



# La línea invisible que todo lo alcanza

## EL TRIÁNGULO

**Ángela Labordeta**

Periodista y escritora



Ya casi nadie habla de la carta, porque después de su publicación han pasado tantas cosas que la misiva apenas ha servido para nada y aquellas palabras que yo creí que **Pedro Sánchez** escribía desde un lugar entre la duda y el desasosiego, condiciones y virtudes humanas, se han convertido con el paso de los días en un paraguas que, abierto y en posición invertida, recibe todo tipo de mensajes tóxicos a la espera de la gran broma final, que ha llegado a lo largo de los últimos días con distintas actitudes, con palabras gruesas donde ni siquiera han faltado las declaraciones del presidente argentino, muy dolido él,

con lo que sobre su persona dijo, con bastante poco acierto, el ministro **Óscar Puente** en una reflexión que poco importa si es cierta o no y pone de relieve el lugar en el que se sitúan nuestros políticos, que de alguna forma se han convertido en macarras de sillón buscando hacer o decir aquello que haga el mayor daño posible al que está enfrente, sin darse cuenta o reparar en que esa decisión o esa afirmación lleva consigo una mayor frustración para una parte de la sociedad que no acaba de entender si el propósito de todos esos señores y señoras bien vestidos es realmente construir o más bien buscar, montados en la improvisación y el ardor,

convertirse en sheriffs con estrella y rifle.

Puede que mis palabras resulten exageradas, pero no lo son cuando vemos lo que estamos viendo y asistimos asombrados a una escalada sin precedentes donde lo más de lo más es tomar decisiones para ocasionar enfrentamientos o hacer declaraciones para generar estupor y rechazo, al tiempo que vemos cómo se imponen ultimátums que son de acero y hambre.

Las cosas, la verdad, no son bonitas porque hay una tensión impuesta que lo barniza todo y lo desacredita, traspasando todos los umbrales y dejando el sentido común en el regazo de la almohada nada más abrir los ojos al nuevo día. La carta que escribió Sánchez tenía una condición necesaria y si no queremos acabar aceptando mensajes de odio y crispación sin posibilidad de retorno, más vale que todos aquellos que dicen ser profesionales de la política, hombres y mujeres honestos con familias y amores, comiencen a recapacitar y entiendan que las siglas son solo eso: unas tristes siglas que nada saben de la vida, ni de la mujer que sube todas las mañanas al vagón con esperanzas de que algo cambie, ni del hombre que sacude su rabia sin ser visto o del niño que traza una línea invisible para acariciar el hombro de su compañera.

# El duelo migratorio

## MÁLAGA SOLIDARIA

**Pierina Vanessa Huanqui**

Vocal de la Junta Directiva y voluntaria de Málaga Acoge



Cuando hablamos de duelo, usualmente lo relacionamos con la experiencia de pérdida significativa de una persona cercana a nosotros. Entonces, entendemos el duelo como un proceso doloroso e impactante en la vida de quienes lo atraviesan. Asimismo, esta experiencia de pérdida podría o no estar relacionada con la pérdida de un ser querido. Durante nuestras vidas, enfrentamos diversas situaciones de pérdida, como la pérdida de una relación sentimental, de una mascota y la pérdida asociada a la migración a otro país.

Al migrar a un país, se activan procesos complejos. Por un lado, está el proceso de adaptación a la nueva realidad y, al mismo tiempo, el duelo comprendido por los diferentes sentimientos asociados a la pérdida de lo dejado en nuestra tierra.

Tomar la decisión de dejar atrás lo que formaba parte de la vida e historia de cada uno, y lo que constituye la identidad, es una decisión que confronta con la dura realidad de salir de la zona de confort para transitar por la incertidumbre de un futuro que se vislumbra como desconocido. Sin embargo, los motivos pueden ser lo suficientemente fuertes como para decidir finalmente enrumbarse hacia una nueva tierra. A pesar de los temores y miedos asociados a esta decisión, también acompaña un sentimiento de espe-

ranza de que este cambio tan importante pueda traer mejores condiciones y seguridad en nuestra vida.

Una vez convertidos en migrantes, los primeros sentimientos de tristeza y desesperanza podrían aparecer cuando tomamos conciencia de lo difícil que es la falta de la red de

soporte con la que contábamos para sostenernos. Familiares, amigos y compañeros, quienes eran parte de nuestra historia y con quienes construimos una vida, ya no están cerca para brindarnos el apoyo emocional que necesitamos. Entonces, la pérdida de esta red de soporte comienza con la tristeza y el dolor de saber que no estarán, y el sentimiento de soledad comienza a acompañar a los migrantes en esta travesía.

Las costumbres arraigadas, tradiciones, cultura y lengua ya no formarán parte de la vida diaria como solían hacerlo. El recuerdo de momentos compartidos, por ejemplo, en lugares preferidos en el país natal y con amigos de toda la vida, evocará la nostalgia de una realidad que ya no es parte del presente. Además, recordar la posición y el estatus social que se tenía en el país de origen, y asumir la pérdida de lo obtenido, está acompañado por la frustración de sentir las limitaciones para conseguir y reconstruir una nueva vida.

El duelo migratorio puede estar asociado a sentimientos de tristeza, nostalgia, frustración, culpa e irritabilidad, e incluso puede desencadenar cuadros clínicos como la depresión y trastornos adaptativos. Como cualquier duelo, también tiene sus etapas y tiempos. En una primera etapa, pueden surgir sentimientos intensos hacia la nueva realidad, incluso rechazo y hostilidad hacia el nuevo entorno, pero luego la aceptación, adaptación y ajuste serán importantes para superar el duelo.

Además, el duelo migratorio puede permanecer latente debido a las múltiples y profundas pérdidas asociadas a la identidad, lo que puede generar sentimientos de duelo de manera permanente o recurrente en diferentes medidas.



E. PRESS

# OPINIÓN

Leo vaticinios sobre la probable caída del Israel de **Netanyahu** al pozo de los llamados «países parias», debido a los espantosos desmanes en la guerra de Gaza. No creo que pese a tan terrible proceder fuera justa esa caída como país, única democracia en la vasta región de la que forma parte. Pero además son vaticinios propios del ensueño de que los principios humanitarios rigen nuestro mundo. Iba a ser un «paria» **Vladimir Putin**, arrastrando a **Rusia a esa** condición, pero la fuerza que sigue demostrando hace a ambos «respetables» a fuer de poderosos. Iba a serlo el Príncipe heredero de Arabia Saudí, tras el horripilante caso **Khashoggi**, pero el carisma energético y estratégico lo ha rehabilitado. Mientras Israel siga siendo un eficaz portaaviones del primer mundo en la crucial región del petróleo, la reprobación moral de Occidente quedará en gestos: cuenta más llenar el depósito.

## Lo primero de todo es no engañarse

En corto

**Pedro de Silva**

