiencias, aprender y enseñar lo que sabe que es tejer.
75	F	Zacatecas	Ninguna	Viuda	ninguno	Propia	Con hermana y sobrinas	Hogar	Convivir

Fuente: Elaboración propia

Figura 2. Círculos de Aprendizaje, Socialización y Saberes del Adulto (CASSA)

Círculo de Aprendizaje, Socialización y Saberes CASSA TEPOZANES									
Edad	Sexo	Lugar de nacimiento	Escolaridad	Estado civil	Número de hijos	Tipo de vivienda	¿Con quién vive?	Condición laboral	Finalidad acudir a CASSA
79	F	Michoacán	Secundaria	Separada	4	Propia	Sola	Hogar	Para sentirse bien, convivir, realizar actividades manuales y hacer ejercicio que los relaja y salir de la depresión
82	F	Villa Victoria Guanajuato	Primaria	Casada	Ninguno	Propia	Esposo	Hogar	Aprender de los demás y conocer cosas nuevas
70	F	Estado de México	Secundaria	Casada	4	Propia	Esposo y dos hijos	Hogar	Para convivir y alejarse de la rutina de la casa.
70	F	Coatepec Veracruz	Carrera Técnica	Viuda	3	Propia	Con una hija	Hogar	Para dar clase de pintura, para distraerse y convivir
62	F	Ciudad de México	Secundaria	Casada	3	Propia	Con un hijo	Autoempleo	Convivir, dar clases a personas que quieran aprender bordado de listón y distraerse.
74	F	Michoacán	Primaria	Viuda	8	Propia	Con un hijo	Hogar	Hacer ejercicio, para distraerse.
62	F	Calnali Hidalgo	Secundaria	Soltera	0	Renta	Con un sobrino	Empleada en puesto de comida	Convivir con los compañeros como familia.
72	F	Yuridia Guanajuato	Secundaria	Casada	2	Propia	Con un hijo, nuera y dos nietas	Hogar	Para sentirse bien, convivir y aprender.
74	F	Ciudad de México	Secundaria	Casada	3	Propia	Esposo, hija y dos nietos	Hogar	Convivir, aprender cosas nuevas, y hacer manualidades.
72	M	Tlaxcala	Ingeniero Químico Textil	Casado	3	Propia	Esposa, hija y dos nietos	Pensionado	Convivir con personas de su edad, es difícil entenderse con los jóvenes, hacer diferentes actividades y salir de la rutina de la casa
68	F	Ciudad de México	Secundaria	Soltera	0	Propia	Sola	Autoempleo	Convivir, compartir sus conocimientos al dar la clase de bisutería.
78	F	Oaxaca	Ninguna	Viuda	4	Propia	Con un hijo	Hogar	Sentirse bien, es muy feliz en la escuela para aprender algo, aprende a dibujar con sus amigas.
69	F	Ciudad de México	Carrera comercial	Viuda	1	Renta	Sola	Pensionada	Convivir con gente de su edad y aprender algunas actividades.
83	M	Querétaro	Ninguna	Unión libre	2	Propia	Esposa	Desempleado	Convivencia social.
78	M	Ciudad de México	Primaria	Viudo	6	Propia	Nieto	Pensionado	Convivencia y aprender.

Fuente: Elaboración propia

Las personas mayores que asisten a CASSA TEPOZANES la mayoría están entre los setenta y tantos años, y algunos pocos tienen sesenta y tantos. Por cada 8 mujeres que van, acude un hombre, una tercera parte tiene como lugar de nacimiento la Ciudad de México, el resto proviene de otros Estados como: Estado de México, Querétaro, Puebla, Oaxaca, Veracruz, Zacatecas, Michoacán, Guanajuato, incluso de otro país como Sta. Rosa de Lima, Salvador. La escolaridad promedio es secundaria, el estado civil que predomina es la viudez. El número de hijos oscila entre 2 y 4 hijos, solamente una persona con 12 hijos y dos con 8. Los adultos mayores que asisten a Círculo de Aprendizaje, Socialización y Saberes del Adulto (CASSA) viven en casa propia, en su mayoría con sus hijos, y las mujeres se han dedicado al hogar, los hombres son pensionados. La finalidad por la que están en CASSA es para aprender cosas nuevas, hacer ejercicio y actividades manuales que los relaja y los ayuda a tener una vida mejor, un acompañamiento, convivir con los compañeros de su edad, socializar, sentirse en familia; compartir experiencias y actividades que

hacen, sentirse libres, con autonomía, que todavía pueden ir y venir sola, alejarse de la rutina de casa, aprender a vivir en esa etapa de su vida, conocer sus derechos como persona mayor.

Mis decisiones vienen desde este grupo de personas que asisten a este lugar y no están ahí sólo por estar, sino que interviene el factor histórico-social de este adulto que se ha venido construyendo como un ser histórico social de la Ciudad de México, en las formas de las instituciones que se les presentan, los programas de apoyo social, las normas.

El filósofo Gadamer (1999) habla de la educación a lo largo de toda la vida, él comparte su gran experiencia, en la conferencia “La educación es educarse”, en donde nos habla de los inicios de la educación que se da desde la cuna en la relación madre-hijo, el aprender a hablar, proceso que se da por imitación, los primeros años del niño importantes para su educación, el comienzo en la educación escolar, primero la adaptación en el jardín de niños y luego la educación primaria, el acto de aprender a escribir, de lo más interesante en la escuela, siendo la escritura la reafirmación evolutiva del ser humano, el ser una persona educada tiene un alto valor social, debemos tener presente la importancia de la lengua materna, la lengua que uno aprende cuando empieza a hablar, incluso si las personas se crían con varias lenguas, la relación y comunicación con el otro. Gadamer nos dice que la educación debe basarse en potencializar los puntos débiles de las personas, nos habla de los cambios en el mundo, muy distinto al de su juventud, anteriormente se escribían cartas como forma de comunicación, cosa que ya no sucede en la actualidad, ahora se abusa de la tecnología, dejando de lado el contacto con el otro, contacto muy valioso para las personas mayores, que le dan un valor significativo los vínculos afectivos como experiencias de intercambio con el otro, algo que no pueden transmitir las máquinas. Hoy en día seguimos reglas y procedimientos para evitar errores, olvidando la frase “de los errores se aprende”.

Se puede observar que en algunas personas adultas mayores las capacidades físicas y mentales disminuyen. En cuanto a la risa, con la edad puede haber una disminución en la capacidad humorística, siendo el humor un fenómeno cultural; es aquí donde la risoterapia les ayuda a poder reír sólo usando la risa como un ejercicio, porque es principalmente un proceso orientado físicamente, que ayuda a las personas mayores a reír, es una herramienta para la adquisición del aprendizaje, al estimular a través de la risa, la voz, la música, el juego, el canto, las artes plásticas, las artes escénicas y el yoga. En mi profesión como terapeuta de la risa me preocupa el estado

emocional de las personas mayores, ante esto nace mi objeto de estudio: “El relato autobiográfico en la educación de personas mayores a través de la manifestación lingüística y corporal de sus emociones y su influencia para el cuidado de sí”; por ello, en esta investigación se busca analizar las emociones de las personas mayores, teniendo como base que las personas mayores dejen de contener y se expresen de manera lingüística o corporal para cuidar de sí.

Debemos crear talleres para compartir la experiencia de las personas mayores y, con ello, lograr la satisfacción de las necesidades de las personas sin importar la edad que se tenga, espacios para el intercambio generacional, y con relación a esto hoy en día las generaciones más jóvenes se están acercando a los adultos mayores dándoles charlas o talleres, se les favorece la entrada en las aulas universitarias como un elemento de distracción, las actividades que se ofrecen en centros destinados a la tercera edad tienen mucho que ver con el área dinámica, manual o alfabetización, pero no todas las actividades que realizan las personas mayores son de su agrado, ya que muestran disconformidad entre lo que hacen y lo que les gustaría hacer, teniendo deseos frustrados al realizar actividades que no son por su propia voluntad.

Lo anteriormente planteado, se ve reflejado en la visión de atender a la persona mayor, realizando un sinnúmero de actividades sin importar cuál sea su voluntad. Por tanto, al trabajar con adultos mayores se debe ser guía, promotor y motivador que aliente al adulto mayor y conocer los factores que intervienen en el proceso de envejecimiento, propiciando así una vejez digna.

En esta visión de dignificar la vejez, se promueve la actividad física y socioafectiva para el cuidado de la persona en la adultez mayor. Como se plantea en el giro afectivo, los afectos están vinculados a los espacios, ambientes, personas, existen anclajes emocionales en la memoria que se manifiestan con la lengua hablada, escrita o a través del lenguaje del cuerpo, lo social y afectivo son la base, los cimientos, para la educación a lo largo de la vida. Existe un sentido de espacio simbólico de aprendizaje y de sociabilidad. Escolano (2018).

Las relaciones sociales contribuyen a que la persona siga inmersa en la sociedad, además de ser el acto educativo algo que se construye socialmente, en donde están presentes los afectos. Lo afectivo está implícito en la vida misma del adulto mayor, cuando la persona mayor siente el afecto en las actividades que realiza, favorece sus procesos cognitivos para la adquisición de

nuevos conocimientos, estos afectos se expresan desde lo privado hasta las manifestaciones públicas.

La educación de adultos busca una sociedad más justa y equitativa, una educación diferente que posee particularidades consideradas desde la teoría del aprendizaje humanista dentro de la pedagogía gerontológica, en donde destaca el modelo de educación para la vida: llegar a la tercera edad implica una adaptación en el campo intelectual, social y afectivo emocional, que viene determinado por la biología, la esfera social y su personalidad, su historia personal y su situación socioeconómica-cultural (Thomae, 1976 en L'Ecuyer, 1985).

El crecimiento o desarrollo personal es a menudo un proceso doloroso y tratamos de eludirlo, al evitar el dolor, prescindimos del proceso de crecimiento, tenemos miedo de dar un cambio que no sabemos a dónde nos puede llevar, por desinformación evidentemente. Las personas de la tercera edad mencionan sus miedos a participar en actividades socioeducativas. A esta evasión del crecimiento Maslow (1971) la califica como la automutilación voluntaria, bajos niveles de aspiración, miedo a hacer aquello que podemos hacer y dice que en realidad son defensas contra los delirios de grandeza, la arrogancia, el orgullo.

Por ello, la educación de personas mayores no es un camino fácil, pero sí posible y se debe partir de la subjetividad del individuo; de su actitud frente a la vida, del grado de autoestima y de motivación, que le van a mover a encontrar caminos nuevos para el logro de su satisfacción personal y de la relativa felicidad que el hombre aspira encontrar.

La investigación con adultos mayores tiene como eje transversal el planteamiento de que cada persona debe tener la oportunidad de desarrollar su potencial y de vivir satisfactoriamente; parte además de que la población adulta mayor no es un grupo homogéneo sino heterogéneo, por lo que la intervención en acciones estaría encaminada para mejorar las condiciones y calidad de vida de las personas mayores. En este sentido, se realiza la investigación desde un enfoque cualitativo.

A partir de la relación que establece Ricoeur entre texto e intérprete, la prefiguración es hablar del tema de los adultos mayores desde las concepciones que he formado durante mi trabajo con ellos, la configuración la ofrece la novela que permite un conocimiento más amplio de la realidad de ser

adulto y la refiguración consiste en entender a esos adultos a partir de las aportaciones del análisis de la historia de vida del personaje en la autobiografía, así como de los conocimientos conceptuales obtenidos durante la investigación.

La ética me ayuda a posicionarme en el mundo, y a comprender a las personas adultas mayores a partir de su trayectoria de vida, cuestionando hasta dónde tienen un fundamento y propósito educativo las instituciones de mayores, y en este contexto la persona mayor a qué tiene que ceder y adaptarse, como es el caso del personaje Jesusa Palancares, pues al comprenderla se puede derivar que el entorno podría ser similar para otros adultos mayores.

Capítulo 2

Jesusa Palancares: Historia de una vida

Este capítulo tiene como intención profundizar en una historia de vida de una persona mayor, como un caso representativo de los adultos mayores, el relato de vida de Jesusa Palancares, personaje central de la novela *Hasta no verte Jesús mío* de Poniatowska. El recorrido se hace a través de la interpretación de su historia de vida, en donde se presentan estas huellas o indicios que dan cuenta de sus emociones manifestadas lingüística o corporalmente. Parto de que toda huella es un indicio que nos permite conocer mejor a la persona a través de su historia de vida, y a su vez este abordaje me permite comprender a las personas mayores con los que trabajo y trabajaré.

En una historia de una vida las huellas se hacen presentes en todo momento, están impregnadas en su protagonista, en su voz, en su cuerpo, todo eso que a cada persona le pasa a lo largo de la vida se somatiza, se impregna en el cuerpo y hace presente, se expresa de una u otra forma, dándole sentido a la existencia misma, a la vida de uno en compartimiento con el otro, ese otro que está siempre presente, que me resignifica y me convierte en ser humano a partir de que me relaciono, me comunico por medio del lenguaje, siendo algo propiamente humano que me distingue de las demás especies, reafirmandome como persona, como ser único e irrepetible.

2.1. Conceptualización de historia de una vida en la hermenéutica de Paul Ricoeur

La perspectiva teórico-metodológica adoptada para esta investigación es a partir de la construcción de la identidad narrativa de la hermenéutica de Paul Ricoeur (1999) quien dice que somos narratividad y nos encontramos entramados al ser la narración de un relato. La comprensión de sí consiste en interpretarse a uno mismo a partir de los relatos históricos y de ficción, y la ficción no significa que sea mentira, sino que es una forma de interpretar nuestra vida.

He aquí la importancia de la teoría hermenéutica, cuyo trabajo consiste en mediatizar la interpretación (apropiación) que lleva a cabo el lector, reactivando el decir del texto. Desde la perspectiva de Ricoeur a través de la autobiografía el ser humano se comprende mejor, de otra manera o, sencillamente, comienza a comprenderse, la interpretación del texto y la interpretación

de sí del sujeto da respuesta al porqué y para qué del texto autobiográfico. Ricoeur nos dice que la identidad de sí mismo es ese juego dialéctico, donde somos el personaje y somos el que habla, establece tres puntos para hablar de la identidad.

Identidad en la trama del relato: Es ese que soy yo, pero que ya no soy, pero también sigo siendo, por esa relación constante entre el tiempo pasado y presente, entre el me reconozco porque ese soy yo, y no me reconozco porque ya no soy el mismo de ese entonces, ya no soy el mismo de ayer, hoy entiendo presente he cambiado.

Identidad del personaje: Se da en la novela, en donde el personaje habla de viva voz, en primera persona, se reconoce desde el yo soy, asume ser el personaje principal del relato, esta identidad de Jesusa Palancares está compuesta por todo lo que ella representa y es, la mujer mexicana en pie de lucha en la revolución, como trabajadora doméstica, hijastra, esposa, madre sustituta, habitando en casas ajenas, enfrentándose a la violencia de género desde la infancia.

Identidad de sí mismo: Desde la problemática de la identidad, al tener la palabra: “idéntico” dos sentidos partiendo desde el latín ídem e ipse (ídem) por una parte es lo idéntico, lo inmutable, que no cambia a lo largo del tiempo, y por otra parte (ipse), lo que cambia. Al hablar de la construcción de la identidad de sí mismo, cabe destacar que la experiencia humana crea también conflicto al estar relacionada con la vida, con el cambio corporal y mental que se contradice con la mismidad, con la inmutabilidad de un núcleo personal. La identidad no es permanente, emerge cuando hay presencia de la otredad. Identidad narrativa es yo y nosotros, implica a los otros.

El relato es la dimensión lingüística para la transcendencia de la vida humana a través del tiempo. La historia de una vida contada, a partir de que entro en relación con el otro puedo decir “yo”, cuando encuentro sentido en el otro desde la imagen trídica, yo-sentido-otro, este sentido como el concepto de sí mismo es una función propiamente humana.

2.2. Análisis desde el enfoque hermenéutico con perspectiva interpretativo-narrativa

Acercamiento:

1. Lectura de la novela para la contextualización del relato.
2. Cuadro con las emociones presentes en el relato biográfico.²
3. Acontecimientos en el relato biográfico.
4. Análisis textual del contenido del relato por medio de una estrategia abordada desde la narrativa.

Descripción y contextualización del relato

Se busca profundizar en la historia de vida de una persona mayor, como caso representativo de las personas adultas mayores, en el relato de vida de Jesusa Palancares, personaje central de la novela *Hasta no verte Jesús mío* de Elena Poniatowska. El recorrido se hace desde la narración de su vida, sus luchas para sobrevivir desde niña, la lucha desde el trabajo doméstico, la lucha de género, hasta sus batallas en la revolución, forjando así su carácter, y cómo ese pasado repercute en su presente, en su vejez; el análisis de las huellas o indicios que dan cuenta de sus emociones manifestadas lingüística o corporalmente y su influencia para el cuidado de sí de las personas mayores.

Acontecimientos en el relato biográfico

Me baso en la metodología de la interpretación de los acontecimientos de Marín (1997) en donde el autor nos habla de estos como una construcción simbólica significativa, que requieren una interpretación desde una perspectiva sociocultural y filosófica de su mundo, espacio-temporal, constituido por el hombre en la comprensión de sus acciones, expresiones y sucesos en relación con sí mismo y con el otro. Un caso que por su alcance puede servir como ejemplo es el de Las emociones manifestadas lingüística y corporalmente a lo largo de la vida de Jesusa Palancares y su influencia para el cuidado de sí, analizando las huellas o indicios en el relato. Parto del cuadro de las emociones expresadas por Jesusa, para llegar al análisis a detalle, como lo presento a continuación: Las manifestaciones lingüísticas y corporales tienen una dimensión sociológica y

²Ver anexos

cultural que permite la esencia humana desde la emoción, lo profundo de humanidad, comunicación y libertad que los hombres encuentran en la experiencia de sí y del otro.

Enfrentamiento de pérdidas y abandono

Jesusa a lo largo de su vida en seis ocasiones enfrenta la muerte de personas cercanas:

- 1.- El primer acercamiento con la muerte lo vive a los 10 años de edad aproximadamente con la muerte de su madre, esta niña llora expresando su tristeza, a veces el dolor no puede contenerse y la ruptura se consume, nos rompemos y somos arrollados, cuando se llora es ese desbordamiento que se ha roto y no hay modo de mantener junto lo que se ha separado, lo que nos rompe es el mal que hemos sufrido y no existen palabras para expresarlo (Marín, 1997). En su infancia vulnerable, no encuentra consuelo y su cuerpo se contrae en la tumba de su madre en forma de posición fetal:
- 2.- Cuando fallece su sobrina a los meses de nacida, Jesusa se cierra a las emociones positivas, su cuerpo se contrae y desde entonces decide quedarse sola para no sufrir por el abandono o las pérdidas de seres queridos que dejan un hueco, un vacío, esa carencia de amor en la vida.
- 3.- A los 14 años cuando matan a su hermano, Jesusa se quiebra, su cuerpo está coartado, abraza el cuerpo de su hermano muerto y se aferra a él, lo acaricia y llora sin consuelo queriendo mitigar su dolor, por medio de sus lágrimas y su corporeidad contraída externa su pérdida, su inmenso dolor, sufre una gran afectación emocional por haber perdido a su hermano que se manifiesta con ataques epilépticos.
- 4.-El enfrentamiento de Jesusa con la muerte es muy distinto, ante la muerte de su padre, reacciona de manera indiferente.
- 5.- Cuando un coronel mata a una coyota que ella cría, Jesusa lo siente mucho y llora, siente mucha tristeza, dolor por la muerte de su coyota, después ya no quiso criar más animales para ya no encariñarse y después sufrir tras la pérdida.
- 6.- En 1915, Jesusa queda viuda a los 17 años, reacciona con sentimientos encontrados; por una parte, tiene tristeza y coraje porque es la quinta vez que se enfrenta a la muerte de alguien cercano,

por otra parte, siente alivio al volver a ser libre y tener el control de su vida, poder hacer lo que ella quiera, su cuerpo es liberado.

Jesusa salía gustosa con un banquero, pero nunca se visualizó casada con él, aunque insistiera el señor en casarse con ella, ella se imaginaba con el paso del tiempo que el señor se aburriría de ella y la desearía, como objeto viejo, mientras el cuerpo estaba joven estaría bien, pero cuando se acabará la emoción y el interés por ella la dejaría y ella no quiere volver a enfrentar la pérdida y el abandono, así que decide rechazarlo.

Cuando Perico el niño que crio, creció, escuchó malos consejos y abandonó a Jesusa, ella volvió a sentir la tristeza de su vida, pero continuó su camino.

Ante el dolor y sufrimiento las palabras se rompen en quejidos que denuncian que aquello no tiene sentido, que no se puede juntar y nos resistimos a unirlo, esa antigua armonía se convierte en guerra, por motivos que desde dentro y desde fuera muestran que en la vida hay un resto inevitable de guerra, discordia y separación (Marín, 1997).

Negación de emociones

Jesusa no muestra tristeza cuando su padre muere debido al alejamiento ente ambos, niega emociones verbal y corporalmente.

Jesusa a sus 13 años se manifiesta tranquila, sin miedo en el primer temblor que vive en 1911, a pesar de haber sido uno de los más fuertes, siguió fría y dura ante tal suceso que por naturaleza tenía que haber cimbrado su percepción de la vida o mover sus emociones, se ensimisma, opta por cerrarse, su cuerpo es rígido, no muestra ningún afecto o cualquier manifestación emocional que la hiciera sentirse vulnerable.

Jesusa nace en Miahuatlán, Oaxaca en 1898, pero no siente el arraigo por su tierra porque no se crio ahí, como siempre anduvo de un lado para otro, no conoce nada representativo de su lugar de origen que le de orgullo, tampoco se siente mexicana, ni de ninguna parte, porque dice que no tiene dinero y que en México si no tienes dinero no eres nadie, no vales nada, y menos ahora que tiene más años, ella se menosprecia así misma, se dice basura a la que nadie respeta, a la que también los perros orinan y que va a vivir de lo que Dios disponga. En el año de 1922, Jesusa de 24 años, en la primera etapa de la adultez, con un cuerpo joven y decepcionada por la vida que ha

llevado, niega cualquier emoción. Esto sucede como dice Marín (1997) porque hay historias de lo que se es, hay personas que sólo evitan romperse negando lo que no pueden integrar.

Violencia

Jesusa es violentada a lo largo de su vida; primero por su madrastra se siente desolada, triste y enojada por esa vida llena de golpes, su cuerpo es el de una niña delgada, pequeña, de tez morena, desaliñada, con marcas en el cuerpo a consecuencia de los golpes recibidos.

Más adelante por el marido, Jesusa aguanta por mucho tiempo la agresión física, psicológica y verbal con resistencia, fuerza, mostrando su resiliencia al dolor, malos tratos, golpes, ofensas, suciedad, primero aguanta por miedo, después para ocultar su sufrimiento.

Jesusa ante la violencia psicológica y verbal que ejercen sobre ella en el trabajo como empleada doméstica, responde de la misma manera tanto en su lenguaje verbal como en su lenguaje corporal agresivo.

Una vida suficientemente larga y desafortunada (como la de Jesusa Palancares) puede parecerse mucho a la postguerra: quedan los escombros, escombros que pueden usarse de atreverse a reconstruirse, a recontarse (Marín, 1997).

Alegría y amor

Busca a su cuñada como esa imagen materna de la que carecía, sólo frente a ella se muestra como la niña que es, pequeña y amorosa, cuando nace su sobrina ella siente mucha dicha, abre sus emociones de alegría y amor.

Jesusa expresa alegría al estar enrolada en los combates revolucionarios desde los 14 años, le gusta la revolución y no le tiene miedo a nada, su cuerpo pleno, contento, se abre y se llena de júbilo por tener la oportunidad de estar junto a su padre y hermano como una familia (padre-hijos). En su adolescencia manifiesta su alegría cantando, pese a lo duro de su vida no pierde esas ganas de vivir, de convivir con sus compañeros y agradece los actos de amor y cuidado hacia ella.

A Jesusa le toca estar en la época de nevadas en el norte entre Ciudad Juárez y Villa González, ella se divierte y siente mucha alegría estando en la nieve.

Disfrutaba y mostraba a través de su cuerpo alegría cuando su marido le leía novelas porque así aprendía nuevas cosas a través de la lectura, ella lograba comprender al poder responder a los cuestionamientos que le hacía el marido al terminar de leer. A Jesusa la literatura le dio sentido a su propia existencia, el pensar para lograr expresar al mundo en palabras.

Los domingos de cine verdaderamente disfruta, vive, su cuerpo y mente se trasladan a otro contexto, otro espacio, se siente parte de la película al estar en compañía de los otros, los actores que actuaban en la película, las otras personas que iban al cine, un acompañamiento, aunque no se conozcan, con poco dinero visualiza las emociones de estos otros que se hacen presentes por la película. Una forma de contrarrestar sentimientos dañinos, es a través del arte que brinda a la persona la posibilidad de expresarse sin limitaciones, y poder sobrellevar varias cargas que cada uno tiene consigo mismo, el arte nos permite liberar conciencia, alma y emociones.

Jesusa manifiesta alegría y amor hacia una coyotita a la que cría como un perrito, la coyotita le demuestra mucho afecto y la defiende de todos.

Se refugia en las bebidas alcohólicas, se siente alegre al anestesiar la vida miserable y eludir su realidad de pobreza, se desinhibe, canta y baila al sentir el calor de la bebida, el calor de los cuerpos de aquellos que la acompañan en el vicio.

En la Ciudad de México, regresa a cuidar en sus últimos días a una persona mayor que le decía que era su abuela, se queda a su lado y no la abandona por compasión y cariño.

Jesusa siente alegría y amor al vivir la experiencia espiritual desde otro plano existencial, que le da la apertura del misticismo, magia, fe, religión, al sentirse guiada por su ser protector, sentir paz y alegría, Jesusa muestra interés por adquirir conocimientos nuevos, compromiso, responsabilidad. Cambió de vida al dejar de tomar bebidas alcohólicas que anesthesiaban su dolor y se creía alegre, dejar de pelear. Fuerza de voluntad para vivir de manera distinta, queda enamorada de la obra espiritual, se adentra más, al iniciarse en eso se le presentan visiones que comparte y llora mucho porque le da mucho sentimiento, sus ojos se inundan de lágrimas, al conectar con sus pensamientos, sentimientos y lo externa físicamente por medio de su lenguaje corporal y con ello saca todas las emociones que venía guardando dentro de su ser, un cúmulo de emociones que debía expresar para sentirse mejor y así lo hace, por años ella no había llorado, desde la muerte de

su hermano, para Jesusa los años adentrada en la obra espiritual son los años más felices de su vida, porque estando ahí cuidaba de ella misma, se preocupaba y ayudaba al prójimo que acudía a la obra espiritual.

Jesusa manifiesta el fuerte lazo maternal que se formó entre ella y Perico durante el tiempo que lo crio, que fue desde 1944 que se quedó huérfano a los 4 años de edad; y hasta finales de 1951, cercano a cumplir 14 años. Ella trabajó duro para mantenerlo, lo llevó a la escuela, se preocupaba por su alimentación, por su ropa, le ayudaba a hacer su tarea, le daba dinero para gastar en la escuela, lo llevaba al cine, lo castigaba cuando se portaba mal, le daba consejos para que fuera un hombre de bien.

Para 1968, Jesusa de 70 años ya sólo quiere paz, tranquilidad, ya no pelea, ni se enoja como antes, ha vivido su vida según su voluntad y los años la han hecho pensar en su persona y cuidar de sí. Se puede correr el riesgo de que la religión sea enajenante, y en lugar de liberar oprime. Pero en Jesusa la religión le trajo consuelo y es por ello que comparte su vida. Marín (1997) explica que cuando las personas cuentan historias, sacan sus penas, cantan, se consuelan, imaginan el futuro, se regalan cosas, se dan noticias y más, esto permite comprender algo del mundo, es la mejor memoria, y que experimenten así un poco de compañía y de comprensión de sí mismos, las creencias religiosas también significan reunión y es posible encontrar consuelo al sentirse en contacto con el divino Dios, a quien se le ha adjudicado la misión suprema de justicia y misericordia, la paternidad, si se trata de encontrar lo más divino que hay en nosotros, los humanos renuncian antes a la pretensión de una justicia perfecta que a la misericordia infinita.

Enfrentar situaciones complicadas

La niña Jesusa a partir de este primer enfrentamiento con el sentimiento de pérdida y abandono, enfrentar a la vida misma, envuelve a su cuerpo en un fuerte caparazón, manifiesta ante los otros su enojo y dolor con agresividad, crueldad, siendo insensible, mata animales que se encuentra en la naturaleza, es indiferente con el valor de la vida de los animales pequeños e inofensivos, hace daño como manifestación de su inconformidad a tener que asumir responsabilidades que no eran propias de su edad y nunca vuelve a jugar porque ahora ya no puede ser niña debe ser una adulta pequeña muy fuerte que sobrevive al ambiente hostil (Marín, 1997). Las primeras historias nos

dicen lo que somos, las recibimos como una vestimenta de la primera forma de estar en comunidad, ser un alguien en relación con el otro, descubrir el uno mismo, el yo.

Con la presencia de su hermana mayor siente miedo, rechazo, una sensación desagradable de peligro, ansiedad, desconfianza que le genera por su apariencia física, raquíca y sombría, Jesusa se protege, se defiende y la agrede por instinto, sin el uso del razonamiento lógico, se distancia para evitar el contacto con el otro; se olvida de su arreglo personal, es desaliñada, sucia, con falta de cuidado hacia sí misma.

El miedo de Jesusa frente a situaciones complicadas lo supera al afrontar a una mujer del batallón que siempre la molestaba; posteriormente, ya expresa lo que le molesta en el batallón, saca su enojo con los compañeros revolucionarios por el acoso hacia su persona al ser para ellos atractiva y llamándola la reina Xóchitl. También ahora si el padre la regaña ella se transforma y reacciona en forma violenta, siempre a la defensiva por el enojo y resentimiento que siente hacia él porque lo culpa de la muerte de su hermano al habérselo arrebatado.

Cuando Jesusa se enoja, su cuerpo lo expresa con ira, gritando, golpeando, como lo hace por el abuso de poder que ejercen sobre su persona, quitándole su derecho a la libertad al casarla con un militar a los 15 años en plena adolescencia aun en contra su voluntad, por miedo aguanta la mala vida que le da el militar, pero el día que no puede sobrellevarlo más, decide levantar su cuerpo lleno de marcas, muy lastimado, y enojada confronta al marido con un arma pensando en matar o morir: “El valiente vive hasta que el cobarde quiere”. A partir de hacerle frente a la situación, su vida cambia y deja de ser la víctima violentada. Posteriormente, encuentra al marido con la amante y el cuerpo de Jesusa se llena de rabia por ser la burla de él, expresa su enojo golpeando, lastimando y desfigurando el rostro de la mujer con la que la engaña.

En la Ciudad de México, se siente vulnerable, su primera impresión de la capital es “aquí roban y no se preocupan por los demás”, está en una ciudad desconocida, su situación es desfavorable al robarle todas sus pertenencias desde que llega, su cuerpo se contrae por la tristeza y el enojo de enfrentarse a la adversidad. Jesusa afronta su miedo saliendo todos los días a las calles a buscar trabajo. Un día una joven le pregunta a dónde va todos los días, Jesusa le responde que va a buscar trabajo, la joven se da cuenta que Jesusa no sabía leer y le muestra los letreros de “se busca

servienta” y la invita a comer, Jesusa se siente muy contenta por la ayuda, porque su cuerpo ya estaba a punto de desfallecer al tener varios días sin comer.

Al quedar viuda joven a los 17 años, Carranza no le quiere pagar su pensión de viudez, ella siente un gran enojo que le recorre el cuerpo, y su cuerpo explota manifestando su molestia porque están violando sus derechos y porque necesitaba el dinero, pero se va y trabaja para sobrevivir.

El trabajo de tejido de pelucas es un oficio que nunca le gustó por el asco que le provocaba el pelo de difunto, pero superó esa repulsión y lo realizaba para mantenerse.

Entra a laborar en una fábrica, y al ser la nueva del lugar la amenazan con maltratarla si no accede a tomar y comprar las bebidas a sus compañeras, eso hace que su cuerpo tiemble a causa del miedo, el mismo miedo la obliga a establecer empatía con sus compañeras y cae en el vicio.

Cuando trabaja en el burdel Nezahualcóyotl, ella enfrenta los pleitos con los clientes impertinentes, con su temple de fortaleza, su carácter recio, hace frente a los borrachos del lugar, los expone, burlándose de ellos y termina corriéndolos.

Jesusa pelea si le contestan mal, la hacen enojar, su cuerpo es intolerante, se siente frustrada y explota. En una ocasión, en un mercado de Oaxaca, con una vendedora de cerámica que abusa en los precios elevados y ofende a su persona, se enoja al grado de querer hacer daño, le rompe los platos en la cabeza y luego baila sobre los trastes.

Jesusa vivió en la vecindad de Magueyitos en el año de 1939, se pelea y se va, después el gobierno los sacó de ahí y los fueron aventar a lo que es hoy la Joya y cada quien se quedó con un pedazo como terreno propio. Jesusa por el enojo y el pleito se fue y se quedó sin terreno.

Después de diecisiete años, regresa el hijo que se fue, pero ahora Perico tiene treinta años, es un hombre aprovechado que sólo quiere quitarle lo que pueda para su beneficio, Jesusa siente tristeza y enojo, por lo que deja de creer en los hombres y decide ya sólo ver por ella misma.

En su juventud era muy peleonera, reñía por cualquier cosa, dejó de hacerlo ya en la adultez mayor en busca de vivir con tranquilidad. Marín (1997) dice que la fragmentación es un impedimento en la realidad, se nos presenta como un problema o como una situación que no tiene salida. Salida en latín se dice “exitus” y en griego “éxodo”, por eso las soluciones son una

liberación y un éxito. Encontrar una solución es componer lo que antes estaba disperso y ahora se dispone de forma adecuada consigo mismo y con lo demás.

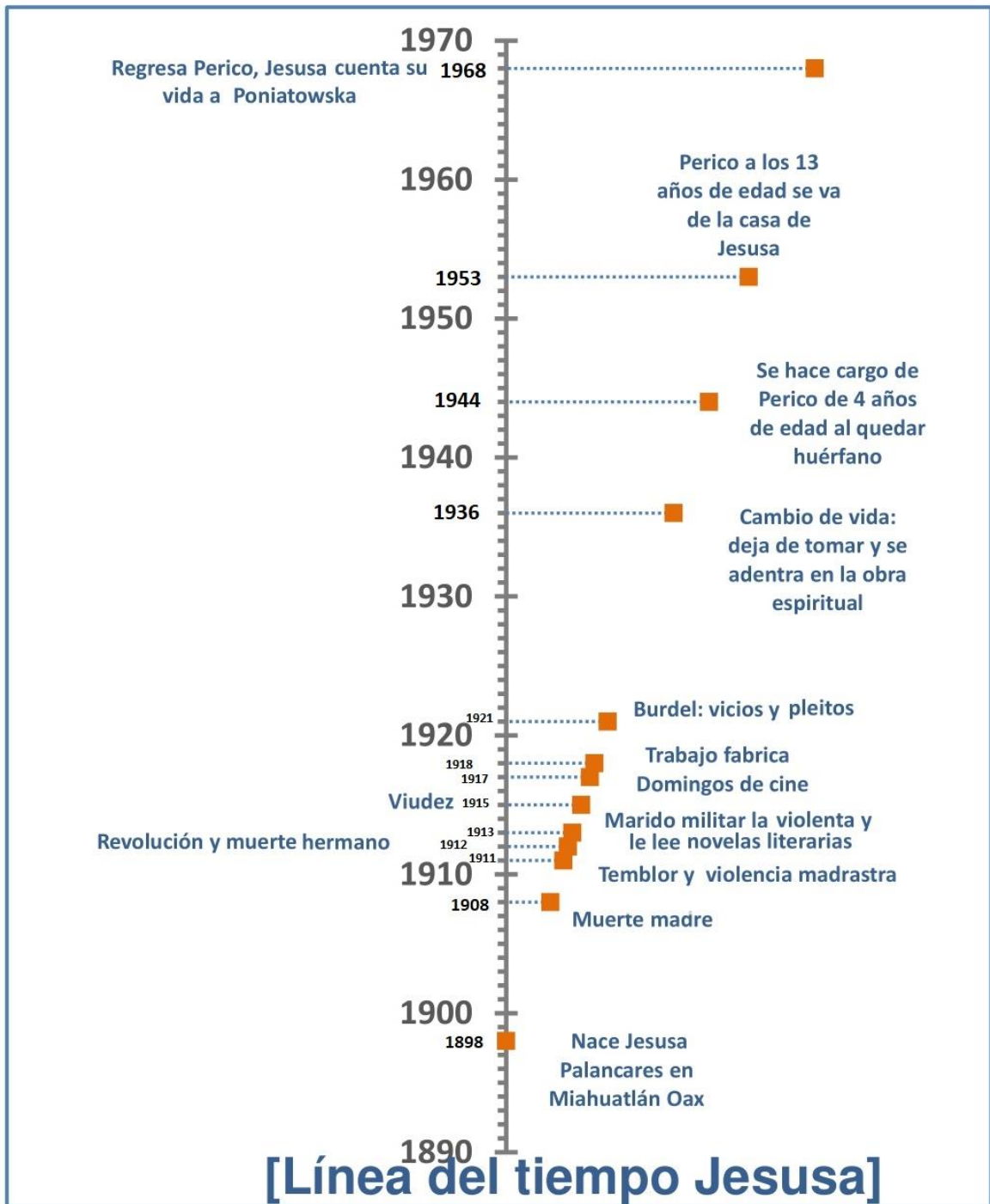
Problemas de salud

Jesusa presentaba problemas de salud al no poder dormir en las noches, sufría intensos dolores articulares a causa del frío extremo al que sometía a su cuerpo estando en la nieve por largo tiempo sin cubrirse. En su primer trabajo, en la Ciudad de México, debido a las mojadas de todos los días por lavar las paredes y los pisos de una cocina, le dan “reumas”, tiene un intenso dolor, su cuerpo se va debilitando y llora mucho.

Trabaja en una cocina grande en donde había mucha humedad y de ahí le resultó el dolor de pies, llora, sufre y aguanta el dolor para trabajar y mantenerse. Cierto día, un cilindrero que pasaba tocaba “El Señor de Chalma” y ella le pide al Señor de Chalma que la cure. Un día soñó con un doctor que le decía que aliviaría sus dolencias; el doctor sigue visitándola por las noches, le calmaba el dolor sólo por un rato, suplica con fe a un santo de la religión católica que le quitara el dolor de pies, renuncia al trabajo para mejorar.

Jesusa enfermó estando triste (al tener las defensas bajas se está más propenso a enfermar), se enfermó tras no expresar sus emociones tras irse Perico, le salió una bola y se le hinchó todo el lado izquierdo, pierna, brazo, cara, y resultó ser sífilis. Le dieron veintidós inyecciones. De acuerdo con Marín (1997) el talón de Aquiles es por donde se es vulnerable y eso mantiene dentro de la humanidad, aunque a veces cueste reconocerlo.

Figura 3. Línea del tiempo



Fuente: Elaboración propia

Figura 4. Acontecimientos relevantes

Año	Acontecimiento	Edad
1898	Nace Jesusa Palancares en Miahuatlán Oax	0
1908	Muerte madre	10
1911	Temblor y violencia madrastra	13
1912	Revolución y muerte hermano	14
1913	Marido militar la violenta y le lee novelas literarias	15
1915	Viudez	17
1917	Domingos de cine	19
1918	Trabajo fabrica	20
1921	Burdel: vicios y pleitos	23
1936	Cambio de vida: deja de tomar y se adentra en la obra espiritual	38
1944	Se hace cargo de Perico de 4 años de edad al quedar huérfano	46
1953	Perico a los 13 años de edad se va de la casa de Jesusa	55
1968	Regresa Perico, Jesusa cuenta su vida a Poniatowska	70

Fuente: Elaboración propia

Análisis textual del contenido del relato por medio de una estrategia abordada desde la narrativa.

¿Cómo se presenta el personaje?

El personaje en el relato es protagonista y habla de sí en primera persona, se presenta de diferentes maneras dependiendo la situación donde se encuentra, por ejemplo, la primera descripción que hace de sí misma cuando muere su madre, dice que a partir de ese día no volvió a jugar, que se volvió desconfiada, peleonera, cruel con los animales indefensos, más adelante cuando conoce la obra espiritual siente alegría, paz y amor. Jesusa, al hacerse

consiente de los cambios que trae consigo la vejez, decide modificar sus manifestaciones lingüísticas y corporales, ahora su orientación se ha expandido por los conocimientos adquiridos en su experiencia de vida y decide invertir su energía en descansar en la casa donde renta que es su espacio, su ambiente seguro, es la manera en la que ella decide pasar los años que le queden por vivir, es su forma de saborear la vida. Al hablar de la construcción de la identidad de sí mismo cabe destacar que la experiencia humana crea también conflicto al estar relacionada con la vida, con el cambio corporal y mental que se contradice con la mismidad, con la inmutabilidad de un núcleo personal, la identidad no es permanente, emerge cuando hay presencia de la otredad, esta identidad narrativa es un yo y nosotros, implica a los otros.

Relación con los “otros significativos” en el relato

Al observar la relación Jesusa Palancares con el otro a lo largo de su vida debemos de situarnos en el presente de la protagonista y remontarnos a ese pasado que influyó para la construcción de esta persona adulta mayor, analizar a detalle las repercusiones de los acontecimientos que marcaron su proceder, como lo es la pérdida y el abandono durante toda su trayectoria de vida.

Co-protagonista

El señor Manuel Antonio Mesmer (fraile; y guía espiritual) es quien ayuda a Jesusa curándola de la enfermedad al filo de la muerte, la apoya y le enseña el camino para lograr estar en paz consigo misma y con el otro, desde ese momento empezó a cuidar de sí.

Antagonista

El marido de la protagonista Jesusa Palancares es el antagonista porque se impone a la realización como persona dela protagonista, porque él no quiere que se realice y obstaculiza su libertad, ella no quería casarse, lo que le gustaba era estar en la revolución por la defensa de sus ideales de manera libre, a lo que se opone su marido, por la lucha de género, pensando que por ser hombre tiene el poder, el control y la puede someter para ser sumisa, por eso le da malos tratos, la sobaja para coartar su libertad.

Espacialidad

Para Jesusa a la edad de 10 años, tras la muerte de su madre el espacio se volvió hostil y amenazante, al tener que ir de un lado a otro, esos lugares, esos espacios donde no se sentía protegida, y de pronto llega a vivir a un lugar donde no pasó hambre, ni frío, tenía un techo donde vivir, ropa, comida, ahí con su madrastra se sentía cómoda, y si le pegaba la madrastra le decía que era para que entendiera y para seguir adelante, para ella el ser maltratada era normal, pues dada las condiciones socio-culturales de la época aceptaba el maltrato a las mujeres como parte de su preparación para la vida.

Motivos para y porqué de la acción

Los motivos “para qué” en la narración de los sucesos del pasado: contar ese parteaguas en la vida de la protagonista, el antes y después de la obra espiritual ayuda a comprender su manera de proceder y su posición en ese pasado, lo que era, la influencia de ese pasado en su desarrollo personal.

Los motivos “por qué” en la narración: situarse en el presente, a partir de ese suceso, el momento del cambio, de la preocupación por su persona, y como se fueron dando las cosas para llegar a esta adultez mayor y cuidar de sí.

Adhesión a un orden moral en el significado de las tipificaciones y recetas

El pensamiento del orden moral, desde el pensamiento machista, se presenta en la protagonista con esta idea de sumisión, al normalizar la violencia contra la mujer como parte de la vida, vulnerabilizándola en los constructos sociales; estos prejuicios que se deben trabajar para romper con estereotipos, porque la cuestión de género no es sinónimo de violentar.

Capítulo 3

Manifestación de las emociones y cuidado de sí del adulto mayor

Este capítulo aborda la manifestación de emociones en las personas adultas mayores, el cómo son las emociones con el transcurrir de los años, y si existen o no cambios internos y externos en la vejez.

3.1. Experiencia de vida y emociones en la vejez

Siguiendo con el tema de la experiencia, Jorge Larrosa en su texto *Experiencia y pasión* (Larrosa, 2003) nos habla desde Aristóteles que definió al hombre como hombre viviente de palabra, e interpretando a Aristóteles el hombre es palabra, todo lo humano tiene que ver con la palabra, la palabra le da sentido a la vida, es movimiento del cuerpo, voz, la voz del cuerpo, la voz hablada, la voz escrita se debe hacer presente a lo largo de toda la vida y las personas mayores comparten su voz viva, una voz llena de pasión, ligada a las vivencias de los adultos mayores que les permite decir, sentir, y para comprenderlos debemos elaborar un pensamiento en la educación a lo largo de la vida, en donde se tenga claro que la experiencia es algo que no se puede atrapar, es pasional, confusa, que se transforma con el vivir; a diferencia de la razón que tiene que ser pura, ideas claras, el saber está en otro lugar distinto. Los únicos que tenemos pasión somos las personas y los animales y cuando uno se apropia de un conocimiento, cuando se encarna, es cuando se vuelve experiencia. Por tanto, el conocimiento desde la lógica es ajeno a la pasión, la pasión es vida.

La experiencia es ligada a la vejez porque como lo plantea Jorge Larrosa (2003), está relacionada con el vivir, y por tanto nos acompaña a lo largo de la vida, al igual que las emociones, las cuales acompañan al ser humano desde que nace hasta que muere, y no son propias de una etapa de la vida. Algunos psicólogos utilizan la palabra MATEA para nombrar a las cinco emociones básicas en el ser humano y éstas son: miedo, alegría, tristeza, enojo y amor; partiendo de estas emociones básicas, es fundamental resaltar la importancia de un buen manejo y control de las emociones para el bienestar y la armonía personal, particularmente en las personas mayores que es en las que se centra esta investigación.

Autores como Banham, (1951), Cumming y Henry, (1961) y Rimé (2011), plantean que la vejez es el momento en que se debilita la intensidad de las emociones, donde la expresión se vuelve más rígida y donde se establece una especie de quietud emocional.

Hay otros autores en contra de estas visiones, como por ejemplo Labouvie – Vieff y sus colegas que defienden la idea de que todo crecimiento en edad corresponde a un crecimiento en el desarrollo del yo (Labouvie – Vieff y Blanchard, 1982; Labouvie-Vieff y Devoe, 1991). Partiendo desde esta postura, la comparación de los grupos de edades debería revelar en los individuos con más edad una complejidad emocional superior; mejor capacidad de autorregulación de las emociones y mejor comprensión de los estados emocionales. Desde esta visión: los individuos con más edad tienen una complejidad emocional superior, mejor capacidad de autorregulación de las emociones y mejor comprensión de los estados emocionales. Otra postura similar a la anterior, es la teoría de la selectividad socioemocional; según esta teoría, a medida que los individuos se aproximan al final de su vida, la capacidad emocional de los contactos sociales tendría prioridad sobre otras funciones que han sido preponderantes hasta este periodo, como la adquisición de saber o las funciones básicas de supervivencia (Carstensen, 1987, 1991; Rimé, 2011).

Existen diferentes teorías sobre la concepción de las emociones en la vejez, en las cuales se plantea que en esta etapa las personas se convierten en especialistas de la vida emocional o que se acrecientan de manera considerable las emociones.

Rimé, Finkenauer y Sevrin (1995), realizaron un estudio al que llamaron el *método del diario* con tres grupos de personas, dos grupos de adultos mayores, con edades entre 62 y 72 años y de 76 a 94 años, y el último grupo con edades entre 24 y 40 años. Durante cinco días consecutivos los participantes escribieron un diario antes de acostarse, en el cual registraban su experiencia emocional más importante del día. Los diarios presentaron diferencias notables entre los más jóvenes y los de edad avanzada. Las manifestaciones emocionales parecían más claras o mejor definidas en las edades más avanzadas, tenían un mayor control de sí mismas, por tanto, los resultados eran coherentes con las concepciones según las cuales las personas de edad avanzada tenían mayor estabilidad emocional (Rimé, 2011).

En relación con estudios realizados, se han encontrado diferencias emocionales asociadas con la edad, y se puede decir que las personas mayores controlan mejor sus emociones aun en situación

de riesgo, como lo es un desastre social, el deterioro emocional en cada persona es diferente, pero tiene una estrecha concordancia con la forma en que se ha vivido, por ello la manera más recomendable de vivir para llegar en buenas condiciones a la vejez es el reconocimiento de las emociones, y expresar con emociones positivas las emociones negativas que se puedan encontrar en uno mismo.

Asili (2004) siguiendo por el camino humanista de las emociones y Maslow (1970-1954, 1971) con su teoría de los actualizadores del *yo* dicen que son aquellas necesidades psicológicas de crecimiento, de desarrollo y potencial humano, que al llegar aquí se tiene asegurada la felicidad, y para llegar aquí se tienen que cubrir las demás necesidades, las primeras son las necesidades fisiológicas como comer, dormir, las segundas son las necesidades de seguridad, éstas deben satisfacerse para que las de afecto, amistad y amor puedan alcanzar toda su intensidad y entonces se llegue a las necesidades de autoestima, que dan paso al más alto nivel de los actualizadores del *yo*, en donde intervienen muchas circunstancias psicológicas, sociales, económicas y culturales que permiten satisfacer o no las necesidades para alcanzar la actualización del *yo*, la gran mayoría de los seres humanos sólo alcanzan algunas de las características del actualización del *yo*, tan valiosas para las personas a lo largo de toda la vida, así como para una ancianidad feliz.

Con el transcurso de los años, las personas van acumulando una larga historia de vida y en ello recae también la forma de respuesta ante diversos sucesos. Al enfrentarse las personas mayores a las pérdidas sería lógico que al experimentar dichos sucesos, se generen en ellos reacciones afectivas negativas, como depresión, soledad, sufrimiento, de acuerdo a los estudios realizados, enfrentar estas alteraciones afectivas negativas debería ser más alta en la vejez, pero se ha demostrado que no necesariamente es así. Las personas mayores no son menos felices, ni tienen menos bienestar o satisfacción que los jóvenes (Fernández-Ballesteros, 2004).

La yuxtaposición de pérdidas y los niveles de bienestar han sido llamados la “paradoja de la felicidad” o “paradoja del envejecimiento” (Cartensen, Mikles & Mather, 2006; Fernández-Ballesteros, 2004).

El funcionamiento emocional durante la vejez, las experiencias y la regulación emocionales influyen en el estrés emocional y la expresión de emociones, presentándose de la misma manera en la vejez como en la juventud. Los componentes básicos de la emoción: la experiencia subjetiva,

la expresión y patrones de respuesta fisiológica cambian poco con la edad, pero hay aspectos de la experiencia emocional donde sí se han observado diferencias (Skinner, Edge, Altman & Sherwood, 2003; Fernández-Ballesteros, 2004).

Las personas mayores presentan menor respuesta fisiológica, así como menos experiencias emocionales negativas de rabia, frustración o tristeza y mayores experiencias emocionales positivas de alegría y amor. Los niveles de satisfacción con la vida no son menores que los de las personas jóvenes.

Hay ganancias en la regulación de las emociones. Los mayores tienen más control emocional, además de una mayor complejidad y riqueza emocional, como la ocurrencia de afectos positivos y negativos (Cartensen, Mikles & Mather, 2006; Fernández-Ballesteros, 2004).

Fernández-Ballesteros (2004), interpretando la paradoja de la felicidad en la vejez, señala que existen muchos factores como el contexto de vida, la condición socioeconómica, el estado civil, entre otros, influyen en los afectos de la vejez y no así la edad de las personas.

Una de las explicaciones que se ha dado a esta paradoja de la felicidad es que las personas se habitúan, y al habituarse las condiciones de vida finalmente se asumen como normales y así son más toleradas.

Una persona evalúa los eventos que enfrenta de acuerdo con su nivel de vida y no desde parámetros absolutos, respecto a esto se ha planteado esta hipótesis: “Los adultos mayores estando en condiciones de salud deficientes, se ven a sí mismos como saludables y se sienten satisfechos” (Lazarus&Folkman, 1984; Fernández-Ballesteros, 2004, p. 36).

Cartensen, Mikles&Mather (2006) y Fernández-Ballesteros (2004) dicen que se han desarrollado teorías en el marco del envejecimiento que aportan a la comprensión de esta paradoja del bienestar, como lo es la Teoría de la Selectividad Socioemocional de Cartensen. Esta teoría plantea que con los años las personas reducen el número de relaciones sociales para concentrarse en aquellas que resultan más importantes y significativas. Lo central de esta teoría está en la motivación que se tiene al percibir el tiempo de vida restante en la medida que se envejece, a diferencia de la juventud, en la que el tiempo se percibe infinito y las personas se dedican a expansión de sus horizontes, relaciones y conocimientos, en la vejez cuando se percibe el final, las

personas se motivan a la búsqueda de satisfacciones emocionales, invierten su tiempo en ámbitos seguros, en relaciones más profundas y en saborear la vida.

Desde la motivación se puede interactuar entre cognición y afectos que se presentan con la edad. Las personas mayores tienden a emplear el área cognitiva para la regulación emocional, que puede llegar a ser en cierto modo automática, en cuanto a la memoria, se observa que con el envejecimiento disminuye la memoria de trabajo, hay evidencia de rendimientos equivalentes entre personas mayores y jóvenes frente a información de carácter emocional (Cartensen, 2006; Fernández-Ballesteros, 2004).

Como bien señala Belsky (2001, p. 205): “La motivación puede compensar la pérdida de memoria, al focalizar selectivamente la atención cuando se trata de pedir a un joven o a la abuela de 70 años que se acuerden de dar de comer a las mascotas, muchas veces confiamos más en la persona mayor”.

Las personas mayores también viven plenamente sus emociones, aman, ríen, lloran, se enojan y lo expresan lingüística y corporalmente, siendo estas expresiones emocionales las que contribuyen en menor o mayor grado para el cuidado de sí.

3.2. El cuidado de sí

Michel (2009) parte de la afirmación de que en la época moderna la verdad comienza a partir del momento en que lo que permite acceder a lo verdadero es el propio conocimiento y solamente él. Continúa la reflexión diciendo que Ricoeur hace de la interpretación el modo de ser por excelencia del ser y del actuar que somos. Esta filosofía del animal hermenéutico participa en el regreso o renovación de la preocupación por el cuidado de sí.

El proyecto de Ricoeur, continúa Michel, construye lazos entre conocimiento de sí y transformación de sí mismo. La filosofía de la mediación de Ricoeur nos dice que el sujeto en la realidad no es un sujeto en el sentido sustancialista, es una exigencia de la transformación para adquirir más transparencia con respecto a sí mismo, a esa apelación por la transformación Ricoeur la denomina la tarea que es el reivindicar una filosofía mediata del sujeto, le reclama a cada uno que se cuide a sí mismo, que se ocupe de sí. Al alejarse de una reflexividad inmediata sobre sí, al tomar esas mediaciones, es posible esperar un mejor conocimiento de sí mismo.

Para ello, Ricoeur propone estudiar las mediaciones por las cuales el sí se da al mundo, tarea propia de la hermenéutica:

Es tarea de la hermenéutica mostrar que la existencia sólo llega a la palabra, al sentido y a la reflexión si procede a una exégesis continua de todos los significados que llegan al mundo de la cultura: la existencia sólo se convierte en un sí mismo -humano y adulto- al apropiarse de ese sentido que reside ante todo “afuera”, en las obras, en los monumentos culturales, donde la vida del espíritu resulta objetivada (Ricoeur citado por Fiasse, 2009, p.65).

Continuando la exposición sobre el cuidado de sí en la hermenéutica de Ricoeur, Michel (2009) nos proporciona un sustento para afirmar que el trabajo de este cuidado permanece en la vejez pues:

... el sujeto gana en dominio y lucidez a medida que efectúa esta exégesis continua de sí, ese aprendizaje los signos de la existencia humana. Y ese cuidado de sí no tiene fin. En ese sentido, se puede decir que no existe sujeto en Ricoeur, si se entiende por “sujeto” una concepción fija, inmutable, sustancialista del ser.

De lo que tenemos que ocuparnos, nos dice Ricoeur es del “devenir humano y adulto”. Ese mandato no concluye en un momento bisagra de nuestra existencia. Tenemos que preocuparnos por nosotros mismos, humanizarnos y salir de la infancia a lo largo de toda nuestra existencia, durante tanto tiempo como podamos llevar adelante una actividad interpretativa (p. 65).

De acuerdo con Michel (2009), Paul Ricoeur es quien incorpora a la hermenéutica las preocupaciones críticas de las ciencias humanas, y bajo esta concepción es de suma importancia involucrarnos en prácticas del cuidado de sí de las personas adultas mayores en donde lo más importante sea la persona mayor, aplicando estrategias que pongan atención en todos los procesos que se presentan en la vejez.

Construyendo y tejiendo la idea del cuidado de sí en la persona mayor desde la dignificación de la persona a través de una mirada hermenéutica, entender a Jesusa, significa comprender cómo logró dominar su temperamento en la vejez, este cuidado de sí tiene que ver con la manera en que se controlan las situaciones de afuera hacia adentro para cuidar de sí.

Lo primero que debemos hacer socialmente en la concepción de la persona mayor es trabajar con nuestros prejuicios, un primer momento; el segundo momento es cuando miramos a detalle a esta persona, y preguntarnos ¿quién es?, ¿cómo es?, de ahí se deriva el tercer momento cuando se vislumbra una nueva visión, una nueva figura, un cambio, cuando nos volvemos receptores de

ideas para refigurar, entender al sujeto, comprenderlo y comprendernos con él, hay un proceso de cambio en la manera de mirarlo, no somos él, pero estamos inmersos en el cuidado de sí y de los otros.

Haciendo una reflexión sobre la vida de Sócrates (Foucault, 2010) su filosofía del cuidado de sí y de los otros llevo a cuestionarme sobre la propia existencia humana, en este transitar a través de los años, la concepción y refiguración que cada persona hace de sí misma, cómo va cambiando nuestra manera de pensar, de actuar, de la concepción del cuidado de sí. De acuerdo con Foucault (2010) el cuidado de sí consiste en tomar buenas decisiones y rechazar las opiniones falsas. Tomar decisiones adecuadas porque tenemos cierta relación con la verdad.

Dice Foucault (2010) que es de la vida (bíos) de lo que debemos ocuparnos, de la manera de vivir. En esta práctica de la existencia consiste el cuidado de sí. Rendir cuentas de sí mismo es cuidar de sí. Distinguir lo que se ha hecho bien y lo que se ha hecho mal en la existencia: “No es pues ni la cadena de racionalidad como en la enseñanza técnica, ni el modo de ser ontológico del alma; es el estilo de vida, la manera de vivir, la forma misma que damos a la vida” (p. 159).

El cuidado de sí es una práctica a lo largo de toda la vida:

Me olvidaba de otra cosa: no se trata simplemente de experimentar o formar ese modo de vida de una vez por todas en la juventud, sino –Nicias insiste en ello, y es muy importante- que ese principio de la prueba de vida debe mantenerse a lo largo de toda la existencia. (Foucault, 2010, p. 160).

A partir de esta conceptualización podríamos hacer un análisis en la narración autobiográfica de Jesusa Palancares y explicar de qué manera se aplica a su vida este concepto de cuidado de sí:

¿Cómo se dio la práctica del cuidado de sí a lo largo de su vida?

La primera manera de cuidar de sí fue a los 10 años de edad tras la muerte de su madre ensimismándose, se volvió dura, dejó de expresar emociones positivas, con esta práctica niega su vulnerabilidad. A partir de entonces se muestra dura y fría para ser fuerte al enfrentar la vida sola, nunca vuelve a jugar, asumiendo un rol de persona adulta a su corta edad.

Jesusa al quedar huérfana busca a su cuñada como esa imagen materna de la que carecía, sólo frente a ella se muestra como la niña que es, pequeña y amorosa, cuando nace su sobrina ella siente mucha dicha, abre sus emociones, muestra su alegría y amor.

En su práctica de cuidado de sí es fundamental el enfrentamiento de las pérdidas y abandono desde niña y a lo largo de toda su vida desde la muerte de su mamá, muerte de la sobrina, abandono del padre, abandono de la cuñada, muerte del hermano, muerte de su mascota coyotita, pérdida de su libertad, abandono de su único amigo, abandono de Perico su hijo adoptivo. Estos sucesos son el motivo por lo que decide quedarse sola, y evitar sufrir por el hueco, el vacío, la carencia de amor en su vida que dejan el abandono o las pérdidas de seres queridos.

Jesusa muestra esta práctica de cuidar de sí al enrolarse en los combates revolucionarios desde los 14 años, le gusta la revolución y lo expresa con su cuerpo pleno, contento, abierto y lleno de júbilo por tener la oportunidad de estar junto a su padre y hermano como una familia (padre-hijos). En su adolescencia, previo a su matrimonio, manifiesta su alegría cantando, pese a lo duro de su vida no pierde esas ganas de vivir, de convivir con sus compañeros y agradece los actos de amor y cuidado hacia ella.

Cultiva su mente cuando su marido le leía novelas porque así aprendía nuevas cosas a través de la lectura, ella lograba comprender al poder responder a los cuestionamientos que le hacía el marido al terminar de leer. A Jesusa la literatura le dio sentido a su propia existencia, el pensar para lograr expresar al mundo en palabras.

Al quedar viuda conoce el cine y acude a ver películas los domingos de cine permanencia voluntaria, cultiva su mente y cuerpo, se traslada a otro contexto, otro espacio, sintiéndose parte de la película al estar en compañía de los otros, los actores que actuaban en la película, las otras personas que iban al cine, un acompañamiento, un encuentro social entre el yo y los otros.

Jesusa de joven, cuida en sus últimos días a una persona mayor con la que se encariñó y le dice abuela, la adulta mayor le cuenta su vida, se da una identificación por medio de la narrativa, donde el *cuidado de sí* incluye a los otros; así como la experiencia de vida en la vejez.

Vive la experiencia espiritual desde otro plano existencial, que le da la apertura del misticismo, magia, fe, religión, al sentirse guiada por su ser protector, sentir paz y alegría, Jesusa muestra

interés por adquirir conocimientos nuevos, compromiso, responsabilidad. Cambió de vida al dejar de tomar bebidas alcohólicas que anesthesiaban su dolor y se creía alegre, deja de pelear por su fuerza de voluntad para vivir de manera distinta, queda enamorada de la obra espiritual, y llora al conectar lo que piensa con lo que siente y expresarlo, lo externa físicamente por medio de su lenguaje verbal y corporal, saca todas las emociones guardadas dentro de su ser, un cúmulo de emociones reprimidas que debía sacar para sentirse mejor y así lo hace, para Jesusa los años adentrada en la obra espiritual son los años más felices de su vida, porque estando ahí cuidaba de ella misma, se preocupaba y ayudaba al prójimo que acudía a la obra espiritual.

Jesusa a la edad de 70 años ya sólo quiere paz, tranquilidad, ya no pelea, ni se enoja como antes, ha vivido su vida según su voluntad y los años la han hecho pensar en su persona y cuidar de sí.

¿Distinguió lo que hizo bien y lo que se hizo mal en su existencia?

Jesusa sí distingue lo que hizo bien y lo que hizo mal en su existencia, justo cuando habla de hacer un cambio en su vida por su bienestar y el de los otros, ella reflexiona sobre su existencia, sobre su proceder y el porqué de su actuar, a lo largo de su vida se cuestiona al respecto.

Jesusa decide rechazar la propuesta de matrimonio del banquero con el que salía porque se sentía a gusto, pero nunca se visualizó casada con él, aunque insistiera el señor en casarse con ella, ella dice que con el paso del tiempo el señor se aburriría de ella al ser de diferentes clases sociales, y la desearía como objeto inservible, mientras el cuerpo estaba joven estaría bien, pero cuando se acabara la emoción y el interés por ella la dejaría, así que decide rechazarlo. En su adultez mayor dice que fue lo mejor.

Jesusa en su niñez, juventud y adultez joven al enojarse se transforma reaccionando en forma violenta, siempre a la defensiva por el enojo y resentimiento que sentía hacia el abuso de poder que ejercían sobre su persona, quitándole su derecho a la libertad, el día que no puede aguantar más, decide levantar su cuerpo lleno de marcas, muy lastimado, y enojada confronta a sus opresores: la mujer del batallón que la ofendía, más adelante al marido con un arma pensando en matar o morir, los borrachos e impertinentes que le faltan al respeto, viéndola vulnerable. A partir de hacerle frente a las situaciones difíciles su vida cambia y deja de ser la víctima violentada.

Jesusa se da cuenta de su error al pelearse por su carácter tan explosivo y marcharse de la vecindad donde vivía, que más tarde el gobierno les da a los habitantes de ahí un pedazo como terreno propio, por lo enojona, peleonera se fue y se quedó sin terreno.

¿En su experiencia de vida tomó buenas decisiones y rechazó opiniones falsas?

Cuando le toca estar en la época de nevadas en el norte entre Ciudad Juárez y Villa González, ella se divierte, siente mucha alegría estando en la nieve, desconoce cómo arrojarse al estar expuesta a bajas temperaturas, debido a su experiencia de vida y contacto nulo con la nieve. Esto repercute a lo largo de su vida y aunado a su sobreexposición al frío, a la humedad, a mojarse mucho como empleada doméstica, recae en sus dolencias de manos, piernas y pies, sufre de reumas. Al principio calma sus dolencias untándose petróleo caliente por las noches, después le dicen que le están haciendo brujería y que vaya a ver a brujos, haciendo ella caso omiso a esos comentarios, hasta que decide dejar esos empleos donde sólo empeoraba su salud y empieza a cuidarse.

Jesusa no siente el arraigo por su tierra (Miahuatlán, Oaxaca) porque –como anoté en el capítulo 2- no creció ahí, siempre anduvo errante, no considera nada de qué sentirse orgullosa de su comunidad, no se siente mexicana, ni de ninguna parte, porque al no tener recursos económicos, en México no se considera valiosas a las personas, y menos con los años encima. Desde esta percepción, ella se menosprecia, hasta el grado de sentirse como basura, sin respeto de parte de los demás. De esta manera, Jesusa a la edad de 24 años, cuando está en la primera etapa de la adultez, con un cuerpo joven, se encuentra ya decepcionada por la vida que ha llevado, y por conocer a un tío avaro, difiere en opiniones con el dueño de una miscelánea que le dice que no sea tonta y se quede cerca de su tío para que le herede algo, ella niega cualquier interés por recibir algo, toma su propia decisión y sigue su camino como siempre lo ha hecho, sin esperar nada de nadie.

Después de diecisiete años regresa el hijo que se fue, pero ahora Perico tiene treinta años, es un hombre aprovechado que sólo quiere quitarle lo que pueda para que él se beneficie, Jesusa siente tristeza y enojo, pero ha dejado de creerle y sola ve por ella misma.

¿Cómo se ocupó Jesusa de su manera de vivir?

Jesusa permitió ser violentada a lo largo de su vida; primero por su madrastra al sentirse desolada, triste y enojada por su miserable vida al faltarle su madre, y justificar el maltrato de la madrastra como parte del cuidado y crianza al darle techo, comida y ropa. En su juventud, la casan con un

militar que la agrede. En su adultez es maltratada en el trabajo como empleada doméstica. Jesusa aguanta por mucho tiempo la violencia física, psicológica y verbal con resistencia, fuerza, mostrando su resiliencia al dolor, malos tratos, golpes, ofensas, suciedad, primero aguanta por miedo, después por no mostrar su sufrimiento, y responde de la misma manera tanto en su lenguaje verbal como en su lenguaje corporal agresivo.

Jesusa conoce las bebidas alcohólicas por sus compañeras de trabajo, encuentra refugio tomando, al eludir su triste y miserable vida solitaria, se siente alegre con los que la acompañan en el vicio. Con el paso de los años y el deterioro de su salud a consecuencia del alcoholismo, decide dejar de tomar y ocuparse de su persona en mejora de su salud.

Al trasladar estos cuestionamientos a las personas mayores, nos encontramos con otras concepciones, trayectorias y experiencias de vida, un gran número de personas mayores me dicen al hablarles de estas últimas palabras de Sócrates que es perfectamente entendible porque al llegar a la vejez, los intereses son otros, la vida banal queda atrás, y comparten más esta filosofía del cuidado de sí y de los otros, que ahora sólo quieren llevar una vida tranquila, evitar los peligros, el ruido excesivo y cuidar de esta parte espiritual, que acuden a la iglesia una o dos veces por semana para acercarse más a Dios, para que los escuche y los proteja de todo mal, que Dios está en todas partes, pero la iglesia es un lugar bendito y ahí encuentran paz, esa paz que los cura de sus enfermedades como creen que lo hace el Dios Esculapio con Sócrates. Ahora bien, los principios del cuidado con Sócrates se fundan en el Alcibíades que se ocupa del alma; y en el Laques que se ocupa de la vida (bíos), de la manera de vivir. El bíos es la materia ética y objeto de un arte de sí mismo, el examen de verificación de la vida. El bíos como objeto del cuidado, como punto de partida de toda una práctica y toda una actividad filosófica.

En este decir franco las personas mayores rinden cuentas de sí mismos, de la manera en que se vive actualmente, de la manera en cómo se ha vivido, haciendo un balance de la existencia, desde el discurso Socrático, someter la propia vida a lo que él llama la piedra de toque, distinguir lo que se ha hecho bien, de lo que se ha hecho mal, lo que seguimos haciendo en la forma en que se vive y lo que podemos cambiar. El cuidado de sí no consiste solamente en el alma como parte divina en sí, sino en el bíos que es la vida, la existencia, el dar forma a la propia existencia, someter la propia vida a pruebas.

Este decir la verdad en Jesusa Palancares a través de su narrativa en la revolución, su decir veraz de su experiencia en las batallas vividas, y el surgir de otras voces presentes en la vida revolucionaria, y el peligro del relato de otra historia, una historia que ha permanecido oculta para construirnos la imagen de los grandes héroes de la revolución mexicana, inmersos en una sociedad que adora y enaltece ídolos como forma de vida, que de otra manera sería un escándalo, una ruptura con toda la vida aceptada, en este sentido los relatos biográficos manifiestan la *parrhesía*³ del que narra, surgiendo la verdad a partir de su testimonio, como lo expresa la protagonista de *Hasta no verte Jesús mío*, quien se enfrenta a batallas desde pequeña tanto en el terreno personal, social, educativo, de salud, haciendo frente en todo momento desde su posicionamiento en un contexto inmediato haciendo uso de los recursos con que cuenta.

Jesusa al hacerse consciente de los cambios que trae consigo la vejez modifica sus manifestaciones lingüísticas y corporales, ahora su orientación se ha expandido, al observar las relaciones que ha llevado a lo largo de su vida con los otros, y por los conocimientos adquiridos en su experiencia de vida decide invertir su energía en descansar en la casa donde renta, su espacio, su ambiente seguro, ésta es la manera en la que ella decide pasar los años que le queden por vivir, es su forma de saborear la vida.

Al hablar de sujeto y verdad en el relato biográfico de Jesusa Palancares debemos situarnos en el presente de la protagonista y remontarnos a ese pasado que influyó para la construcción de lo que es hoy esa persona adulta mayor, hacer un análisis a detalle de las repercusiones de los acontecimientos que marcaron su proceder, cómo lo es la pérdida y el abandono durante toda su trayectoria de vida, comprender su relación con el espiritismo para ese cambio de vida desde un conjunto de interacciones entre bíos, alma y cuerpo, ese comienzo a preocuparse por sí misma, por cuidar de sí, que viene a ser la construcción de un ethos, una nueva manera de ser, de proceder, sintiendo la libertad consigo misma al prestar atención a su persona y dejar de ser conflictiva, escandalosa, peleonera; la parte que le impedía estar bien con ella misma y con el otro.

Construyendo y tejiendo la idea del cuidado de sí, en la persona mayor desde la dignificación de la persona a través de una mirada hermenéutica, entender a Jesusa, entender cómo logró dominar su

³*Parrhesía* es una palabra griega que significa “hablar franco”, sin reservas, “decirlo todo”, “decir la verdad”.

temperamento (los berrinches) en la vejez, este cuidado de sí tiene que ver con el autocontrol, cómo se controlan las situaciones de afuera hacia dentro para cuidar de sí.

El cuidado de sí también se identifica en la sabiduría popular que tiene la experiencia, desde la implicación de la voluntad como una forma de mejores condiciones de vida, pero que a veces no lo cultivamos, no nos cuidamos. Asimismo, en otras ocasiones las posibilidades contextuales no favorecen las oportunidades para el cuidado de sí.

El análisis del adulto se sitúa en lo verosímil desde lo admitido por la mayoría de la gente, hay una construcción histórico-social del adulto porque se ha construido colectivamente a través de los años y varía de cultura en cultura. En nuestra cultura actual, la madurez y mayoría de edad se combinan para formar nuestro concepto de adulto.

El cuidado de sí tiene que ver con el cuidado del ser, con el cuidado de las medidas de producción y de los bienes de consumo, cuidar de uno mismo y del otro, el decir veraz a través de los actos, tradiciones, prácticas y el discurso, siendo el sujeto una construcción histórico-social, viviente, resiliente, que se ocupa de sí mismo.

Reflexionar sobre la noción del cultivo del cuidado de sí mismo, cuidar de nuestra persona, de manera individual, independientemente de la sociedad a la que se pertenece, valorar nuestra vida, las relaciones con el otro, en familia, amigos, trabajo y nuestro patrimonio como toma de conciencia de uno mismo, con la finalidad de transformarse en la regulación y autocontrol de nuestros impulsos y emociones, actuando con plena toma de conciencia, esta inquietud de sí como un don, un privilegio, un deber y obligación que nos libera de nosotros mismos.

En la concepción histórico-cultural de la vejez han existido gran cantidad de discursos sobre el adulto mayor, discursos que en mayor o menor grado han aportado a la concepción actual de persona mayor, en el comportamiento que se espera del adulto mayor, se ha llegado a encasillar al viejo como sujeto pasivo, que no debe ser extrovertido, que es el abuelito que ya vivió y ahora debe cuidar a los nietos.

De acuerdo a la historia en los modos de ser de la persona mayor, ha habido un cambio primero desde que se está invirtiendo la pirámide poblacional, el mundo se está haciendo longevo y con ello los cambios, la apertura y las adecuaciones sociales en los modos de vida.

Parece ser que el cambio de nombrar al otro tiene que ver con la dignificación. La mirada desde la institución, desde el Estado, cómo se mira al otro, y desde esta visión no podemos generalizar, esto no quiere decir que no actuemos con principios generales, esto tiene que ver con los prejuicios.

Para Gadamer (1999) los prejuicios no son ni positivos ni negativos, estos son parte de ti, te han dado forma, sentido, te dice: míralos, tómalos, conócelos, conócete a ti mismo. Lo primero que debemos hacer socialmente en la concepción de la persona mayor es trabajar con nuestros prejuicios, un primer momento; el segundo momento es cuando miramos a detalle a esta persona, y preguntarnos ¿quién es?, ¿cómo es?, de ahí se deriva el tercer momento cuando se vislumbra una nueva visión, una nueva figura, un cambio, cuando nos volvemos receptores de ideas para refigurar, entender al sujeto, comprenderlo y comprendernos con él, hay un proceso de cambio en la manera de mirarlo, no somos él, pero estamos inmersos en el cuidado de sí y del otro, estamos inmersos en la cultura.

La cultura es inherente a lo humano es lo que nos diferencia y todos los pueblos lo tienen, es un acto humano que nos distingue de la naturaleza y de los animales. El concepto cultura tiene que ver con el rumbo de los actos humanos que una sociedad dice que tienen que ser y eso le va a dar sentido a los actos de la persona, el cómo nos construimos en una forma de ser y vemos al otro, están inmersos el trabajo, los medios de producción, los bienes, es lo que va a ir marcado el rumbo de lo que el hombre (el adulto) debe de ser, las maneras de percibirnos y de nombrar al otro. En la construcción social del adulto interviene el contexto y las sociedades en la formación de los ciudadanos, de buenos seres humanos. Cuando hablamos de cultura estamos hablando de este espíritu del ser que se expresa y que es el ethos, este espíritu de la cultura es un espíritu histórico porque tiene que ver con el ser que se mueve, que cambia.

Al referirnos a cultura popular estamos hablando desde los orígenes del pueblo para nombrar al otro, pero al nombrar al otro desde el pueblo hay temor de la prefiguración, temor al poder, y a medida que vamos enfrentando a la institución de poder y adentrándonos en conocer al otro es cómo vamos dando sentido y configurando desde la mirada al horizonte, al qué hacer, es configurar; en esta investigación es clave la resistencia, las acciones con las que las personas mayores se adaptan, se resisten o cómo es su actuar ante las situaciones de desigualdad que se les

presentan, es algo que no deja de moverse, y aquí interviene la educación que va desde mi relación con el otro, pero también tiene que ver con la institución. Y así interpreto mi entorno inmediato y con ello llego a la refiguración, el tercer momento, que significa llegar a las diversas concepciones que se tienen sobre la vejez, que de acuerdo con cada persona son diferentes.

Vamos escuchando la voz, se va transcribiendo, y entonces cuando se escucha con detenimiento, se va entendiendo y entonces la apertura va a ser diferente para ir interpretando, ponerse en el lugar de uno y del otro, la voz se escucha, se escribe y se interpreta, la oralidad, la escritura y la lectura nos ayudan a entender al otro y debe de haber muchas voces, no para perderse, sino para regresar a la prefiguración, para configurar, pero también para salirse y dar sentido con la refiguración. Seleccionar más la intención de las palabras.

En este cuidado de sí podemos mencionar a Sartre (1961) con su principio fundamental de la libertad del ser, que las personas sean como quieran ser, las personas mayores tienen la libertad de ser, de estudiar lo que deseen en el sentido del ser de la esencia humana.

En esta sociedad humana los rasgos asignados a los adultos mayores son valores que se deben a una larga educación, esta educación la necesita tanto la persona mayor como el niño, y se es adulto en tanto que se es capaz de educarse a sí mismo, teniendo como fin de la educación suprimir al educador, admitiendo únicamente a aquel que el adulto pueda escoger libremente, en donde la tarea del niño es aprender a aprender y cuando es realmente capaz de hacerlo es adulto, una persona apta para la autoeducación, una persona que piensa por sí misma, de la cual ignoramos lo que pensará, tiene la capacidad de ser responsable, por ello ignoramos cuál será su elección, si será la efectiva, pero la tentación de todos los educadores es negar ese límite, querer fabricar adultos, saber con seguridad lo que pensarán y querrán, es decir, fabricar no adultos.

Capítulo 4

Ejercicios de expresión autobiográfica para trabajar talleres con las personas adultas mayores y con las personas educadoras de adultos mayores

Como señalé en la introducción, el objeto de estudio de este trabajo es el papel de la narración autobiográfica para el análisis de las manifestaciones lingüísticas y corporales en el cuidado de sí en los adultos mayores, en el que tendrían que participar también las personas educadoras de adultos mayores en una concepción intersubjetiva de la educación. Es por este motivo que en este capítulo presento dos propuestas de ejercicio sobre la narrativa autobiográfica: La primera propuesta está dirigida a las personas que ejercen su actividad en el ámbito de la educación de adultos mayores. La segunda propuesta está diseñada para realizarse con las personas adultas mayores.

4.1.Propuesta 1. Taller de autobiografía novelada

Para realizar este ejercicio propongo con pequeñas modificaciones algunas actividades del taller de autobiografía novelada que impartió Rosa Nissán en la UPN, en el cual participé. Hice adecuaciones enfocadas en el trabajo de narrativa con personas mayores, como leer a Ricoeur identidad narrativa; una presentación con un ejercicio de teatro para despertar el interés en cada participante, instrucciones cortas para mantener su atención, cambiar el video de Marguerite Duras hablando sobre lo que la llevó a escribir *El amante* porque el video es en francés con subtítulos y muchas personas mayores ya no ven bien, cambiándolo por un video donde dos periodistas hablan sobre *El amante* de Marguerite Duras; por otra parte quité algunas lecturas también por el deterioro visual del adulto mayor. Una vez hecha esta aclaración presento las actividades derivadas del taller impartido por Rosa Nissan que propongo para aplicarlas en talleres con personas mayores:

Dinámica en cada sesión:

Se leerá un fragmento de alguna autobiografía para analizar cómo se estructuró, qué voz narrativa se utilizó y cómo se llevó a cabo el escrito.

Se abordarán diferentes herramientas que se pueden utilizar, cada escritor tiene su manera personal de hacerla.

1ª sesión

Ejercicio de teatro. Presentación de los participantes: caminar por el espacio y detenerse en un punto donde deseen, evocar en su pensamiento la pregunta ¿quién soy?, y decir la respuesta de forma clara para que la escuchen todos los demás; continuar caminando y en un segundo momento detenerse en un punto donde deseen, evocar en su pensamiento la pregunta ¿cómo estoy?, y decir la respuesta de forma clara para que la escuchen todos los demás; continuar caminando y en un tercer momento detenerse en un punto donde deseen, evocar en su pensamiento la pregunta ¿de dónde vengo?, y decir la respuesta de forma clara para que la escuchen todos los demás.

Ejercicio lectura: Lectura de manera grupal del texto de Paul Ricoeur (2009) sobre identidad narrativa.

Ejercicio cuaderno: En una libreta ir anotando recuerdos, ideas, frases importantes de nuestra vida.

Ejercicio charla: Se hablará con los participantes sobre ¿qué es una biografía?, ¿cómo se hace?, ¿qué queremos contar?

Cronología de vida.

Árboles genealógicos.

¿Dónde iniciar? Hay biografías que abarcan toda una vida, otras sólo comparten una parte de su vida.

Una propuesta para ordenar los sucesos de la vida puede ser con la elaboración de una escaleta (índice), es decir organizar la vida en capítulos, cada capítulo viene de un cambio de fortuna, un antes y un después, un parteaguas.

Tarea: se les pedirá a los participantes que en su casa comiencen a escribir sobre su vida, algunos pueden preferir hacer una sinopsis (síntesis) o una escaleta que les servirá de mapa, bitácora o brújula para no perderse.

2ª sesión

Ejercicio lectura: Lectura de las primeras versiones de escaletas o sinopsis de los participantes.

Ejercicio: charla sobre Marguerite Durás y su libro *El Amante*.

Ejercicio video: Se proyectarán fragmentos de la película el amante de Marguerite Durás.

Ejercicio lectura grupal: tipos de narradores/ quién narra la historia, ejemplos.

Tarea. Continuar el trabajo autobiográfico

3ª sesión

Ejercicio escucha de una carta: *Carta al Greco* como ejemplo de utilizar la carta para contar su vida.

Ejercicio escribir su vida a través de una carta a un compañero.

Ejercicio lectura de ejemplos de retratos y autorretratos escritos.

Tarea. Continuar el trabajo autobiográfico

4ª sesión

Charla de autobiografías noveladas.

Ejercicio compartir el proceso y experiencia personal con la autobiografía, revisión del desarrollo de la escaleta de cada uno de los participantes.

Ejercicio recursos que podemos utilizar para la elaboración de la autobiografía: recortes de periódicos, cartas, fotografías, material de sus redes sociales.

Tarea. Continuar el trabajo autobiográfico

5ª sesión

Ejercicio proyecto autobiográfico: Cada participante leerá su escrito y se comentará grupalmente. Posteriormente, todos los participantes se pondrán de acuerdo para presentar sus autobiografías con el uso de los recursos abordados durante el taller.

4.2.Propuesta 2. Aula virtual narrativa: sugerencias didácticas

Introducción

Esta propuesta se basa en el uso del aula virtual como herramienta educativa complementaria, que favorece la construcción colaborativa del conocimiento. A continuación, se presentan las sugerencias didácticas para el uso del aula virtual.

Objetivo

Brindarle estrategias a la persona mayor para elaborar una autobiografía.

Requisitos para el uso del aula virtual

Para poder trabajar con el aula virtual es necesario contar con un celular, tableta o equipo de cómputo con las siguientes especificaciones:

Lector de *pdf*.

Wifi o datos para acceder a internet al darle clic a los *links* de las actividades⁴

Actividades

El aula virtual consta de 8 actividades, cada actividad es corta y no hay tiempo límite para su realización.

Figura 5. Aula virtual narrativa presentación



Fuente: Elaboración propia

⁴ Ver anexos

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 1

1. **NO ME ESTOY PONIENDO VIEJO.** Al participante se le presenta el aula virtual, posteriormente debe dar clic en el radio para continuar y escuchar un poema.

Intención Pedagógica: Presentación del aula virtual de narrativa.

Sugerencia Didáctica. Las personas mayores al escuchar el poema “No me estoy volviendo viejo” con los ojos cerrados evocan recuerdos y posteriormente compartirlos en su autobiografía.

Figura 6. Aula virtual narrativa 1



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 2

2. **EL TEXTO NARRATIVO.** Al participante se le pide dar clic a la imagen de una pantalla que es el enlace de la segunda actividad.

Intención Pedagógica: Explicar en qué consiste el texto narrativo.

Sugerencia Didáctica. Explicarle a la persona en qué consiste el texto narrativo y los diferentes tipos de narrativas, como la autobiográfica y llegar al acompañamiento del relato de sus vivencias.

Figura 7. Aula virtual narrativa 2



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 3

3. **NARRATIVA AUTOBIOGRÁFICA.** Al participante, después de haber conocido los diferentes tipos de narrativa, se le pide dar clic en la imagen de unos libros que es el enlace de la tercera actividad.

Intención Pedagógica: Adentrar a la persona en la narrativa autobiográfica y que sienta el deseo de narrar su vida.

Sugerencia Didáctica. El explicarle a la persona en qué consiste la narrativa autobiográfica y dar ejemplos, le ayuda a ir asociando su vida en relación con los ejemplos presentados.

Figura 8. Aula virtual narrativa 3



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 4

4. **ÁRBOL-VIDA Y FOTOS.** Se le pide al participante dar clic en la imagen de una planta que es el enlace de la cuarta actividad.

Intención Pedagógica: Al relacionar fotos con el árbol de la vida se activa la memoria emotiva

Sugerencia Didáctica. Que la persona plasme sus recuerdos a partir de la plástica, las imágenes, el dibujo, los colores, las texturas y la imaginación en el uso de sus recursos.

Figura 9. Aula virtual narrativa 4



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 5

5. **INSPIRACIÓN DE HISTORIAS.** Se le pide al participante dar clic en la imagen de una pantalla que es el enlace de la quinta actividad.

Intención Pedagógica: El cortometraje para una reflexión autocrítica de la persona mayor

Sugerencia Didáctica. Que la persona realice una introspección de sí misma.

Figura 10. Aula virtual narrativa 5



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 6

6. **ANÁLISIS NARRATIVA AUTOBIOGRÁFICA.** Se le pide al participante dar clic en la imagen de unas cartas que es el enlace de la sexta actividad.

Intención Pedagógica: Orientaciones para el análisis de narrativas para obtener más herramientas aplicables al relato.

Sugerencia Didáctica. Que la persona contextualice, reconozca su identidad narrativa, su relación con sí misma y con el otro a partir de los acontecimientos importantes en su vida.

Figura 11. Aula virtual narrativa 6



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 7

7. **NOVIA QUE TE VEA.** Se le pide al participante dar clic en la imagen de una pantalla que es el enlace de la séptima actividad.

Intención Pedagógica: La ideología de la persona mayor desde la perspectiva socio-histórico-cultural.

Sugerencia didáctica. Que la persona se identifique desde su contexto socio-cultural.

Figura 12. Aula virtual narrativa 7



Fuente: Elaboración propia

AULA VIRTUAL NARRATIVA

Actividad 8

8. **NARRATIVA COMPARTIDA.** Se le pide al participante enviar su narrativa autobiográfica por medio del correo electrónico o el *drive* como cierre de las actividades.

Intención Pedagógica: Entrega de narrativas para la retroalimentación del resultado final del aula virtual

Sugerencia didáctica: Lectoescritura de autobiografías para tener diversos ejemplos y con ello ejercer mayor libertad en el relato de la autobiografía, a partir de la observación y comentario de varios modelos de construcción de este tipo de texto.

Figura 13. Aula virtual narrativa 8



Fuente: Elaboración propia

Conclusiones

En el desarrollo del trabajo partí del planteamiento de las siguientes preguntas: ¿De qué manera la manifestación de las emociones influye en el cuidado de sí del adulto mayor?, ¿el lenguaje verbal y corporal conlleva una carga emocional para el cuidado de sí de las personas mayores?, ¿qué influencia tiene lo emocional, la voz y el cuerpo para el cuidado de sí en la tercera edad? Y planteé dos hipótesis como respuesta tentativa: La primera respuesta consistió en que el uso del cuerpo y de la voz siempre tiene una carga de emociones inherentes al ser humano. La segunda respuesta consistió en que la relación entre emoción, voz y cuerpo influye en el cuidado de sí en la tercera edad.

¿Qué encontré en relación con estas respuestas hipotéticas? Que el ser humano manifiesta sus emociones a través de la voz y del cuerpo, lo emocional y lo racional están ligados, hay cierta memoria emotiva que manifiestan aún más las personas mayores, los recuerdos vienen a su memoria cuando escuchan ciertas canciones, cuando recuerdan sus vivencias en su infancia, juventud, adultez, incluso como adultos mayores cuando se reúnen con sus amigos, las cosas en común, los gustos por cierto tipo de música como los huapangos, los boleros, el mariachi, las actividades que realizan en grupo, los paseos, toda la experiencia de vida está cargada de emociones, pues estas acompañan al ser humano desde que nace hasta que muere. La emotividad en la vejez ocupa un lugar primordial, al estar a flor de piel en la mayoría de personas mayores, que en ocasiones por la vida llevada, su contexto, clase social o por soledad intentan reprimir esa parte emocional, no expresar, ensimismarse, como una forma de protegerse en su caparazón para evitar ser lastimadas ahora que enfrentan a la vida con más años, en una sociedad donde cada día la edad en la que se considera una persona productiva se reduce, segregando a las personas que salen de estos estándares: por tanto la educación de personas mayores busca la apertura de espacios de educación intergeneracional en donde los adultos mayores se puedan expresar lingüística y corporalmente y de esta manera crear un ambiente que favorezca el aprendizaje entre iguales y en donde el educador de personas mayores sea un guía y un facilitador de nuevos conocimientos, un aprendizaje grupal y socioafectivo.

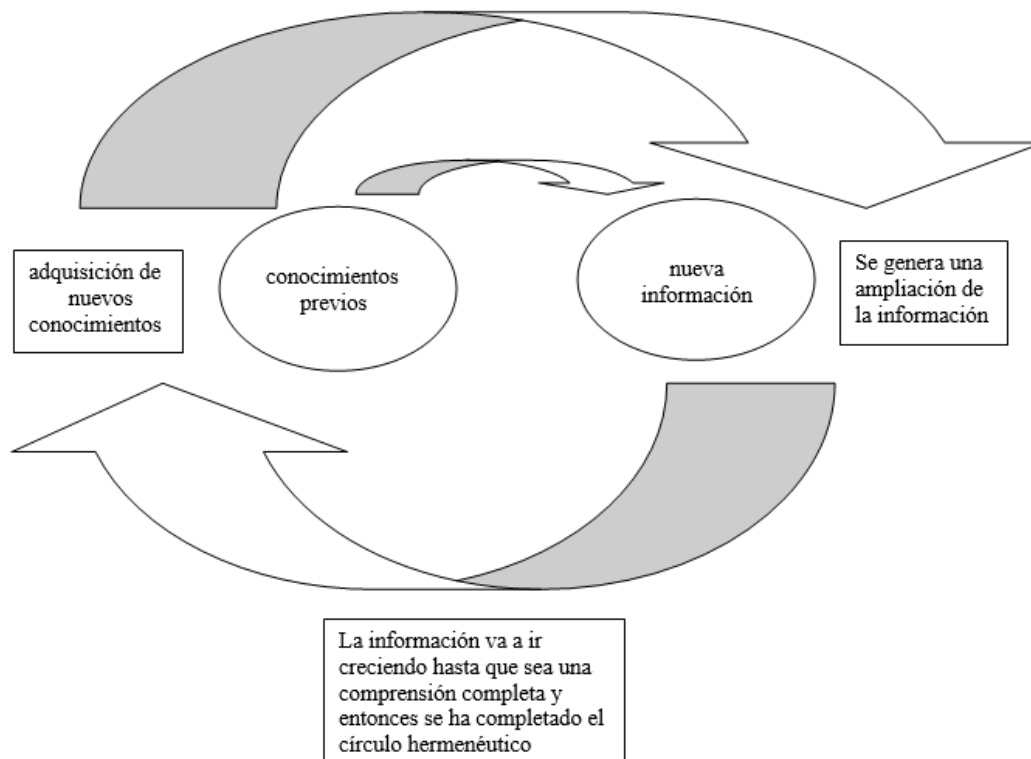
Falta mucho que hacer en el campo de la educación de adultos mayores, se están abriendo brechas intergeneracionales y se tiene que tener presente en todo momento la autonomía de la persona

mayor, factor determinante en la educación de mayores. El adulto mayor tiene una historia de vida y se enfrenta a esta etapa con dignidad, como adulto y como tal se le debe tratar, sin infantilizarlo porque no es un niño que cuenta con todas las áreas al 100% (motriz, cognitiva, social, lenguaje y comunicación), es un adulto, una persona que de acuerdo a sus capacidades puede seguir aprendiendo. Al tener como base la teoría del aprendizaje a lo largo de la vida, como educadora de mayores me cuestiono en torno a la posición del adulto mayor en el ámbito educativo, y pretendo mostrar estas ideas en la práctica, en cómo le ayudarán a no quebrarse a la persona en la última etapa de la vida, en donde la gran interrogante es ¿cómo contribuir en la educación de adultos mayores para motivar y para que sigan educándose?

El objetivo que me planteé fue comprender a una persona mayor y con ello comprender a las personas mayores con las que trabajo y trabajaré. Comprender a una persona es una constante que se da a lo largo de la vida; tiene que ver con el ponerse en el lugar del otro, con ser empáticos, tratar de entender a la otra persona, sin emitir juicios de valor, dejando de lado los falsos prejuicios y opiniones hasta conseguir ver lo que la persona cuenta desde su mirada, su forma de pensar, sus costumbres, sus valores, y sus creencias. Se trata de adentrarse en su historia de vida desde los ojos de la implicada. Si se juzga su proceder, estaría negándosele el derecho a la libre expresión, entonces no se lograría comprender el relato autobiográfico de Jesusa Palancares el personaje principal de la novela de Elena Poniatowska *Hasta no verte Jesús mío*. De ahí la importancia de la manera de cómo comunica lingüística y corporalmente su pensar, sentir, vivir, modo de dirigirse, y la toma de decisiones para actuar ante los desafíos que se le presentan a lo largo de su vida, el compromiso y la responsabilidad con la forma de proceder ante ciertas situaciones, la implicación de su voluntad y cómo llega a la vejez. En esta etapa en donde las personas se ven obligadas a reformular el concepto de sí que tienen, se enfrentan al proceso de aceptación de nuevos roles determinados por esta etapa de la vida, con sus aciertos o equivocaciones que repercuten y los hace pensar quiénes son, qué han hecho, hacen y han dejado de hacer por decisión propia o por terceras personas, cuestionarse sobre el lugar donde se encuentran, de qué manera manifiestan sus emociones y cuál es la influencia y cómo repercute en el cuidado de sí. Estas interrogantes nos ayudarán a comprender a la persona mayor, desde su experiencia individual y colectiva, haciendo un recuento de los acontecimientos que marcaron un antes y un después en su historia de vida.

¿De qué manera el método hermenéutico me sirvió para cumplir mi objetivo? Con el método hermenéutico se busca entender, comprender de otra manera a la persona a partir de la interpretación de su entorno, abordado desde la metodología de Ricoeur: prefiguración-configuración-refiguración. Entiendo la prefiguración como los conceptos con los que llego, la sospecha ideológica, mis prejuicios y preguntas hacia el envejecimiento, en este caso; la configuración la concibo como aquellos textos –como *Hasta no verte Jesús mío*- que permiten interpretar para comprender a las personas mayores, las acciones humanas, su contexto socio-histórico-cultural individual y colectivo, y el nivel de significación, ser parte del contexto para poder interpretarlo; la refiguración la considero como la posibilidad de dar respuestas a las preguntas hipotéticas, y con ello llegar a la reconstrucción, a mirar al adulto mayor desde otro posicionamiento al unificar e integrar la teoría con los conocimientos previos, desde la toma de conciencia de lo que se sabe y lo que no. A medida que se trabaja, se va ampliando la información para llegar a la fusión de dos horizontes y a la comprensión del adulto mayor.

Figura 14. Círculo hermenéutico



Fuente: Elaboración propia

¿Qué tan eficiente fue el relato autobiográfico como técnica de interpretación?

El enfoque hermenéutico permite utilizar como una técnica de interpretación el relato de una vida, ya que nos define y diferencia de otros, por lo que cumple una función en la construcción de la identidad. Ricoeur (1999) dice que una identidad narrativa se construye y reconstruye a través de los relatos, los cuales dan sentido a las acciones, a los eventos vividos, somos narratividad, y la comprensión de sí consiste en interpretarse a uno mismo.

El hombre se narra para dejar huella, pelear contra el olvido, trascender y vencer a la muerte. Al escribir se da la integración, la unión de todos nuestros fragmentos, la escritura autobiográfica es curativa, terapéutica, sanadora, reconciliación y agradecimiento con uno mismo, con la experiencia de vida.

Tejer una historia puede tener varios significantes desde reinterpretar, entender el sentido de la vida, consolar, ayudar a otros, mostrar una verdad oculta, denunciar, buscar una reivindicación, o sólo el placer de recordar y volver a vivir. Cuando una persona se narra se encuentra con sí misma y con el otro, ese otro que me resignifica, a partir de esa resignificación cuidado del otro, cuando me preocupo por el otro, se da el cuidado de sí.

¿Qué conceptos aprendí en el desarrollo de este trabajo, aplicables a mi práctica profesional con adultos mayores?

Aprendí los diferentes conceptos como ha sido visto el adulto mayor en las diferentes épocas a lo largo de la historia. La vejez ha sido vista de diferente manera a lo largo de la historia, desde la Antigüedad, al principio se tenía una visión ideológica, en la que solamente se podía llegar a una vejez plena si se acudía a la fuente de la eterna juventud para llegar al final de la vida sin arrugas, también era visto como algo feo y penoso; en el occidente la condición de hombre viejo era privilegiada, posicionándose de cierto poder y prestigio al ser la autoridad, el patriarca, una cuestión de género que no ha sido de la misma manera para la mujer, las mujeres no han sido privilegiadas; en otras épocas se ha relacionado con lo religioso y espiritual como en el caso de la biblia, transmitiéndose el respeto a la vejez porque al llegar a ésta se alcanza la salvación de la persona; en la sociedad capitalista la vejez se ha estereotipado con lo que ya no produce, con lo desechable incluso para la propia familia que ve a la persona mayor como una carga.

Con el transcurrir de los años se han reemplazado los falsos prejuicios sobre la vejez, y la sociedad ha volteado a ver al viejo al invertirse la pirámide poblacional. Ahora ya hay más personas viejas, esta longevidad se debe también a los avances de la ciencia en la medicina, y preguntarnos sobre las condiciones en que se está llegando la vejez, entre otras cosas tiene que ver con la historia de vida de cada persona. Las personas mayores han enfrentado una lucha social a través de los años, al afrontar prejuicios, intolerancia, abuso, segregación, discriminación y más. Actualmente, se tratan temas en foros, congresos, seminarios y diferentes medios enfocados en el adulto mayor, y se firman tratados internacionales que ratifican los derechos de las personas mayores; con la finalidad de aportar información y herramientas a los desafíos futuros ya que, la población envejecida es cada vez mayor en el mundo, también se pone énfasis en las deficiencias institucionales y culturales para la integración social desde el reconocimiento de una vejez digna.

Después de este recorrido histórico cultural, hablemos de la otra visión actual de la persona mayor en la sociedad del consumo en donde se trata de embellecer a la vejez con cremas, botox, operaciones que prometen al consumidor no envejecer; pero ¿qué pasa con la persona mayor que se cree todo eso?, ¿en dónde quedan los constructos de la otredad y de sí misma? Desde estas perspectivas, es evidente que se necesita trabajar en la cultura respecto a cómo se percibe el concepto de vejez. Una manera sería a través de programas educativos partiendo desde la visión de lo que hace falta, en contribuir a futuro pensando en cómo será la vejez en una visión prospectiva, y ya con más población envejecida, en la salud, cómo nos va a ir en lo educativo, social y económico con o sin programas de apoyo social del gobierno.

Acercar a las personas mayores con las generaciones jóvenes mediante el fomento de espacios educativos intergeneracionales para posicionar al adulto mayor en lo social y cultural que es el punto central, implica superar visiones biologicistas del envejecimiento, tener presente que en la actualidad cada país da un lugar de importancia a la vejez y se nota en los sistemas de seguridad social. En Europa, tienen buenos sistemas de retiro. En Latinoamérica han sido más abandonados, hasta el sexenio pasado un viejo ni tenía lugar, con este nuevo Gobierno se están impulsando sus derechos, desde que López Obrador era Jefe de Gobierno implementó la pensión a rango constitucional, lo que nunca se había hecho. La figura de la vejez como tal se ha politizado a través del tiempo, tiene que ver con la cultura, con los conocimientos, ideas, tradiciones y

costumbres, a mayor abandono de la cultura en su manifestación educativa, más abandono de la vejez. Se trata de impulsar un envejecimiento digno desde la propia persona al plantarse desde la otredad y con ello cuidar de sí, ya que el ser humano nunca pierde sus emociones y sentimientos, por lo tanto, sigue teniendo necesidad de desarrollar sus aptitudes de acuerdo con sus posibilidades motoras y afectivas. La sociedad está obligada a proporcionarle los medios para su desarrollo. En el plano educativo se deben hacer las adaptaciones curriculares que sean necesarias para la educación de adultos mayores.

Aprendí los conceptos de prefiguración, configuración y refiguración. La prefiguración son nuestros prejuicios, las ideas previas con lo que llegamos inicialmente; la configuración el cómo, la teoría conceptual nos ayuda a configurar las características de las personas mayores y quienes trabajan con ellas, la producción de saberes, conocimientos, arte, deporte y recreación que los adultos consumen, para llegar a la refiguración, al adentrarme en otras partes que desconocía y fusionarlo con mis conocimientos previos, recrear lo cotidiano es transformarse, transformar la visión de la persona mayor y con ello se va cambiando el cómo miro al otro.

Aprendí que se debe entender el cuidado de sí como una voluntad de conservar una mejor vida posible, es cuando una persona cuida estar bien en el sentido humano, tiene que ver con un todo mente-cuerpo-alma. Todo lo aprendido lo puedo compartir con las personas mayores en mi práctica profesional.

¿En qué consisten las contribuciones a la educación de las personas mayores que hace este trabajo?

Mi intención es que este trabajo contribuya a la educación de personas mayores al centrarse en comprender al adulto mayor considerando que tiene una trayectoria o historia de vida forjada desde su infancia hasta la vejez, hacer una reflexión sobre la falta de aprovechamiento de la experiencia de las personas mayores en lo personal y lo académico, abordando esta problemática desde la visión de la persona adulta mayor que se enfrenta algunas veces a estas prácticas de exclusión debido a su edad. La persona mayor con el uso de sus recursos, como lo es su experiencia vivencial, construye y reconstruye su historia, su sentido de vida a través del relato, expresando emociones lingüística y corporalmente y con ello dar cuenta de su realidad inmediata.

Referencias

- Abramowski, A. (2010). *Maneras de querer*. Buenos Aires: Paidós.
- Asili, N. (2004). *Vida plena en la vejez*. México.: Pax.
- Arfuch, L. (2002). *El espacio biográfico*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Chalmers, F. (2003). *Arte, educación y diversidad cultural*. México: Paidós.
- Beauvoir, S. de. (2015). *La vejez*. México: PenguinRandomHouse.
- Belsky, J. (2001). *Psicología del Envejecimiento*. Madrid: International Thomson Editores Spain Paraninfo.
- Dosse, F. (2013). *Paul Ricoeur: los sentidos de una vida*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Duras, M. (1984). *El amante*. Barcelona: Tusquets.
- Escolano, M. (2018). El giro afectivo en la historia de la formación humana. Memoria de la escuela y emociones. En *Historia y memoria de la educación*. España: Sociedad Española de Historia de la Educación.
- Fernández, R. (2004). *Psicología de la vejez*. España: Humanitas.
- Foucault, M. (2010). *El coraje de la verdad. El gobierno de sí y de los otros*. Buenos Aires: FCE.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. México: Siglo XXI.
- Gadamer, H.G. (1999). *La educación es educarse*. Barcelona: Paidós.
- Gadamer, H.G. (1999). *Verdad y Método I*. (8a ed.). Salamanca: Ediciones sígueme.
- CNDH. (2015). *Los derechos humanos de las personas mayores*. México: Comisión Nacional de los Derechos Humanos.
- INMUJERES. (2015). *Situación de las personas adultas mayores en México*: México: Instituto Nacional de las Mujeres.

Jasper, J. M. (2012). Las emociones y los movimientos sociales: veinte años de teoría en investigación. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 4 (10), 46-66 [fecha de consulta 4 de abril de 2020]. ISSN: 1852-8759. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2732/273224904005>

Larrosa, J. (2003). Experiencia y pasión (notas para una patética de la formación). En *La experiencia de la lectura. Estudios sobre literatura y formación*. México: Fondo de Cultura Económica. pp. 85-98.

Latapí, P. (2009). *El derecho a la educación*. México: Revista Mexicana de Investigación Educativa.

León Portilla, M. La senectud en el México antiguo. En *TE Diario de la Tercera Edad*. Publicado el día 28 de agosto de 2014.

López, L. (2015). *Reflexión sobre el enfoque teórico metodológico de la educación para jóvenes y adultos, una visión desde América Latina*. Ecuador: Sophia, Colección de Filosofía de la Educación.

L'Ecuyer, R. (1985). *El concepto de sí mismo*. Barcelona: Oikos-tau.

Marín, H. (1997). El contador de historias. En *De dominio público*. España: Eunsa. Ediciones Universidad de Navarra.

Maslow, A. (1971). *La personalidad creadora*. España: Kairós.

Michel, J. (2009). El animal hermenéutico. En Fiasse, G. (Coord.). *Paul Ricoeur. Del hombre falible al hombre capaz*. Buenos Aires: Editorial Nueva Visión.

Nissan, R. (2009). *Taller de autobiografía novelada*. UPN.

Olson, D. R. y N. Torrance (Comps.) (1995). *Cultura escrita y oralidad*. Barcelona: Gedisa.

Poniatowska, E. (1969). *Hasta no verte Jesús mío*. México: Editorial Era.

Reboul, O. (1999). *Los valores de la educación*. Barcelona: Idea Universitaria.

Ricoeur, P. (1999). La identidad narrativa (pp. 215-230). En *Historia y narrativa*. Barcelona: Paidós.

Ricoeur, P. (1999). ¿Qué es un texto? (pp. 59-81). En *Historia y narrativa*. Barcelona: Paidós.

Rimé, B. (2011). *La compartición social de las emociones*. España: Biblioteca de Psicología Desclée De Brouwer.

Sáenz, N. (1989). *Acción socio-educativa en la tercera edad*. España: Ceac.

Sartre, J. P. (1961). *El ser y la nada* (2a ed). Buenos Aires: Iberoamericana.

Schyfter, G. (Productor), Schyfter, G. (Director) y Lombardo, T. (Director). (1993). *Novia que te vea* [Película]. México: Instituto Mexicano de Cinematografía.

UNESCO (2011). *La filosofía una escuela de la libertad*. México: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura y Universidad Autónoma Metropolitana. Unidad Iztapalapa.

Anexos

Cuadro de las manifestaciones lingüísticas y corporales de las emociones y su influencia para el cuidado de sí

Emociones que manifiesta	Situación en que las manifiesta
<p>Jesusa llorando se arroja al ataúd de su madre que en ese momento está siendo enterrada, la apartan, ha quedado toda llena de tierra, despeinada, tiene los ojos muy rojos por haber llorado tanto, manifestando así su dolor por la muerte de su madre. A partir de entonces muestra su fortaleza y negación de su vulnerabilidad, matando animalitos pequeños como mariposas, gusanos, justificando su proceder diciendo que todos nos hemos de morir tarde o temprano. Desde que muere su madre nunca vuelve a jugar</p>	<p>Jesusa niña a los 10 años de edad aproximadamente es cuando manifiesta emociones de tristeza y enojo tras la muerte de su madre. “Shock moral: el vertiginoso sentimiento que se produce cuando un suceso o información muestra que el mundo no es lo que se esperaba, el cual a veces puede llevar a la articulación o el replanteo de los principios morales”. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>A Jesusa su mamá nunca la regañó ni le pegó, su papá le mostraba su cariño al peinar su cabello muy suave, eso la ponía alegre y lo disfrutaba mucho, sintiendo de esta forma el amor de su padre.</p> <p>Jesusa y su hermano menor Emiliano se encariñan mucho con su cuñada tras quedar huérfanos de madre.</p> <p>Jesusa y su hermano menor se muestran muy contentos con el nacimiento de su sobrina, para ellos es la más querida, Jesusa le mostraba su amor a la niña haciéndole cariños, entreteniéndola y cargándola con el rebozo.</p>	<p>Recuerdos de manifestaciones de amor filial y alegría en su niñez con ambos padres, cuñada y sobrina.</p> <p>“Emociones compartidas y recíprocas: en un grupo formal o informal, las emociones recíprocas son aquellas que los miembros sienten por el otro (como el amor), y las emociones compartidas son aquellas que ellos tienen en común hacia otros.” (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>A Jesusa se le muere su sobrina de tan sólo ocho meses de nacida.</p>	<p>Segundo afrontamiento de la muerte de un ser querido. Shock moral: el vertiginoso sentimiento que se produce cuando un suceso o información muestra que el mundo no es lo que se esperaba, el cual a veces puede llevar a la articulación o el replanteo de los principios morales. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>A Jesusa su hermana Petra le daba miedo, porque era muy silenciosa, flaca, desaliñada, por parecer que nunca hacía nada, no le gustaba su modo, al tenerle Jesusa desconfianza, gritaba, insultaba y golpeaba</p>	<p>Manifestación del miedo por el acercamiento de la hermana. Orgullo y vergüenza: emociones morales de auto-aprobación o</p>

<p>mucho a su hermana, no dejaba que la agarrara, no dejaba que la peinara y prefirió aguantar la mugre mucho tiempo, toda tiñosa, hasta que se le agusanó la cabeza.</p>	<p>auto-desaprobación que suponen un sentimiento de conexión o desconexión con aquellos a nuestro alrededor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>El temblor fue terrible y se estrelló la cárcel, hasta que pasó todo sacaron a Jesusa. Platica que ella nunca les he tenido miedo a los temblores porque los ha sentido desde chica y toda su vida ha temblado. Por el contrario ella se mostró valiente estando como compañía de las reclusas en la cárcel, tenía que mostrarles fuerza y tranquilidad para que todas se calmaran.</p>	<p>Vive su primer temblor en 1911 conocido como el “Temblor de Madero”, uno de los más intensos en México. Jesusa niega sus emociones para no mostrar su vulnerabilidad. Orgullo y vergüenza: emociones morales de auto-aprobación o auto-desaprobación que suponen un sentimiento de conexión o desconexión con aquellos a nuestro alrededor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>A Jesusa la golpeaba su madrina, pero nunca se quejó, ella después a solas se jalaba los cabellos así misma y pegarse duro con rabia en la cabeza con la pared del coraje que hacía por recibir esas palizas, dice que no sentía nada, se mordía los brazos y las manos de coraje, diario le pegaba su madrastra con leños prendidos que le aventaba, andaba con ardor en brazos y manos por las quemaduras, sufriendo y aguantando el dolor bastante, aceptando lo que le tocó vivir, no decía nada porque dice que ella es así callada, sin hablarle a las personas, que a veces creen que está enojada pero no, es porque la criaron así.</p>	<p>Jesusa a los 13 años de edad es violentada por su madrastra. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa cuando se enfermaba o reglaba contraía su cuerpo, nunca dijo nada, no tenía por qué andar contando lo que no debía, y a su madrina Felisa la patrona de la casa donde trabajaba de sirvienta menos, asegura que nunca sufrió, ni paso dolores.</p>	<p>Antes de los 14 años trabaja como sirvienta con su madrina, debido a su realidad se ensimisma, encerrándose en su propio cuerpo y negar emociones. Orgullo y vergüenza: emociones morales de auto-aprobación o auto-desaprobación que suponen un sentimiento de conexión o desconexión con aquellos a nuestro alrededor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa iba contenta a la revolución, junto con su hermano Emiliano y su papá, la hacía muy feliz ser la</p>	<p>La revolución en su juventud la hacía sentir mucha alegría. Compromisos o lealtades afectivas: sentimientos</p>

<p>única mujer y estar en familia.</p>	<p>relativamente estables, positivos o negativos, en relación a otros o sobre objetos, tales como el amor y el odio, el agrado y el desagrado, la confianza o desconfianza, el respeto o el desprecio. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>A Jesusa le avisan que han matado a su hermano, al ver a su hermano muerto se desmorona y lo abraza, empieza a llorar, y cuando comienzan a darle el pésame y que tenga resignación, ella se voltea muy enojada y grita como una forma de expresar su dolor, se abraza al cuerpo sin vida de su hermano, se pelea con los soldados manifestando su enojo porque no pueden devolverle la vida, se niega a que le realicen la autopsia a su hermano, se desmaya al no poder hacer nada y a partir de ese día le dan ataques epilépticos.</p>	<p>Jesusa a los 14 años vive la muerte de su hermano, siendo su tercer enfrentamiento con la muerte de seres queridos, pero ahora en la adolescencia. Shock moral: el vertiginoso sentimiento que se produce cuando un suceso o información muestra que el mundo no es lo que se esperaba, el cual a veces puede llevar a la articulación o el replanteo de los principios morales. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Una mujer de la tropa le decía insolencias y ella nada más se ponía a llorar, una tarde todas las soldaderas se juntaron y le dijeron que si no le contestaba a esa mujer entonces se las iba a ver con ellas, entonces a Jesusa le dio mucho miedo que le fueran a pegar entre todas. Pensó: "Me van a destripar esas mujeres a mí. El miedo da mucha fuerza. O la mato o me mata".</p>	<p>Miedo de afrontar situaciones complicadas. Emociones reflejas: respuestas algo rápidas y automáticas a sucesos e información, con frecuencia son tomadas como paradigma para todas las emociones, tales como la ira, el miedo, la alegría, la sorpresa, la conmoción, y el asco. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Todos los hombres del batallón le decían piropos a Jesusa, le decían la reina Xóchitl, a ella le molestaba mucho que le dijeran todas esas cosas porque sentía que la ofendían</p>	<p>Enojo frente al acoso de compañeros del batallón. Emociones reflejas: respuestas algo rápidas y automáticas a sucesos e información, con frecuencia son tomadas como paradigma para todas las emociones, tales como la ira, el miedo, la alegría, la sorpresa, la conmoción, y el asco. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Cuando Jesusa hablaba Zapoteco con sus compañeros su papá la regañaba, hasta que un día ella explota,</p>	<p>Mal carácter: enojo y resentimiento hacia el padre. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación</p>

<p>gritando y enfrentando a su padre al culparlo de la muerte de su hermano por haberlo llevado a combate, ella muy enojada dice que desde entonces se volvió mala con las quijadas trabadas y nudo en la garganta.</p>	<p>(incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Un oficial se encapricha con Jesusa hasta que consigue que los casen aun en contra de la voluntad de ella, él se llamaba Pedro Aguilar, Jesusa relata que no tenía por qué haberse atravesado en su camino, que le enoja su sinvergüenzada y abuso, porque actuó en contra de su voluntad, que en los infiernos ha de estar ardiendo por hacerle la vida desgraciada.</p>	<p>En 1912 un oficial se dedicó a seguir a Jesusa, la siguió durante ocho meses. En 1913 casan a Jesusa de 15años con el oficial Pedro Aguilar de 17 años en contra de su voluntad. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa y otra muchacha con la que iba a robar las guayabas de los árboles de un rancho de pronto se asustaron y se quedaron inmóviles porque creyeron que les querían quitar las guayabas que juntaron un señor que desde abajo les gritaba que bajaran, y desde entonces el señor las invito a comer todas las veces que iban por guayabas, eso ponía muy alegre a Jesusa y cantaba.</p>	<p>En Chilpancingo mientras su marido se iba, ella junto con otra muchacha se iban a juntar guayabas, esta situación era de amistad, complicidad, alegría, con alguien de su misma edad y con alguien mayor que cuidaba de ella. Emociones compartidas y recíprocas: en un grupo formal o informal, las emociones recíprocas son aquellas que los miembros sienten por el otro (como el amor), y las emociones compartidas son aquellas que ellos tienen en común hacia otros. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa se entera de la muerte de su padre, pero ella no muestra dolor ante la pérdida de su progenitor, por el contrario, se muestra indiferente, como si fuese un desconocido el muerto, ella no le llora a su padre porque aun muerto lo sigue culpando de la</p>	<p>Él señor Palancares murió en 1913 en el combate de Mochitlan, estado de Guerrero entre Acapulco y Chilpancingo. Jesusa muestra indiferencia ante la muerte de su padre. Es su cuarto enfrentamiento con la muerte. Emociones morales: sentimientos</p>

<p>muerte de su hermano. Jesusa dice que a ella no le dio tristeza porque no lo vio.</p>	<p>de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa durante su matrimonio andaba mugrosa, piojosa con la cabeza agusanada, porque el marido le pegaba, la descalabra, con heridas en la cabeza que le hacía con la cacha de la pistola, sangrando su cabello largo y rizado, lleno de mugre, dice que sufrió como Santa María en los desiertos, que no tenía voluntad, a su marido, le tenía tirria, él la obligaba a cubrirse la cabeza y cara con el rebozo hasta para dormir, siempre estaba agachada, sentada frente al brasero, ella sentía mucho miedo y enojo por dentro, pero no le decía nada para no mostrar que le dolía. Nunca se curó, en ese entonces cuando se enfermaba se lavaba con agua, solitas se fueron las heridas, cosas de uno de adentro, como recuerdos, los recuerdos no son de nadie. Nomás de uno. Un día se cansó y se defendió, desde entonces le dio gracias a Dios.</p>	<p>Durante el matrimonio vivió una vida desgraciada llena de tristeza, violencia, suciedad y enojo.</p> <p>Orgullo y vergüenza: emociones morales de auto-aprobación o auto-desaprobación que suponen un sentimiento de conexión o desconexión con aquellos a nuestro alrededor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa muy enojada siguió a la amante de su marido, se peleó con la amante en el suelo, como no llevaba con que pegarle, sacó una horquilla grande que traía en el chongo y con esa le picoteó toda la cara. La amante quedó bañada en sangre, porque Jesusa tenía mucha ventaja para pelear. A su marido le daba risa ver pelear a su esposa y amantes.</p>	<p>Pelea con una mujer por exhibirse con su marido.</p> <p>Compromisos o lealtades afectivas: sentimientos relativamente estables, positivos o negativos, en relación a otros o sobre objetos, tales como el amor y el odio, el agrado y el desagrado, la confianza o desconfianza, el respeto o el desprecio. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa joven no conocía la nieve y pasaba horas jugando, se sumergía en la nieve, pero en la noche era un dolor insoportable que no la dejaba dormir. Entonces junto al fogón su dolor se calmaba, ella se relajaba y disfrutaba escuchar a su esposo leerle a Nostradamus, Catalina de Médicis, Las mil y una noches, La hija del cardenal, El gran prevoste y Luisa de Motmorense.</p>	<p>En 1913 en el norte entre Ciudad Juárez y Villa González subía la nieve impresionante hasta un metro, esto hacía que la tropa se quedara hasta que la nieve cesara, ahí conoció Jesusa la nieve y se divertía jugando alegremente todo el día. Por las noches disfrutaba escuchar las novelas que le leía su marido.</p> <p>Estados de ánimo: sentimientos</p>

	<p>energizantes o des-energizantes que perduran a través de diferentes entornos y normalmente se refieren a objetos directos; pueden cambiarse por emociones reflejas, como ocurre durante las interacciones. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa crío a una coyotita hasta que se la mataron y ella ya no quiso saber nada de animales.</p>	<p>Entre las peñas de la sierra de San Antonio encontraron una coyotita y Jesusa la crío y depositó su amor en el animalito que le matan y es el quinto enfrentamiento con la muerte.</p> <p>Shock moral: el vertiginoso sentimiento que se produce cuando un suceso o información muestra que el mundo no es lo que se esperaba, el cual a veces puede llevar a la articulación o el replanteo de los principios morales. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>A Pedro el marido de Jesusa en combate lo mataron de un balazo en el pecho, cayó del caballo y ella bajó a levantarlo, pero ya estaba muerto con los brazos en cruz, no sangró mucho. Jesusa enojada por la forma en que muere su marido, pero al mismo tiempo siente alegría porque ha terminado su sufrimiento.</p>	<p>En 1915 como a las cuatro de la tarde, pasando el río Grande mataron en combate al marido de Jesusa, ella tenía 17 años cuando se enfrenta por sexta ocasión con la muerte de alguien cercano. Muestra sentimientos encontrados.</p> <p>Liberación emocional: un conjunto de emociones que destituyen los bloqueos a la protesta, incluyendo un paso desde lealtades afectivas ligadas a identidades e instituciones dominantes hacia otras orientadas a la protesta, emociones reflejas de ira en lugar de miedo, estados de esperanza y entusiasmo en lugar de desesperación y resignación, y emociones morales de indignación. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Tras la muerte de su marido Jesusa decide volver a</p>	<p>Jesusa enfrenta la delincuencia de la Ciudad de México, expresa que la costumbre de robar viene de la</p>

<p>Oaxaca, al llegar a la Ciudad de México en el tren de Buenavista le roban, ella con gran tristeza y enojo por perder todas sus pertenencias, ropa y dinero comienza a caminar, hasta llegar a la alameda, su primera impresión de la capital es “aquí roban y no se preocupan por los demás”</p>	<p>revolución. Este suceso la deja vulnerable. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa cuando va a cobrar su pensión al presidente Carranza siente que el coraje le subía cada vez más hasta se vuelve sudor, porque él se niega a darle la pensión por ser muy joven, diciéndole que puede trabajar.</p>	<p>Jesusa muestra su enojo al ser negado su derecho a la pensión por viudez. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa tenía mucha tristeza y miedo de perderse al caminar todos los días para conseguir trabajo. Ella no comía nada y decía que no sabía cómo Dios la tenía sobre la tierra, hasta que un día una joven al darse cuenta que Jesusa no sabía leer le muestra y explica los letreros que decían se busca sirvienta y la invita a comer, dice que le dolió el estómago porque después de tener mucha hambre el cuerpo ya no quiere recibir alimento, y le daba pena que le viera el hambre en los ojos.</p>	<p>Jesusa tras sufrir y pasar hambre en la ciudad de México durante diez meses, recibe ayuda de una persona que se preocupa por ella y la ayuda para que pueda conseguir empleo. Pulsiones: necesidades corporales urgentes que desencadenan otros sentires y otra atención hasta que son satisfechas: el deseo, el hambre, las adicciones a sustancias, la necesidad de orinar o defecar, el cansancio o el dolor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa trabaja en una cocina y lava todos los días las paredes y el zaguán con abundante agua y tallar con jabón para quitar la grasa del mosaico, en las noches llora de tristeza al sentir fuertes dolores, esto debido también a dormir en el suelo sobre unos periódicos en la cocina y desde entonces le dieron las reumas.</p>	<p>En su primer trabajo en la Ciudad de México al mojarse y acostarse en el piso frío todos los días enfermó. Pulsiones: necesidades corporales urgentes que desencadenan otros sentires y otra atención hasta que son satisfechas: el deseo, el hambre, las adicciones a</p>

	<p>sustancias, la necesidad de orinar o defecar, el cansancio o el dolor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Trabajó con un señor que se dedicaba al tejido de pelucas, oficio que nunca le gustó, le provocaba enojo, asco y horror tocar ese cabello que se lo quitaban a los difuntos</p>	<p>Otro trabajo en la Ciudad de México haciendo pelucas. Emociones reflejas: respuestas algo rápidas y automáticas a sucesos e información, con frecuencia son tomadas como paradigma para todas las emociones, tales como la ira, el miedo, la alegría, la sorpresa, la conmoción, y el asco. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa los domingos que descansaba iba al cine y por diez centavos veía películas antiguas hasta las once de la noche, a ella le gustaban más las americanas, las de Lon Chaney, y hasta la fecha les entiende mejor y la ponía muy alegre esas películas que duraban hasta 3 días, se iba a verlas por episodios.</p>	<p>Distracción en su día de descanso. Estados de ánimo: sentimientos energizantes o des-energizantes que perduran a través de diferentes entornos y normalmente se refieren a objetos directos; pueden cambiarse por emociones reflejas, como ocurre durante las interacciones. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>En la fábrica donde entra a trabajar conoce la bebida, le gusta, comienza a tomar porque la hace olvidar su realidad y se siente alegre al principio gana poco, después gana setenta y cinco centavos diarios con lo que podía beber y medio comer, después el doble, renta un cuarto, compra un petate y una cobija, ya podía hervir un café y coser frijoles, llevaba tortas al trabajo. ¡Y de ahí pal real! Iba progresando, todas las noches después de trabajar se iba a bailar y a tomar.</p>	<p>En una fábrica por sus compañeras de trabajo conoce la bebida y cae en el vicio. Pulsiones: necesidades corporales urgentes que desencadenan otros sentires y otra atención hasta que son satisfechas: el deseo, el hambre, las adicciones a sustancias, la necesidad de orinar o defecar, el cansancio o el dolor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa trabaja en burdel llamado Nezahualcóyotl, cierto día un cliente alcoholizado del que se burló y despreció, intentó apuñalarla con un cuchillo, ella lo enfrentó a cachetadas y mordidas para que soltara el cuchillo, llena de enojo lo agarro y lo corrió. Ella sentía que el coraje le ardía y recorría todo su cuerpo.</p>	<p>Su etapa al frente de un burdel. Pulsiones: necesidades corporales urgentes que desencadenan otros sentires y otra atención hasta que son satisfechas: el deseo, el hambre, las adicciones a sustancias, la necesidad de orinar o defecar, el cansancio o el dolor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Un día un joven llega diciendo tener poder espiritista, hizo que el padre de Jesusa se hiciera presente desde</p>	<p>Su iniciación en la obra espiritual.</p>

<p>el más allá, ella habló con su padre que le pidió ya no peleara porque cada que ella peleaba a él y a la madre de Jesusa los encadenaban, ella aceptó cambiar porque sintió el amor de sus padres hacia ella.</p> <p>Jesusa a partir de esa experiencia espiritista intentó dominar a una chica pero como no sabía, casi la vuelve loca, entonces se hizo presente el ser protector de Jesusa, le llamó la atención y le dijo que no podía ser tan irresponsable porque podía matar a la persona, que para hacer eso se requería estudio y la hizo comprometerse a estudiar todas las tardes y él la guiaría, y así comenzó su camino en la obra espiritual.</p>	<p>Energía emocional: un estado de entusiasmo y agitación generado en interacciones, rituales y exitosos compromisos estratégicos que estimulan la acción posterior. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Un banquero llevaba a pasear a Jesusa y a todas sus compañeras, le pagaba a la jefa de Jesusa el día de todas las que salían con ellos, él se decía papá y Jesusa mamá, le propuso matrimonio a Jesusa pero ella no acepta porque dice que no puede haber amor, ni nada entre ellos al ser de diferentes sociedades y que es mejor despreciar a que te desprecien.</p>	<p>Inmersa en el ambiente del burdel un cliente le propone matrimonio, pero ella se niega al amor al perder toda su vida a sus seres queridos y no quiere volver a sentir el abandono.</p> <p>Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>En su juventud ella dice que era terrible, si las personas la tocaban en la banqueta, les pegaba y las insultaba. Ahora, aunque la empujen, la pisen, ella se aguanta. Dice que ya no es el animal que era. Antes si le daban un pisotón ella se enojaba demasiado y les pegaba con lo que tuviera a la mano, que era esa su vida, una vida de la víbora.</p>	<p>La rebeldía de su juventud.</p> <p>Emociones reflejas: respuestas algo rápidas y automáticas a sucesos e información, con frecuencia son tomadas como paradigma para todas las emociones, tales como la ira, el miedo, la alegría, la sorpresa, la conmoción, y el asco. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Cuando Antonio deja de buscar a Jesusa, a ella le da coraje, rabia, enojo porque lo quería mucho, todos los</p>	<p>Antonio fue amigo de Jesusa y salían de parranda hasta que se comprometió con otra mujer y eso molestó a Jesusa y lo alejó, después él enfermó porque su mujer se metía con distintos hombres.</p>

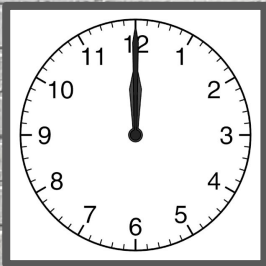
<p>días salía al balcón para verlo llegar, después le decepcionaba verlo llegar tan mal.</p>	<p>Compromisos o lealtades afectivas: sentimientos relativamente estables, positivos o negativos, en relación a otros o sobre objetos, tales como el amor y el odio, el agrado y el desagrado, la confianza o desconfianza, el respeto o el desprecio. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Para Jesusa los balazos eran su alegría, disfrutaba hablaba de balazos, decía que la balacera era todo su amor porque se oye muy bonita, que los primeros balazos sí se oyen, pero el fuego cerrado ya no se oye, nada más se veía la humareda que sale distintos lugares, y sólo de acordarse le daban ganas de ir a la revolución.</p>	<p>Jesusa platica sobre el amor y la alegría que le daba estar en las balaceras de la revolución. Energía emocional: un estado de entusiasmo y agitación generado en interacciones, rituales y exitosos compromisos estratégicos que estimulan la acción posterior. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Para Jesusa no hay personas buenas, cree que todos somos malos en la tierra.</p>	<p>Su contexto, la realidad vivida. Shock moral: el vertiginoso sentimiento que se produce cuando un suceso o información muestra que el mundo no es lo que se esperaba, el cual a veces puede llevar a la articulación o el replanteo de los principios morales. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa nace en Miahuatlán Oaxaca en 1898, pero no siente el arraigo por su tierra porque no se crio ahí. Tampoco se siente mexicana porque dice que no tiene dinero y dice que en México si no tienes dinero no eres nadie, no vales nada, dice que es como los húngaros: de ninguna parte, algo peor que basura porque no puede ser otra cosa, un microbio que nunca he servido para nada, cuenta cuando enviudó, que su intención era volver a su tierra, que hubiera vivido mejor en Salina Cruz o en Tehuantepec y habría visto a su madrastra, pero pasaron los años y nunca pudo juntar para el transporte, ahora menos de vieja, era toda su ilusión, que ha estado en bastantes partes y donde más sufrió es en la capital con la dificultad de vivir, que así es la vida, ir al paso cómo Dios disponga, siguiendo a la procesión.</p> <p>Un señor de una tienda en Oaxaca insistía en que ella</p>	<p>Sus raíces, lugar de origen de Jesusa. Decepción al conocer a su tío hermano de su papá, era el año de 1922, tenía Jesusa 24 años. Shock moral: el vertiginoso sentimiento que se produce cuando un suceso o información muestra que el mundo no es lo que se esperaba, el cual a veces puede llevar a la articulación o el replanteo de los principios morales. (Jasper, 2012, p. 60)</p>

<p>era Oaxaqueña de por ahí, ella no lo quería reconocer, fue tanta la insistencia que terminó reconociéndolo, le dijo que nació en Miahuatlán, que se llamaba Jesusa Palancares, al día siguiente el tendero le dijo que conocía a su tío Don Cleofás Palancares, que ya había hablado con él y que la quería conocer.</p> <p>Cuando Jesusa conoce a su tío siente tristeza y enojo porque aquel señor lo único que quería era decirle que todo lo que había pertenecido a su padre se perdió y no había nada para ella, que la haya citado ese señor para decirle eso la molestó mucho, porque ella no estaba pidiendo nada. Si su padre no había reclamado nada, mucho menos ella, tantos años después.</p>	
<p>Ya no siguió a la corporación porque la abuela estaba enferma, la pobre viejita estaba sola, tan abandonada, que se quedó con ella para lo que pasara, sufriendo bastante, sintiendo tristeza y amor.</p>	<p>En la Ciudad de México regresa a cuidar en sus últimos días a una persona mayor a la que le decía abuela.</p> <p>Compromisos o lealtades afectivas: sentimientos relativamente estables, positivos o negativos, en relación a otros o sobre objetos, tales como el amor y el odio, el agrado y el desagrado, la confianza o desconfianza, el respeto o el desprecio. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Se fue a San Luis Potosí. Anduvo recorriendo los pueblos de San Ciro, Río Verde y Cerritos para conocer caminos, siempre anduvo caminando con ese sentimiento de que le había ido mal en su vida llena de tristeza y regresó a la Ciudad de México. La mala costumbre de irse sin rumbo la agarró de su padre comerciante con él que viajaba de un pueblo a otro, su papá vendía caña, plátano macho, piloncillo, piña; compraba en las rancherías y lo mercaba en el pueblo por manteca, sebo y cosas que no tenían los de los ranchos.</p>	<p>En San Luis Potosí también le fue mal y decidió regresar a la Ciudad de México, recordando como recorría caminos con su padre.</p> <p>Emociones compartidas y recíprocas: en un grupo formal o informal, las emociones recíprocas son aquellas que los miembros sienten por el otro (como el amor), y las emociones compartidas son aquellas que ellos tienen en común hacia otros. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Luego trabajó en una cocina grande, y por la humedad se le hincharon las piernas y los pies tanto que tuvo que comprarse zapatos más grandes, andaba, aunque le doliera, pero si se quería sentar,</p>	<p>Trabajó en una cocina grande en donde había mucha humedad y de ahí le resultó el dolor de pies. Después escuchó del Señor de</p>

<p>daba de gritos porque no podía doblar ni encoger, comía parada, a las tres de la tarde no aguantaba los pies.</p> <p>Un día escuchó a un cilindrero que tocaba el Señor de Chalma, ella en las noches le suplicaba al Señor de Chalma llorando tristemente con mucho dolor que la curara, un día soñó a un doctor que le decía que sus dolencias se le quitarían.</p>	<p>Chalma y le pide que la curara.</p> <p>Emociones compartidas y recíprocas: en un grupo formal o informal, las emociones recíprocas son aquellas que los miembros sienten por el otro (como el amor), y las emociones compartidas son aquellas que ellos tienen en común hacia otros. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Deja de tomar y vinieron años, días de alegría, felicidad sobria, le costó trabajo, así como la obra espiritual, que dice es muy bonita pero muy dura, se dominó, le costó dejar de pelear y dejar de beber, pero con buena voluntad dejó el vicio como el mayor acto de amor a sí misma.</p>	<p>Cambio de vida al dejar el alcohol y las peleas.</p> <p>Liberación emocional: un conjunto de emociones que destituyen los bloqueos a la protesta, incluyendo un paso desde lealtades afectivas ligadas a identidades e instituciones dominantes hacia otras orientadas a la protesta, emociones reflejas de ira en lugar de miedo, estados de esperanza y entusiasmo en lugar desesperación y resignación, y emociones morales de indignación. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Le pareció a Jesusa muy bonito y quedó enamorada de las marcas del bautizo en la obra espiritual y lloró mucho porque tenía mucho sentimiento, no tenía tristeza, tenía alegría, amor, y hasta pudo sacar el enojo contenido.</p>	<p>Es bautizada en la obra espiritual para adentrarse más y participar como ayudante de la encargada del templo.</p> <p>Liberación emocional: un conjunto de emociones que destituyen los bloqueos a la protesta, incluyendo un paso desde lealtades afectivas ligadas a identidades e instituciones dominantes hacia otras orientadas a la protesta, emociones reflejas de ira en lugar de miedo, estados de esperanza y entusiasmo en lugar desesperación y resignación, y emociones morales de indignación. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>En la vecindad de Magueyitos vivió con la familia</p>	<p>Vive en una vecindad y pelea con el hijo de la señora donde vive, se va, después el gobierno los saca de ahí y los van a aventar a lo que es hoy</p>

<p>Torres, doña Encarnación, Candelaria la hija, y los dos hijos Domingo y José. José pide a Jesusa a la obra espiritual y eso a ella le enojó, desde entonces él la maltrata borracho, se enfrentan y ella se va de ahí. Como al mes o dos que se salió fueron a sacar a la gente y los fueron a tirar al llano, les dieron el pedazo de tierra en que caían. Jesusa una vez más mira la tristeza de su vida al quedarse sin nada.</p>	<p>la Joya, cada quien se queda con un pedazo como terreno propio. Hace 29 años, en el año de 1939. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa deposita su amor en un niño hijo de la señora que le rentaba, se hace cargo de él cuando muere su madre, le costó trabajo criarlo porque no comía casi nada, le dio sopas aguadas, le hacía avena, café con leche, a veces chocolate, al niño lo llamaban Perico y era pelirrojo, a los diez años no quería ir a la escuela porque creía que Jesusa se le iba a perder, a los casi catorce se fue y nunca volvió. Jesusa volvió a sentir el abandono y quedar sola. En las noches lo recordaba y lloraba, ella dice que de rabia de coraje, lágrimas de rabia por la triste vida que ha llevado.</p>	<p>Jesusa se encargó de la crianza de Perico desde 1944 que se quedó huérfano a los 4 años de edad, hasta finales de 1951 Perico cercano a cumplir 14 años. Emociones morales: sentimientos de aprobación o desaprobación (incluidos aquellos relativos a nosotros y nuestras acciones) basados en instituciones o principios morales, tales como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la indignación, la furia y la compasión. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Cuando se fue perico a Jesusa le salió una bola y se le hinchó todo el lado izquierdo, pierna, brazo, cara y de la espalda le colgaba pellejo inflamado, las manos las tenía muy amarillas, de la hinchazón se le reseco la piel, se le pelaron las piernas, resultó tener sífilis. me pusieron veintidós inyecciones de bismuto, hasta que se cansó y ya no fue, en su casa hirvió romero y me dio siete baños de asiento y con el vapor del romero le disminuyó el dolor.</p>	<p>Jesusa enferma al sentirse triste por el abandono de Perico, le salió una bola y se le hincho todo el lado izquierdo del cuerpo, resultó ser sífilis. Pulsiones: necesidades corporales urgentes que desencadenan otros sentires y otra atención hasta que son satisfechas: el deseo, el hambre, las adicciones a sustancias, la necesidad de orinar o defecar, el cansancio o el dolor. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>El 18 de agosto de 1968 regresa Perico muy desmejorado, con el cabello deslavado, va diario a platicar con Jesusa, llega a las cinco o seis de la tarde y se va a las nueve de la noche, ahora perico tiene treinta años y volvió a reconocer qué le hace Jesusa falta, la visita por conveniencia, él no verá por ella y quisiera que muy pronto me muriera, quiere</p>	<p>Perico regresó después de diecisiete años, ahora Perico tiene treinta años. Regresa desmejorado físicamente, sin dinero, ni trabajo fijo, sin casa, sin nada. Emociones compartidas y recíprocas: en un grupo formal o</p>

<p>quedarse con sus cosas. Por eso Jesusa dice que los hombres son muy ventajosos, sólo buscan aprovecharse, ninguno estima a su mujer ni la cuida. al contrario, entre más le sacan, mejor.</p>	<p>informal, las emociones recíprocas son aquellas que los miembros sienten por el otro (como el amor), y las emociones compartidas son aquellas que ellos tienen en común hacia otros. (Jasper, 2012, p. 60)</p>
<p>Jesusa dice que ojalá los zopilotes también pudieran tragarse la maldad, pero ésa maldad siempre se queda en la Tierra, aquí los humanos siguen infectando con su maldad, aunque estén viejos, siguen de pie como los árboles podridos. Sólo Dios sabe hasta cuándo. Jesusa quiere morir en los lugares donde anduvo de errante, debajo de un árbol por allá lejos, cerca de Dios. Sólo Jesucristo es bueno, pero de aquí sobre la Tierra nadie es bueno. Ahora ya no quieren que la molesten, sólo quiere descansar.</p>	<p>1968. Jesusa tiene 70 años, ya sólo quiere descansar, estar en paz. Pulsiones: necesidades corporales urgentes que desencadenan otros sentires y otra atención hasta que son satisfechas: el deseo, el hambre, las adicciones a sustancias, la necesidad de orinar o defecar, el cansancio o el dolor. (Jasper, J.M. 2012, p. 60).</p>



AULA VIRTUAL NARRATIVA



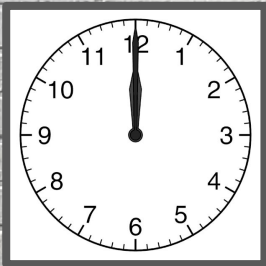
Bienvenidos



Bienvenidos al aula de narrativa



Es un gusto compartir contigo el aula, ahora da clic en el radio, cierra tus ojos y escucha el poema: No me estoy volviendo viejo



AULA VIRTUAL NARRATIVA

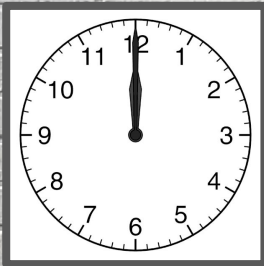


¿Qué es la narrativa?



Da clic en la pantalla para conocer el texto narrativo





AULA VIRTUAL NARRATIVA

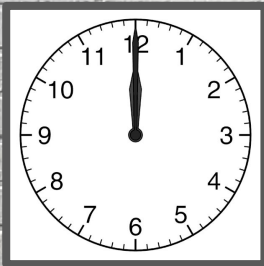


Existen diferentes tipos de narrativa, y en el aula trabajaremos la narrativa autobiográfica



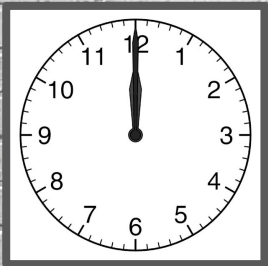
Ahora da clic en los libros para conocer sus características y algunos ejemplos





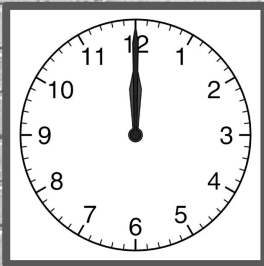
Ahora da clic en la planta y realiza la actividad de las fotos y el árbol de la vida para traer a tu mente más recuerdos





Existen muchos escritores que se inspiran en las historias que compartimos las personas mayores, y un ejemplo es el siguiente cortometraje, da clic en la pantalla para verlo

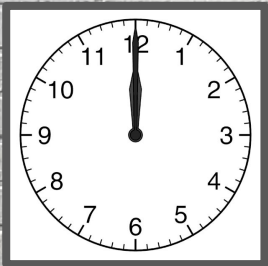




Ahora da clic en las cartas sobre la mesa y lee las orientaciones para el análisis de narrativa autobiográfica que propone la Dra. Alicia Pereda

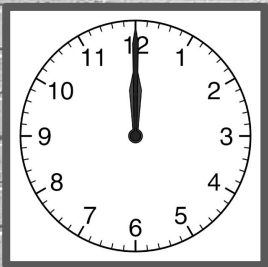


El análisis que propone la Dra. Pereda te puede ayudar con la redacción de tu autobiografía



Para finalizar da clic en la pantalla para ver la película “Novia que te vea” basada en la novela de la escritora Rosa Nissan como otro ejemplo de narración autobiográfica

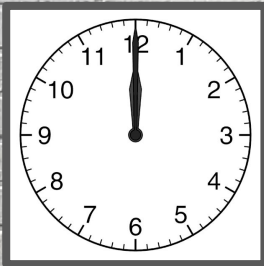




Ahora escribe tu narrativa y al terminar tomale una foto en donde la escritura se lea clara o pide ayuda para escanearla y compartirla



Puedes enviar la autobiografía al correo electrónico o al drive irmabomboon@gmail.com



Gracias por participar en el aula virtual de narrativa. Hasta pronto.



Que tengas un excelente día