

Desenredando el miedo

ECAP, Guatemala

Ponencia presentada por el Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial, ECAP, en el II Seminario Latinoamericano sobre “Violencia política, impunidad y producción de subjetividad”, realizado por la Red Latinoamericana y del Caribe de Instituciones para la Asistencia de Personas Afectadas por la Tortura y otras Violaciones a los Derechos Humanos los días 18 y 19 de octubre de 2000 en Río de Janeiro, Brasil.

“Desenredando el miedo”, o los miedos, son los recuerdos, palabras y testimonios de un grupo de hombres y mujeres sobrevivientes del conflicto armado interno de varias comunidades rurales del Municipio de Rabinal, Baja Verapaz, en Guatemala. Este grupo de personas comenzó a identificar el miedo como una constante en su vida cotidiana que les estaba ocasionando muchos problemas de salud, especialmente en el aspecto emocional y en sus relaciones sociales. También lo consideraban como un obstáculo para integrarse a proyectos de beneficio comunitario, pues la idea de reunirse nuevamente les traía recuerdos de sufrimiento, ya que durante la época de la violencia les habían dicho que sus parientes fueron muertos por participar en reuniones con la guerrilla.

Rabinal es uno de los ocho municipios de Baja Verapaz, departamento situado en la parte central del país. Ocupa un área de 504 km², es decir, más del 16% del total del departamento. El municipio lo forman un casco urbano o cabecera municipal, catorce aldeas y sesenta caseríos. En el marco del conflicto armado interno y como resultado de la política contrainsurgente del Estado guatemalteco, entre marzo de 1980 y julio de 1983, en Rabinal fueron muertas entre 4.000 y 5.000 personas, de las 26.365 que habitaban en esa época en el municipio.

En un principio la represión recayó sólo en los líderes o dirigentes comunitarios (cófrades, catequistas, promotores de salud, cooperativistas, dirigentes deportivos, hombres jefes de familia, etc.), debido al papel que desempeñaban en la organización social de la comunidad. Tal es el caso de la aldea Río Negro en donde, a decir de la gente, “se inauguró” la violencia en el municipio, la cual se extendió a muchas otras comunidades donde los movimientos de base de la Iglesia Católica, la cooperativa “La Huella del Varón” y algunas ONGs habían desarrollado una importante red de recursos humanos que buscaba mejorar las condiciones de vida de la población.

Cuando a partir de septiembre de 1981 el terror se generalizó, muchas de las comunidades del municipio sufrieron alguna forma de represión de manera discriminada: desde amenazas, secuestros y torturas hasta asesinatos individuales y colectivos.

Hacia 1982 el procedimiento de las matanzas colectivas, como forma de instaurar el terror, se había generalizado en el área rural. Sólo en el municipio de Rabinal se produjeron alrededor de 20 masacres, en las que murieron más de dos mil personas. Junto a la vida humana se destruyeron también todos los elementos materiales de la cultura así como el entorno inmediato (árboles, milpa, huertos) y las pertenencias de la comunidad (ropa,

muebles, objetos artesanales de uso cotidiano y ceremonial, herramientas de trabajo, viviendas, animales, etc.).

De acuerdo a los testimonios, se estima que en más de tres cuartas partes de las matanzas participaron como ejecutores de las acciones de violencia miembros de la propia comunidad afectada o de comunidades vecinas. Esta es una de las características más dramáticas del proceso de violencia en Rabinal: la población civil es a la vez víctima y victimaria. La memoria colectiva recuerda ese período como *“el tiempo del castigo”*.

Durante cerca de 15 años el silencio, impuesto por la contrainsurgencia con la represión generalizada y la impunidad, hizo que la población afectada se mantuviera oculta sin poder resolver el trauma vivido, prolongándose así los efectos de éste y el sufrimiento de los individuos y comunidades. Ese silencio se rompió en el municipio de Rabinal en 1993, a partir de las exhumaciones que se realizaron en tres comunidades, cuyas víctimas habían sido asesinadas en sendas matanzas entre 1981 y 1982.

En muchos de los casos ocurridos en el área rural, la gente presenció y sufrió torturas y el asesinato de sus familiares y vecinos. En las comunidades indígenas, junto a los efectos psicológicos, sociales y económicos, también la cultura y la identidad cultural sufrieron el impacto de la violencia política.

El Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial (ECAP) considera que el trauma vivido a raíz de la violencia y la represión política destruyó la confianza, valor primordial de la sociedad, derivando de ello la indiferencia de los guatemaltecos por su propia historia. Por eso, el principal reto que enfrentan los diferentes sectores para reparar los daños es reconstruir la historia desde la experiencia de sus propios actores y, con ello, proporcionar un referente colectivo para la construcción de una nueva identidad fundamentada en valores profundamente humanos, como la tolerancia, el respeto a la vida y la solidaridad.

Para construir un futuro digno se debe contar con todos los recursos que posibiliten el desarrollo integral del individuo en la sociedad. En esa dirección es necesario que los guatemaltecos puedan desarrollarse en un ambiente en el que se garanticen los derechos fundamentales. Debe favorecerse la posibilidad de humanización de las relaciones sociales, hasta hoy pervertidas por el uso sistemático de la violencia, lo que ha obligado a la sociedad a adaptarse a situaciones completamente anormales que dificultan la resolución de los conflictos por medios consensuales y pacíficos.

Formación grupal

La demanda de hablar de los miedos surgió desde la realidad de las propias poblaciones, especialmente aquellas más golpeadas por la violencia política, debido a la toma de conciencia individual y colectiva de que en sus vidas cotidianas se mantenían muchos miedos derivados de la época del sufrimiento del corazón (1980-83) que estaban afectando su estado emocional y las relaciones sociales comunitarias.

“El miedo es algo que tenemos metido en nuestra cabeza, también sentimos en nuestros corazones, es como un nudo bien apretado que nos hace mucho daño” reflexionaba un grupo de pobladores de varias comunidades reunido en la casa de ECAP en Rabinal en 1997. Allí, junto con ellos, se nos ocurrió decir que nuestro trabajo era desenredar estos

nudos con el apoyo de ellos. Y eso es lo que estamos haciendo en Rabinal: tratando de desenredar los nudos del miedo, la preocupación, la tristeza o desaliento y otros.

Conforme fuimos relacionándonos con las poblaciones, compartiendo su vida cotidiana y sobre todo escuchándoles, nos dimos cuenta que el miedo estaba presente, era una molestia real y no imaginaria. Al convertirse en una situación común para la población, estuvimos de acuerdo cuando ellos y ellas solicitaron platicar grupalmente de los nervios que tenían. Estuvieron de acuerdo cuando les propusimos comenzar a hablar del miedo y que poco a poco se podía ir platicando de otros nervios que ellos tenían en sus mentes, cuerpos y en su vida comunitaria.

Para nosotros este paso fue importante, ya que durante algún tiempo habíamos percibido señales indirectas, no muy claras, sobre esta situación de miedo. Ahora estábamos en el momento de ponerle nombre y apellido a todas estas manifestaciones que ellos y ellas estaban sintiendo.

La capacidad de mantener por buen tiempo las reuniones y de que las personas estuvieran de acuerdo en socializar sus experiencias traumáticas en relación a sus miedos, permitió definir el abordaje de la siguiente manera: *un conjunto de personas sin olvidar el pasado, necesita hablar de sus miedos actuales para construir un futuro mejor*. Esto lo definimos así, ya que creemos que parte fundamental de nuestro trabajo es facilitar que salgan sentimientos y emociones que están dañando psicológicamente a las personas, y que a través de este proceso facilitado por las palabras en un ambiente grupal, puedan poco a poco estar más alentadas para enfrentar el presente, con sus heridas, y construir un mejor mañana.

Objetivo del trabajo grupal reparador

Nuestro objetivo (nosotros-ellos) se centró en que los participantes pudieran socializar sus experiencias relacionadas con el miedo, dentro de un ambiente grupal de solidaridad, respeto, tolerancia y afecto. Los participantes estuvieron de acuerdo desde el inicio con que se vincularan las diferentes experiencias para poder darles un significado en las vidas actuales.

Después del requerimiento de abordar los miedos, conformamos un grupo inicial, sobre el cual hacemos estas reflexiones. Este grupo fue conformado por 20 mujeres y 10 hombres; todos y todas mayores de edad, teniendo en común haber sufrido:

- pérdida de uno o más familiares
- destrucción de viviendas
- pérdida de sus cosechas
- robo de objetos personales de valor cultural (guipiles, collares)
- tortura física, psicológica y sexual
- haberse escondido entre el monte por varios meses
- sentimientos de miedo, etc.

Las primeras tres reuniones se abordaron a través de una pregunta generadora, para que ésta fuera analizada por los participantes con el propósito de conocer la opinión de la mayoría. Hubo cuatro casos que no respondieron y se aceptó grupalmente el silencio como una forma de comunicación.

La pregunta generadora fue la siguiente: *Hoy yo le tengo miedo a...*

Las respuestas del grupo giraron alrededor de los siguientes aspectos:

- Tengo miedo a que se repita la violencia y nos maten.
- Tengo miedo a los patrulleros ya que nos siguen amenazando.
- Tengo miedo a salir por las noches.
- Tengo miedo a las personas desconocidas.
- Tengo miedo al destacamento militar.
- Tengo miedo a que me torturen otra vez.
- Tengo miedo porque estoy sola y no tengo a nadie que se preocupe por mí.
- Tengo miedo a los chismes, que digan algo contra mí.
- Tengo miedo a las reuniones, éstas me preocupan mucho.
- Tengo miedo a que maten a nuestros hijos pequeños.

Posteriormente retomamos los miedos que ellos y ellas sintieron durante la época de la violencia y la reflexión grupal proporcionó las siguientes respuestas:

- Tuve miedo de no poder defender a mis hijos.
- Tuve miedo a que mis hijos pequeños murieran.
- Tuve miedo a que me llevaran los soldados al destacamento.
- Tuve miedo a quedarme sola, sin familia.
- Tuve miedo a que me mataran igual que a los otros.
- Tuve miedo de ir al pueblo.
- Tuve miedo a que nos encontraran y nos mataran.
- Tuve miedo a que me delataran.

El proceso terapéutico o reparador

Para poder desenredar los miedos de una manera efectiva y lograr un alivio en las personas, el proceso de nuestras intervenciones se centró en la demanda expuesta por los participantes, es decir, trabajar o abordar el miedo. Para esto fue necesario que ellos hablaran acerca de sus propias experiencias de miedo tanto del pasado como del presente.

Las personas demostraron una actitud favorable para compartir sus experiencias en relación al miedo. Esto rápidamente generó al interior del grupo un conjunto de actitudes de solidaridad, respeto, tolerancia y afecto entre los participantes, siendo de gran importancia para los que se consideraban los más afectados por el miedo o los nervios.

Ejemplos:

Me gusta venir al grupo, siento que me aliento para hablar y recibo apoyo de los demás (sobreviviente de Pichec).

El grupo es como un pueblito de los de antes, todos nos ayudamos (sobreviviente de Pachica).

Cuando un grupo está formado por personas con las mismas experiencias, similares emociones y los mismos miedos, compartir esto tiene un impacto terapéutico. Nos permitió confirmar una realidad vivida aisladamente, percibida muchas veces como una experiencia de otros pero no propia; es decir que se colectivizó la memoria, las palabras, los relatos relacionados con el miedo y se asumieron como algo de todos.

Ejemplos:

En el grupo he encontrado personas con mi mismo sufrimiento (sobreviviente de Chichupac).

Ahora que sé lo que les ha pasado a otros, tengo valor para contar lo que tengo yo (sobreviviente de Plan Sánchez).

Apoyándonos unos a otros estaremos más alentados para que, sin olvidar el pasado, podamos sentirnos mejor para el futuro.

Este grupo es como si estuviéramos preparando nuevamente la tierra para sembrar y recoger cosecha (reflexión colectiva).

Nuestros difuntos seguramente estarán contentos, porque nosotros platicamos de ellos, los difuntos son de todos nosotros (reflexión colectiva).

Conclusiones iniciales:

- El miedo fue una experiencia derivada de las políticas contrainsurgentes que sufrió gran parte de la población de Rabinal y de toda Guatemala. Por ello es necesario hacer un estudio post-conflicto armado más profundo sobre las consecuencias psicológicas y políticas del miedo en la sociedad guatemalteca.
- El abordaje grupal sobre el miedo, así como de otras situaciones tales como la tristeza, las preocupaciones, la ansiedad, somatizaciones y otros, nos abrieron una nueva puerta, ya que descubrimos que para que exista una verdadera reconciliación será necesario abordar aquellos sentimientos de cólera, enojo, frustración, culpas que aún persisten en muchos de los sobrevivientes.
- Hay que seguir buscando alternativas para que el guatemalteco rompa el silencio impuesto por las políticas contrainsurgentes.
- La memoria, las palabras y los testimonios son altamente terapéuticos y tienen como base el sentido cultural de la oralidad y colectividad del pueblo Achí.
- El abordaje terapéutico lo estamos realizando en un clima donde prevalece la amenaza y la impunidad. Esto significa que nosotros también, en algún momento, necesitamos socializar nuestros propios miedos, para hacer más efectiva nuestra intervención.

*Publicado en revista Reflexión N° 26, ediciones CINTRAS, Santiago de Chile, junio de 2001.
Págs.30-33.*