

# Una isla en la que te saludan

---

João França

João França. «Una illa on et saluden». *Retrats de la Barcelona comunitària* (págs. 11-29). Barcelona: Ajuntament de Barcelona.

Traducción realizada por FUOC

PID\_00(90488)



© de la edición en catalán: Ajuntament de Barcelona (2019). En: *Retrats de la Barcelona comunitària* (págs. 11-29). Os podéis descargar la versión del libro en catalán en: <https://ajuntament.barcelona.cat/barcelonallibres/ca/publicacions/retrats-de-la-barcelona-comunitaria-0>

© de los textos: João França

© edición y traducción al castellano: Fundació Universitat Oberta de Catalunya (2021)



*Los textos e imágenes publicados en esta obra están sujetos –excepto que se indique lo contrario– a una licencia Creative Commons de tipo Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada (BY-NC-ND) v.3.0. Se puede copiar, distribuir y transmitir la obra públicamente siempre que se cite el autor y la fuente (Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya), no se haga un uso comercial y ni obra derivada de la misma. La licencia completa se puede consultar en: <http://creativecommons.org/licenses/by-ncnd/3.0/es/legalcode.es>*

## La bienvenida

La plaza Reial es quizás uno de los rincones más encarados al consumo del centro de Barcelona. Prácticamente todos los locales que se encuentran bajo sus pórticos son restaurantes o discotecas destinados al público turístico. Por eso sorprende que uno de los pisos que allí se encuentran sea un espacio para la subversión.

En el pasaje de Madoz, en una de las entradas al recinto porticado, hay una gran puerta de madera sin muchas indicaciones. Una vez que la cruzas aparecen unas escaleras de mármol que se bifurcan. El edificio, señorial, es del siglo XIX y, como en la mayoría de los edificios antiguos del centro de la ciudad, a medida que vas subiendo pisos, las escaleras van perdiendo nobleza.

Si llegas a la tercera planta un miércoles por la tarde, lo que te encuentras es un pequeño piso apretado. En la entrada, apoyado en la pared, hay un piano con aspecto de no haber sido tocado en mucho tiempo; encima hay algunos panfletos y la gente suele sentarse en la tapa para hablar. Es imposible entrar pasando desapercibido porque la gente que charla forma un pasillo. Tampoco es habitual que la gente entre como si nada. Todo el mundo se saluda: se estrechan la mano o se dan dos besos, se presentan y preguntan el nombre a quien llega.

No esperan explicaciones, simplemente te dan la bienvenida.

Al fondo del pasillo hay una sala con un gran ventanal que da a la plaza. Hay bastante gente charlando, sentada en la mesa o en los sillones y sillas que hay cerca de la pared.

A medio camino entre la entrada y la sala hay unas puertas abatibles que no cierran muy bien y, para que no se abran, se tienen que calzar con un cartón entre las dos. Estas dan acceso a un estudio de radio desde el que se van oyendo aplausos esporádicos. En el umbral entre la pequeña antesala y el estudio dice «*on air*» y entre las dos palabras está la rosca para poner una bombilla, probablemente roja, que hace tiempo que ya no está. Todo el espacio está lleno de adhesivos. Las paredes se podrían considerar un archivo de las luchas sociales de la ciudad y se pueden encontrar campañas contra el desalojo de espacios que hace años que ya no existen.

Esta es la sede de Contrabanda FM, una emisora de radio libre que comenzó a emitir en 1991. La puso en marcha un colectivo creado en 1988 por un grupo de personas muy diversas preocupadas por la falta de un ámbito de comunicación alternativo en la ciudad de Barcelona. Empezaron a emitir tres años más tarde y desde entonces siguen funcionando como radio libre, no comercial, asamblearia y autogestionada.

Habitualmente no se ve a tanta gente en su sede. Dos, tres o cuatro personas son las que pueden caber cómodamente en el estudio. Los miércoles, sin embargo, parece no tener límite. La gente se mueve constantemente de la sala a la habitación desde donde se emite, que no solo tiene las sillas llenas, sino que también hay gente apoyada en las paredes e incluso personas que se acumulan en el umbral de la puerta intentando escuchar bien lo que se dice. A veces no es fácil porque, a pesar de estar en directo, abren la ventana de la antesala para que corra el aire, ya que con tanta gente acumulada hace más calor, pero desde afuera entra el ruido de las obras o la música de los vecinos. Dos personas que aún no se habían encontrado en ningún otro lugar se presentan allí. Todo el mundo se saluda. Inician una conversación hasta que desde dentro del estudio les piden silencio.

Todo es un caos, pero todo el mundo tiene claro cómo hacerlo funcionar. Esto es Radio Nikosia.

## **La emisión**

Nicosia es la capital de Chipre, y desde la invasión turca en el 1974 es una ciudad dividida en dos partes. Aquel año hubo un golpe de estado en la isla con el apoyo del gobierno militar griego y semanas más tarde las tropas turcas iniciaron una invasión. Desde entonces se ha establecido la República Turca del norte de Chipre, solo reconocida por Turquía, y la frontera entre los dos territorios atraviesa la capital.

La emisión de la radio siempre comienza con las mismas palabras:

**«Ahora es cuando empieza a transmitir Radio Nikosia, durante las próximas dos horas estaremos en el aire. Ahora es cuando existe la posibilidad de que digas lo indecible, de que aprendas a ver el mundo al revés y estés contento con ello. De que sumes nuevas perspectivas a tu manera de estar de cara a los días. Ahora es cuando la locura es un lugar normal y la normalidad vuelve a ser relativa. Ahora es cuando entras en el universo Nikosia.**

**Nikosia es la última ciudad dividida por murallas, ideas, religiones y un supuesto abismo cultural. Creemos que, de una u otra manera, todos llevamos cierta Nikosia dentro de la geografía del cuerpo y de la mente. Alguien separó en dos a Nikosia, pero nosotros viajamos constantemente a un lado y a otro de esa frontera. Y es desde este dualismo, desde este vaivén, que vamos a contar aquí nuestra historia, que es tan real y legítima como cualquier otra».**

Un día antes del Día Internacional de las Mujeres y habiéndose convocado una huelga de mujeres, el programa gira en torno a este tema. El movimiento de

gente sigue siendo constante: hay quien entra al estudio porque quiere hablar, quien sale porque ya ha hablado o quien simplemente se acerca a escuchar. Cuando sale Juli se encuentra con Yolanda en la antesala:

—¡No has hablado!

—Es que hay mucha gente.

—¡Métete! Hazte un lugar.

Siempre hay alguien que anima a quien no dice nada a participar y salir en antena.

El tema del programa va dando vueltas y Natalia Castaño, que lo coordina, va proponiendo cuestiones para el debate. Cuando llega al tema de la menstruación, la gente empieza a estirar mucho de este hilo. Hablan de los impuestos elevados que tienen las compresas y los tampones, del 21 %, como si fueran bienes de lujo. También critican los anuncios:

—No solo debemos estar guapas y perfectas, sino que nos ha de venir la regla de color azul.

—Las compresas y tampones son blancos e impolutos y alimentan más la idea de que la menstruación es algo sucio.

—No tenemos derecho a manchar, pero en realidad deberíamos poder pintar con la regla, si quisiéramos.

—Yo he sido profe de educación física y cuando las niñas me decían que no podían hacer la clase porque tenían la regla yo les preguntaba cómo la tenían, de qué manera. Es una excusa para hablar y normalizarlo.

Los micrófonos no inhiben mucho y la conversación se desarrolla en un entorno de confianza, solo que multiplicado por las ondas. La idea es que aquí se puede hablar de todo, sin barreras.

—Es como lo que dicen de que la mujer es el único animal que sangra durante cuatro días y no muere —dice un hombre.

—Eso es machista —le replica rápidamente una compañera. —Y después hablaremos del lenguaje y de cómo utilizan la regla para burlarse de nosotras.

Que todo se pueda decir no significa tampoco que no se puedan confrontar los planteamientos. Prevalece el respeto. El debate sigue y termina hablando de la huelga del día siguiente. Desde la mesa de control, Lucía Sierra interviene para destacar que también ha habido mujeres feministas migrantes y racializadas que han alzado la voz para decir que no se sentían convocadas a la huelga y

—subraya— le parece importante **«que no tengamos que estar todas de acuerdo»**.

Al final de la emisión, la mesa de la sala está llena de comida y de bebida porque se celebra el cumpleaños de alguien y todo el mundo come, bebe, ríe y charla en grupitos por los rincones.

## **El aterrizaje**

**«Yo lo que hago es crear lío»**, dice Natalia sobre su papel cuando hace de coordinadora del programa. **«Yo hago muchas preguntas y que la gente vaya diciendo; intento hacerlos pensar, que digan lo que quieran y a veces empiezas con un tema, pero acabas con otro completamente diferente»**.

Los temas de los programas se eligen en asamblea y siempre hay una o dos personas encargadas de coordinar la emisión, pero una vez que están en antena, todos intervienen. **«La magia de Nikosia es que todos somos importantes y que yo coordine el programa no significa que hable yo sola, aparte de que no podría sacar adelante el programa hablando dos horas yo sola»**, remarca.

Natalia ya tenía en perspectiva hablar ante un micrófono, pues estudió interpretación con la intención de acabar dedicándose al doblaje. A la radio, sin embargo, llegó de casualidad: fue a ver una exposición de pintura en el Centro Cívico Convento de San Agustín y resultó que se organizaba desde Nikosia. Al cabo de unos días los llamó y la atendió Martín Correa, impulsor del proyecto.

**«Martín por teléfono me sacó de quicio, porque hablaba muy calmado. Tenemos la costumbre de hablar deprisa, resolverlo todo rápido y él me parece que estaba en la cocina con sus hijos y hablaba tranquilo. Yo me preguntaba por qué hablaba con tanta calma. Yo quería que me dijera rápido, que me diera respuestas al momento. De entrada, esto ya fue diferente porque en vez de decirme “sí, ven ya”, hizo “ah, ven, pásate un día”**», recuerda Natalia.

La primera vez que fue a la radio era pleno invierno y faltaban pocos días para Navidad. Quedó muy impactada. Ya de entrada por el espacio: no se esperaba que el lugar de encuentro fuera un piso. Ella había frecuentado centros cívicos, pero nunca un espacio autogestionado como el de Contrabanda FM. Todo aquello le parecía como de una película de Tim Burton, un universo mágico que no se acaba de entender.

**«Estaba como descolocada, no sabía qué pensar, qué hacer, qué sentir, nada; no entendía nada y llegué a odiarlos porque no sabía si volver, si**

**quedarme, cómo hablar... porque era un hecho diferente, que ahora entiendo y los amo y son mi familia, pero como que no era lo convencional...».**

Ahora Natalia va por el estudio sin gafas. En la calle siempre se las pone **«no por nada metafórico, sino porque no veo»**, pero en la radio se siente como en casa y se permite no llevarlas puestas. Lo único que todavía le da vergüenza hacer es quitarse los zapatos, pero bien cómoda estaría yendo descalza.

## **Un nuevo sitio**

En 1991, en el hospital psiquiátrico Doctor José T. Borda de la ciudad argentina de Buenos Aires, se puso en marcha Radio La Colifata. El objetivo del proyecto era dotar a los internos de un espacio de autonomía que les permitiera ir más allá de los muros del psiquiátrico. El psicólogo Alfredo Olivera, impulsor de la experiencia, explica que la idea surgió de un encuentro con personas de una radio comunitaria, en la que los programas se iban construyendo con las intervenciones de los oyentes. Le propusieron que participara como estudiante que visitaba el manicomio. Su contrapropuesta fue que hablaran las personas que vivían allí y grabó una conversación para esta primera intervención. Hoy tienen su propia antena y su frecuencia en la FM.

En una entrevista que le hicieron en Radio Nikosia, recogida en *El libro de Radio Nikosia: voces que hablan desde la locura*, el impulsor de La Colifata explica la iniciativa:

**«La lectura inicial tenía que ver con los manicomios: en Sudamérica todavía existen manicomios u hospitales psiquiátricos donde viven mil o mil doscientas personas y muchas de ellas pierden todo contacto con el resto de la sociedad. Es entonces cuando se me ocurre lo de la radio: la pienso como un instrumento para romper ese muro y como una manera de volver a llevar la palabra de los que allí estaban al resto de la comunidad. Sobre todo, porque era interesante pensar que se podían producir movimientos de transformación en la psiquiatría o en la atención al paciente mental en la medida en que fuera posible trabajar con la comunidad en cuanto a las prácticas concretas y cotidianas que tenemos todos como cuerpo social».**

Martín Correa, periodista y antropólogo, colaboró con La Colifata. Cuando llegó a Barcelona se planteaba cómo trasladar esta idea a un contexto en el que no existen los muros físicos de los psiquiátricos, pero, en cambio, sí existen otros muros más simbólicos. Por eso, en 2003, impulsaron una radio fuera del ámbito

clínico a través de la Fundació Joia, dedicada a la reinserción en el ámbito de la salud mental. Por diferencias entre la fundación y el equipo de la radio, el proyecto se emancipó y en 2008 se constituyó la Asociación Sociocultural Radio Nikosia.

**«Los programas siempre se han hecho en Contrabanda y esto a veces genera cierta confusión porque a veces nos preguntan por qué nos llamamos Radio Nikosia si la radio es Contrabanda. Pero es que no somos solo un programa dentro de una emisora libre, sino que nos entendemos como un espacio que posibilita o estimula la posibilidad de enunciación, tanto en el programa en Contrabanda como en las colaboraciones con otros medios y también en charlas, formaciones o espacios de acogida a la gente nueva que llega»**, explica Lucía Sierra, que forma parte del equipo de coordinación de Nikosia.

Lucía comenzó a trabajar cuando era muy joven en una institución con personas con diagnósticos de salud mental en Argentina. Siete años después se trasladó a Barcelona. Tenía amigos en común con Martín y uno de ellos le explicó el proyecto de Radio Nikosia, así que decidió acercarse. Su puerta de entrada fue el taller de pintura, el primer taller que comenzó a hacer la asociación para dar cabida a otras inquietudes de las personas que participaban en la radio. Lucía siempre había hecho *collages* y tenía la necesidad de encontrar un espacio creativo.

**«A mí Barcelona me parece una ciudad muy agresiva y de entrada no lo parecería porque hay mucha oferta de espacios, de posibilidades de vinculación, se promueve muy activamente el asociacionismo y la participación, pero sociológicamente hay una postura de sí, pero no. Se suma esta dinámica de alienación que provocan las grandes ciudades, pero es que vas a una *mani* y te encuentras a un montón de gente; vas a una asamblea, preparas cosas y luego te encuentras a la misma gente y no te dice ni hola. ¿Cómo puede ser que esta posibilidad de contacto afectivo esté como rota o empantanada?»**, se pregunta.

La radio para ella es un espacio diferente al que llegas y la gente te saluda, se presenta, te hace preguntas o te pide una opinión, aunque no te conozca. **«A la gente que llega le llama la atención no entender nada. Hay un montón de gente, no sabes quién es quién, todo el mundo habla y ríe; unos fuman, los otros van y vienen, una me da un beso, otro me llama para decirme no sé qué... Cuando un espacio está vivo, en movimiento, hay un punto de desorden»**.

Hay pequeños gestos muy significativos en todos los espacios de Nikosia que tienen que ver con la acogida, con que haya un reconocimiento, una presentación o incluso que te esperen. Cuando lo pueden prever, la gente está alerta de que vendrá alguien nuevo a la radio o a la asamblea.



**«Hay muchos compañeros que son estelares en esta función de acoger, recibir, dar dos besos o de hacer una minipresentación; no es la responsabilidad de una persona, sino del colectivo, y con estos gestos podemos invitar al otro a llegar a un lugar nuevo», dice Lucía. «Nos motiva y nos sostiene inventar nuestro propio lugar: no el de enfermo, ni el de usuario, ni el de persona que sufre, ni hablar del diagnóstico; soy una persona que hace radio, que pinta o que participa en una asamblea y esta invención de un nuevo sitio posible también tiene que ver con las personas que no hemos tenido un diagnóstico, aunque sí sufrimiento psíquico, como todo el mundo, y que, por el hecho de estar allí, podemos pensar de qué forma hemos adquirido unos tics o una manera de ser en el mundo que tampoco nos hacen sentir cómodos».**

Quitar relevancia al diagnóstico en salud mental es la clave del proyecto de Nikosia. **«A menudo llegan personas en una situación de autocronificación repitiendo un papel, un rol de enfermo mental, como si fuera la identidad total de persona enferma o usuaria, y el hecho de que las estén esperando, que puedan ensayar otra manera de estar, que haya una disposición de los elementos para que puedan pasar otras cosas les puede hacer bien. Esto a veces permite en muy poco tiempo que esta persona diga cómo se siente, si no está cómoda con su familia o si no lo está en el centro; otras veces no, requiere mucho tiempo. Otras veces la gente tampoco tiene nada que decir, aunque, si quieren hacerlo, tienen un espacio»**, concluye Lucía.

## **La asamblea**

Los lunes son día de asamblea de Radio Nikosia. Se hacen en el mismo piso de Contrabanda. El espacio común se llena y hay que sacar sillas de todas partes, de donde se pueda. Los días de emisión la gente va dando vueltas, pero la asamblea los concentra a todos en un mismo espacio.

En la entrada hay un grupito de gente junto al piano. Francisco pregunta quiénes son o qué hacen a la gente que llega nueva.

—Yo soy usuario —dice cuando le devuelven la pregunta.

—¿Usuario de qué?! —le espeta Martín. —¿Hasta cuándo te definirás así?

—Es verdad, no estamos en un centro de salud mental de adultos (CSMA), pero no me acostumbro.

—Francisco ya ha publicado cuatro libros —explica Martín.

—¿De novela?

—No, soy dibujante. ¡Mira! ¡Me debería presentar así! Soy dibujante.

En el otro extremo del pasillo, la gente va cogiendo sitio. Micaela cruza la sala y coge un asiento delante de la ventana y comenta a la chica que tiene al lado que qué dibujo más chulo tiene en el cuaderno, que si lo ha hecho ella. Habla de tal manera que lo comparte con toda la sala. Mientras Micaela hojea el cuaderno, ella le cuenta que sí, que los hace ella, a menudo en clase cuando se aburre. El bloc comienza a rodar por la sala y la gente comenta los dibujos y le hace preguntas: con qué los hace —con bolígrafo— o con qué los pinta —con rotuladores—. Ella los comparte y los explica contenta.

La asamblea discute algunas cuestiones generales de Nikosia, pero enseguida se centra en el programa de radio de la semana. Los que están más cerca recuperan el tablero de corcho apoyado al fondo de la sala, donde hay una mesa con las propuestas de programa. Tardan un rato en aclarar cuál tocaría. El programa sobre la huelga de mujeres se «coló» en la previsión y las fechas no coinciden. Teniendo en cuenta esto, el programa que tocaría esta semana lo propuso una persona que no está, así que pasan a la siguiente, que es una propuesta de Natalia: «**Otras palabras: lenguaje, dolor y salud**». De entrada, la gente comenta la potencia del título.

—¿Por qué habías pensado en esto? —pregunta Martín.

—A veces usamos palabras que, sin darnos cuenta, nos hacen daño a nosotros mismos: «¡Qué tonta que soy!», «yo soy incapaz de no sé qué porque soy nula»... Estas expresiones nos acaban haciendo daño porque nos las acabamos creyendo —dice Natalia—. Me gustaría generar un debate sobre las palabras, pero sin la RAE ni nada, desde nuestra perspectiva.

A partir de la propuesta comienza un debate sobre las palabras y su carga significativa. Preparar un programa pasa por eso. Óscar propone un concepto para lo que comenta Natalia: «**sadomasoquismo emocional**». Se comenta cómo la gente critica a los demás y cómo esto tiene un peso, incluso en el entretenimiento, como en los programas y revistas del corazón.

—España es el país de la Vieja del Visillo —dice Natalia en referencia al personaje del cómico José Mota—. Del acto de criticar se ha hecho un negocio y esto se convierte en un hábito.

—A veces criticamos al otro lo que es de uno mismo sin darnos cuenta de ello —añade María, que está a su lado—. Yo de vez en cuando me pillo in fraganti y me digo: «¿Qué dices de los demás? ¿Y tú qué?».

El debate acaba tocando la cuestión de las palabras relacionadas con la salud mental. No es ni mucho menos el único tema que se aborda en Nikosia, pero a menudo está en el ambiente.

—Tenemos que pensar en cómo nos constituyen las palabras con las que nos llaman, yo como «trabajadora de la salud mental» —Marcia enfatiza las comillas— a veces no sé cómo llamarme.

—Yo tuve amnesia y esto es una parte de mi identidad que he perdido, pero me lo tomo como una oportunidad para volver a empezar de cero, que no la tiene todo el mundo —apunta Sara, que reivindica el optimismo en el lenguaje para contrarrestar la negatividad.

## El apoyo mutuo

**«Yo vengo del mundo competitivo de la empresa y mi filosofía de vida no era la que tiene Nikosia, pero cuando la encontré dije: “Esto es lo que yo quiero”»,** recuerda Nacho Quadras. Al igual que Lucía, encontró su puerta de entrada a través del taller de pintura.

Estuvo ingresado y cuando salió le recomendaron vincularse a la asociación Activament. Se implicó mucho y en un momento se les ofreció participar en los talleres que organizaba Radio Nikosia. **«En el taller de pintura conocí a algunos de los que participaban en el programa de radio y me animé porque me pareció gente muy maja; yo no tenía la idea de hacer radio, pero me llamó la atención y cuando fui me sentí muy bien acogido, muy bien tratado. Me gustó muchísimo la filosofía del espacio y del programa, de escuchar a gente diferente».**

Se terminó desvinculando de Activament por diferencias personales y se volcó en Radio Nikosia, hasta el punto en que hoy es el secretario de la asociación. Los cargos no tienen peso dentro de la organización, pero sí es cierto que las personas que los ostentan están especialmente implicadas en el día a día del colectivo.

Para Nacho hay dos factores que diferencian a Nikosia de otros tipos de espacios. Por un lado, los cuidados mutuos: **«no solo se dan en un momento determinado de un grupo de ayuda mutua, que es lo que tienen las entidades, en los que tú explicas el problema y la gente te intenta ayudar; en Nikosia esto sucede en todo momento».** Por otro lado, te permiten desarrollarte como persona: **«puedes participar en cualquier actividad que se hace, en lo que te guste; también puedes proponer cosas que te gusten para que se hagan como asociación... Es un lugar de posibles, como dice Martín, un lugar donde todo es posible».**

Natalia dedica los lunes, los martes, los miércoles y los viernes a Radio Nikosia. Los lunes participa en el grupo de cuidados o en el de mujeres; cada quince días se reúne uno de los dos. **«En la asamblea salen muchos problemas, pero es un espacio más para la radio; entonces, se creó un grupo de cuidados para que nos pudiéramos encontrar con un grupo de personas y hablar de algún tema que nos inquiete más en el sentido emocional»**, explica en la misma cafetería donde se encuentran cada semana.

También se vio la necesidad de crear un grupo específico de mujeres para abordar cuestiones que las inquietan específicamente a ellas: **«Somos un grupo muy variado, cada una tiene su peculiaridad y es todo muy espontáneo. Se propone un tema, o no, y a partir de ahí... Recuerdo que un día nos pasamos la tarde hablando de bragas, ¡imagínate!»**, rememora Natalia.

**«Nikosia no es como otros lugares en los que son paternalistas, en los que los técnicos son los que dirigen lo que tienes que hacer o dejar de hacer, sino que eres tú mismo el que lo vas encontrando y hay gente que va y no encuentra nada y se va, pero es lícito»**, apunta Nacho. **«Quizás están en un proceso en el que necesitan más acompañamiento, pero Nikosia no es acompañamiento en el sentido tutelar de la palabra, sino que más bien te da la posibilidad de crecer con tus características»**.

Las decisiones se toman todas asambleariamente, con una lógica de autogestión, en la que todas las personas tienen el mismo peso, tengan un diagnóstico en salud mental o no. Por ello, más allá de la asamblea de los lunes, que a menudo se queda corta para decidir sobre otras actividades, está la junta de buen gobierno, que es un espacio mensual de gestión abierto también a todas las personas vinculadas a Nikosia.

## **El club social**

La Generalitat, actualmente desde el Departamento de Trabajo, Asuntos Sociales y Familias, incorpora a su cartera de servicios el de club social. **«El servicio de club social es un programa de apoyo a la integración y a la inserción comunitaria mediante el ocio dirigido a personas con enfermedades mentales en situación de dependencia»**, se explica en la web del Departamento. El lenguaje de la gente de Nikosia tiene poco que ver con estos términos. Sin embargo, con la propuesta y con el acompañamiento de personas de la Administración, vieron una oportunidad para dar estructura al proyecto.

Actualmente la Asociación Sociocultural Radio Nikosia gestiona un club social y cuenta con un equipo de cinco profesionales que se dedican a él. En realidad,

hacen lo mismo que hacían, pero la asamblea, el programa de radio y los talleres como los de pintura, de percusión o de yoga forman parte de las actividades del club social.

Mucha gente ni siquiera lo sabe, ya que no piden nada a nadie para que participe. Eso sí, cuando una persona que está implicada expresa que tiene un diagnóstico en salud mental, le proponen si quiere formar parte del club. Esto no cambia su implicación en el proyecto, pero le piden, si la quiere aportar, una serie de documentación, como un diagnóstico hecho por un profesional en materia de salud mental, para poder justificar el funcionamiento del club ante la Administración.

Adaptar el trabajo de Nikosia a los parámetros y a los criterios de evaluación de un servicio de salud mental no es fácil, sobre todo teniendo en cuenta el caos, pero Lucía invita a **«no tomárselo demasiado en serio»**. **«Lo que hay que hacer es traducir lo que hacemos a unos indicadores porque no estamos simulando nada, hacemos muchísimas cosas, muchas más de las que decimos que hacemos»**.

Con el reconocimiento como club social, ella pasó de estar implicada como una participante a estarlo como trabajadora y le preocupa evitar que el lenguaje de la institución entre en el día a día de Nikosia. **«Es prácticamente imposible que no entre, pero nos tenemos que pelear con él. Le hemos dejado el mínimo espacio necesario para tener unos recursos que nos permitan funcionar o cumplir con la evaluación que piden, porque también es lógico y está bien que se quiera evaluar que el dinero público, que es de todos, se invierte en algo que realmente se hace»**.

## La gravedad

En el barrio de la Ribera, en el casco antiguo de Barcelona, la orden de San Agustín construyó un convento en el siglo XIV. Tras el asedio de la ciudad en 1714, se empezó a edificar la fortaleza de la Ciutadella, que desplazó a los monjes al barrio del Raval. Desde entonces el antiguo convento ha tenido diversos usos, entre ellos el de cuartel militar, y hoy es la sede, entre otros, de un centro cívico que lleva el nombre de Convento de San Agustín.

Una mujer llama a la puerta de un pequeño despacho de una de las plantas superiores.

—Quería hablar con Jon —dice desde fuera con un hilo de voz.

—No te veo —le dice Jon Barrena, como una invitación a pasar y una vez que está dentro la reconoce. —¿Cómo estás?

—Bien.

—¿Qué querías saber? ¿Algo sobre los talleres?

—Quería saber si los jueves había pilates.

—Yoga. Lo que hacías era yoga, pero tiene cosas que se parecen...

—Eso, ¡yoga!

—Pues no, ya se ha terminado hasta septiembre...

—Pfff... Me había comprado la esterilla y todo.

—En tu barrio queda todavía una sesión de chi kung —ella frunce la nariz—, suena extraño, sí, pero tiene que ver...

—Deja mi barrio a un lado porque allí no iré ni en pintura. Yo, con los personajes que hay, no voy...

—Entonces hacemos algo, ¿te apunto cuándo comienza el yoga en septiembre y vienes en septiembre?

—¿Me dejas tu tarjeta y te llamo en septiembre?

—Pero tenemos los teléfonos, ¿no? Yo tengo tu teléfono aquí.

—Ya, pero yo lo he perdido.

—Pues... ¿Te apunto aquí cuándo vuelven a empezar las cosas? Yoga comienza el 13 de septiembre a las cuatro de la tarde. Percusión... — balbucea mientras apunta la información del otro taller en el que había participado durante el curso—. Te apunto también el teléfono. Me lo puedes preguntar por WhatsApp o como quieras.

Cuando se marcha, Jon anota en la tabla de inscripciones que participará en yoga y pilates. Es uno de los responsables de la Red Sin Gravedad, un proyecto que impulsó Nikosia en el año 2015 con Saräu (asociación de ocio inclusivo), la asociación Activament y la cooperativa Aixec.

**«Aunque somos entidades muy diferentes teníamos en común el hecho de realizar actividades que dan cabida a personas cicatrizadas o que vienen del mundo de la salud mental para generar espacios de encuentro con otras personas»**, explica Jon. Por eso programan talleres y actividades que se encuentran en el marco de la oferta abierta de centros cívicos y centros de barrio.

Una de las claves de la red es la accesibilidad: poner las cosas fáciles. En cuanto a la cuestión económica, las actividades son gratuitas para aquellas personas que expresan que no las pueden pagar, no piden documentación. Las

fechas no están muy cerradas y, si en un taller hay plazas, en cualquier momento puede entrar una persona nueva. A veces incluso cuando no hay. **«Si viene una persona y valoramos que es el momento de acogerla porque, si no, no volverá, aunque haya un taller lleno la enviamos para allá, que no será por una de más»**, apunta Jon.

Las inscripciones también pueden ser tan fáciles como acercarse y decirlo, los formularios no son imprescindibles. **«Esto no lo hace un centro cívico, pero nosotros podemos hacerlo. Aunque sí es importante que la gente se acostumbre a que siempre hay una mínima parte documental porque la idea de la red no es finalista, no es que esté siempre. La idea es que la gente se atreva a participar en los espacios de ciudadanía y de proximidad para que luego pueda hacerlo por su cuenta»**, dice.

Y finalmente está el acompañamiento. Si alguien lo desea, pueden quedar en la puerta antes del taller, enseñarle el lugar en el que se hace, el lavabo, la sala o presentarle a la persona que lo imparte. No es una demanda que reciban a menudo, pero está a su disposición y, en todo caso, trabajan con los talleristas para que estén receptivos y sepan, cuando viene una persona nueva, como se llama y que para ella es un día importante.

**«Lo que tiene de especial la Red Sin Gravedad es que los profesionales que imparten los talleres tienen una sensibilidad diferente hacia las personas: son sensibles a las diferentes maneras de ser o de pensar, son muy abiertos y no imparten la materia y ya está, sino que tratan de integrar a la gente»**, explica Nacho Quadras. **«Es una filosofía más social, más acogedora, en la que nadie se siente excluido»**. Esta filosofía no se encuentra siempre en los centros cívicos, aunque hay talleristas de la red que llegan por recomendación de gente de la asamblea de Nikosia, que los había conocido en estos espacios.

Los talleres se realizan por iniciativa de la asamblea de Nikosia o de los participantes en las otras entidades de la red. **«La idea no era montar talleres para luego llenarlos de personas, sino que las personas dieran forma a estos talleres y nosotros, como equipo técnico, diéramos apoyo en la parte logística para buscar a los profes, encontrar los espacios o poder pagar a la gente»**, apunta Jon. De hecho, a menudo las mismas personas que proponen los talleres proponen a la persona que lo impartirá o a veces entrevistan a los candidatos al puesto de tallerista. **«La elección va muy ligada a la experiencia que haya tenido antes ese profesor con otras personas de Nikosia»**, remarca Nacho.

Cristina García, compañera de Jon en la dinamización de la red, destaca la importancia del trabajo con los talleristas que a menudo llegan con prejuicios sobre los grupos o las inseguridades antes de empezar a trabajar. **«Lo que valoramos en la persona que está haciendo esto es que sea una experta,**

que no sea un psicólogo que sabe cocinar, sino que sea una persona especialista en la materia del taller. Además, que tenga esa sensibilidad para abrazar la diferencia y una mirada de posibilidad sobre una persona que está muy afectada por el diagnóstico, que tiene una identidad que en muchos casos se confunde con la misma enfermedad mental o que tiene la identidad ciudadana dañada», asegura.

El objetivo es que los talleristas puedan hacer crecer una identidad que no sea la de una persona con un diagnóstico de salud mental que hace una actividad en un centro cívico. Aunque muchos servicios están optando por hacer talleres fuera de sus espacios, lo hacen con profesionales de los centros de salud mental y, a pesar del cambio del espacio, no cambia la lógica y no hay contacto con otras personas. **«Nosotros somos un proyecto de salud mental, pero no tenemos ese papel de acompañar terapéuticamente, sino que acompañamos en un sentido ciudadano para poder dar un apoyo a gente que, de otra manera, quizás no se sentiría tan autorizada a acercarse o vería más dificultades»**, concluye Cristina.

Si bien buscan impartir talleres de calidad porque esto es la garantía para llegar a un público más amplio, también trabajan con las personas que los imparten el hecho de que un centro cívico o un casal de barrio son espacios de encuentro entre personas. **«Si quieres aprender a bailar, ve a una escuela de danza, pero los equipamientos de proximidad son para otra cosa; también para bailar, pero sobre todo para encontrarse con otras personas, hacer comunidad o hacer barrio y crear otras relaciones»**, remarca Jon. En este proceso, los talleristas también han aprendido a hacer las cosas de otras maneras y las han exportado más allá de la red.

El nombre de la Red Sin Gravedad viene del objetivo de crear espacios de ligereza en los que ser uno mismo sin la gravedad —en todos los sentidos de la palabra— del diagnóstico. Puedes llegar como una persona que quiere hacer yoga, cocina, teatro o formar parte de un grupo de lectura. **«Nosotros no preguntamos nunca si una persona tiene un diagnóstico o no; quizás te lo cuenta y lo puedes tener en cuenta porque es importante para ella. Pero, en cuanto a la participación en los talleres, yo aviso al tallerista si va a yoga y tiene una lesión en la espalda. O si va a percusión y nos ha dicho que ya sabe tocar, avisamos de que lo pueden aprovechar, o que no sabe nada. Hablamos de estas capacidades en referencia al taller, nunca de las “discapacidades” otorgadas por el diagnóstico»**, explica Jon.



## El teatro

En el Centro Cívico Can Felipa de Poblenou se celebra el Día Mundial del Teatro del Oprimido, organizado por uTOpía barcelona, un colectivo impulsado por Antonio Masegosa y Míriam Camps para generar producciones teatrales creadas por personas que sufren opresiones. Están vinculados a Radio Nikosia desde antes de crear uTOpía y hacían talleres de teatro desde antes de la Red Sin Gravedad.

Entre la programación del Día Mundial del Teatro del Oprimido hay un programa en directo de Radio Nikosia en el mismo centro cívico. Es un tipo de actividad que hacen a menudo que permite crear vínculos con colectivos muy diversos y acercarse a la metodología de hacer radio de Nikosia. Lo han hecho en lugares que van desde un festival de danza contemporánea hasta la feria del tejido asociativo de la ciudad. En este caso, Nacho coordina el programa y comienza con una entrevista a Antonio:

—Cuando decimos teatro del oprimido estamos hablando de teatro, que es arte y de opresión, que es política. Todos padecemos opresiones y a veces también somos opresores —explica Antonio, que luego desarrolla la teoría y habla del brasileño Augusto Boal, impulsor de la metodología.

—No es lo mismo hacer teatro del oprimido en América Latina que en Europa —plantea Martín.

—El mismo Augusto Boal cuando estuvo en Francia vio que la gente no huía de la policía, como lo hacían en América Latina, sino que huía de ella misma. Por eso plantea una nueva técnica, que es el arco iris del deseo porque tenemos a los policías dentro de nuestra cabeza.

—Muchas amenazas las tenemos dentro de nuestra cabeza. A menudo son miedos ancestrales —apunta Marcos, que hace teatro con uTOpía.

—Teatralizamos la realidad para entenderla mejor. Pero no planteamos el teatro del oprimido como una terapia, más allá de lo que tiene de terapéutica cualquier forma de expresión artística.

—Yo diría que la opresión nace de la familia. Por ejemplo, ves en casa como critican a alguien y te dicen «shh, tú no lo cuentes» —considera Natalia.

—Cuando eres pequeño, la opresión está en todas partes; pero, una vez que está integrada, ¿cómo la identificas? —añade Marc.

—Pues podríamos trabajar la historia de Natalia en el teatro del oprimido, pero es fundamental tener en cuenta el contexto social en el

que se enmarca esta opresión porque no será la misma aquí y ahora que hace veinte años en otro país —responde Antonio.

Hacia el final de la entrevista, Marcos no deja escapar la oportunidad:

—Antes he estado hablando con el protagonista del espectáculo del jueves y está un poco nervioso. ¿Qué consejo le darías?

Todos se ríen por la broma porque el protagonista es el mismo Marcos, y Antonio, que le ha acompañado en el proceso, responde que le puede decir que está convencido de que lo hará muy bien.

Llega el jueves y Marcos sale ante el público del Centro Cívico Can Felipa:

**«Hola, me llamo Marcos Obregón. No soy familia de Ana Obregón. Odio que me hagan esa broma. No sé qué hacer con las manos».** Como realmente no sabe qué hacer mientras hace su monólogo, lo dice. La idea es trabajar desde la verdad de cada uno.

**«Tengo algunas manías. No me gustan las manías de los demás, no las soporto. Tampoco me gustan las mías, pero tengo que aguantarlas. La manía que os contaré tiene que ver con el orden. Soy una persona que tiene un cierto orden. En mi casa todo se agrupa en series de tres, siete y doce. Por ejemplo, los libros los tengo en bloques de tres, siete y doce. A veces ha venido alguien y me ha dicho que allí había cuatro libros, ni tres ni siete. No hay cuatro. Hay siete menos tres».**

La gente empatiza con Marcos y al mismo tiempo se ríe mucho. Es la gracia del teatro. A partir de aquí, sin embargo, comienzan a aparecer muchos personajes que le van colgando —literalmente, con carteles— un montón de estigmas relacionados con su manera de ser. El teatro es una forma de hacerles frente.

## **La política**

A menudo, cuando la gente se acerca a Radio Nikosia con un proyecto de investigación o con la voluntad de hacer un grupo de discusión, optan por trasladar esto a la radio. Es el caso de un artículo que les han encargado sobre lo que hacen y, en vez de que lo escriban una o dos personas, dedican un programa a hablar sobre este en Radio Nikosia. Lo conduce Nacho y es el primero en dar su punto de vista:

**«Para mí, Radio Nikosia es la voluntad de expresarse de un grupo de personas que han vivido o viven una situación similar. Esto no significa que todos tengamos una situación de diagnóstico mental, eso es indiferente, pero compartimos todos la voluntad de expresarnos y de**

**intentar cambiar las cosas. Tenemos una visión política de lo que es nuestro activismo y, a través de la radio, de nuestros talleres, de todo lo que hacemos, intentamos cambiar un poco esta sociedad para que pueda ser mejor».**

Cuando acaba el programa, Nacho explica que la radio quiere generar un efecto de contagio: **«Haciendo el programa, más que luchar contra el estigma, estamos haciendo algo más político, para influir en la mirada del otro, hacerla más comunitaria y menos competitiva e individualista».** Está convencido de que en el ámbito de la salud mental también se da este contagio. Los invitan a dar charlas y formaciones sobre el modelo de la radio en muchos espacios:

—¿Qué retorno notas de esta tarea política?

—Yo noto retorno, por ejemplo, en el terreno personal. Yo he evolucionado muchísimo desde que estoy en Nikosia. Lo noto sobre todo en la relación que tengo con las otras personas: yo me noto mejor y la gente quiere verme más, señal de que la cosa funciona. Sobre todo, noto este retorno en el trato porque para mí es un espacio que me da una seguridad y una experiencia que no encuentro en ninguna otra parte.

Como lo personal es político, saludar a todo el mundo que llega como hacen en Radio Nikosia es un acto revolucionario, como relacionarse desde el afecto en una sociedad que te lo niega. Hacen política estando en el mundo como son y no como se espera que sean.