

Grup de pensadors

Recull de la sisena edició 2014- 2015:

La Identitat i Retrobament

Venim d'una trajectòria....varem començar l'any 2010 amb aquesta feina i volem continuar, tot deixant-ne constància per escrit, **que les paraules no se les endugui el vent**. Pensem que això ens permetrà crear una malla, un teixit, una base per continuar construint i donar cos al nostre treball.

En aquesta Edició ens retrobem en un nou espai, al Casal de Sant Andreu, amb la perspectiva de poder-se eixamplar si en calgués més; això és viscut com esperançador doncs ens ajuda a projectar-nos.

Avui a més a més som tants com mai, un grup nombrós convocat a pensar i treballar; **si ens donen espai, l'ocupem**. Hi ha una atmosfera de retrobament, petons, abraçades mirades que es saluden i es succeeixen en el temps, fins que anem prenent seient. Procedim a les presentacions, doncs hi ha cares noves, **ens trobem amb altres trajectes vitals** dels que en coneixem només una mica i que en cada edició s'eixampla.

Ens trobem en un grup obert, del que pot formar part qui vulgui amb l'objectiu comú de **pensar en grup entorn algun aspecte de la Salut Mental; de submergir-nos** en la profunditat d'un tema.

Procedim a la distribució d'algunes feines per tal de donar un Marc al nostre grup de treball: moderar, transcriure, fer les comunicacions al grup, preparar la sala i recollir-la... Ens adonem que organitzar-nos requereix un cert compromís i responsabilitat, encara que **naveguem amb la incertesa de no estar segurs de que puguin assistir el proper dia... no sabem ni tan sols si estarem vius demà!**

Apareix el tema de la medicació i la possibilitat de buscar alternatives. Plouen idees sobre aspectes fonamentals de la vida, com ara iniciatives a Suècia, on el caliu d'una família de grangers acullen a una mare en crisi i això permet una recuperació i alternativa a la medicació. **Necessitem de mirades més obertes, matisades i amb color per comprendre el patiment i esbrinar com sortir-ne del mateix.**

Sorgeixen del grup experiències que deixen entreveure emocions com el desengany, sentir-se atrapat, la pèrdua, la desorientació, la impotència, viscuda amb les medicacions, versus altres aspectes, altres possibilitats que tenen a veure amb l'adquisició d'autonomia, el creixement, treballar en tallers, pensar sobre el propi cos... doncs quan un pateix una crisi, un brot, una malaltia, **te la possibilitat de néixer de nou**. Necessitem eines per fer-ho possible. En la Comunitat sorgeixen situacions que ens poden dur a l'actuació, com ara lleis que augmenten el control sobre les persones a través de la medicalització, l'etiqueta, però que priven de la capacitat de pensar, cronificant la malaltia. **Ens donen etiquetes i medicaments i ens treuen la salut.**

Hi ha dos tipus de psiquiatria, la dels rics que tenen medis i elements per donar-se prevenció i la psiquiatria biològica amb tota la desinformació que suposa, comprimida en el tot o res.

La força que podem fer individualment, aïlladament, i de forma dispersa davant aquest pes tan gran, és ben minsa i necessitem del grup per aglutinar, crear teixit conjuntiu, xarxa. Necessitem espais com aquest per tractar el que ens preocupa a molts. Això por permetre els canvis; crear primer un espai potencial en l'imaginari, que el puguem tenir en el nostre cap, per tal que després es pugui donar a fora. Oscil·len entre el desànim i la desesperança, entre la perseverança i esperança. Si ens aïllem correm el risc d'enbogar. **Si ens agrupem se'ns fa més suportable el patiment i el treball.** Deu ser per això que avui som tants.

Ara caiem en la conta que el que perdem amb la sobre-medicació és molt, perdem la Identitat, la necessitat de definir-nos, de reinventar-nos. Sovint són les pors que ens paralitzen i no ens permeten retrobar-nos. Sentim por davant del desconeixement, davant la informació que rebem; hauríem de ser "**xinxetes als peus**", davant del que se'ns presenta com una autoritat inqüestionable, preguntar tot allò que se'ns passi pel cap, i que no entenem, doncs així és com podem transformar el patiment, amb l'altre, en grup, mitjançant la paraula. Per això és tant **important el grup família i per extensió els demés grups**. La paraula té diferents efectes, ansiolític, calmant, reparador... també hi ha paraules que són ben bé al contrari, ens persegueixen, ens acusen, ens fan més febles, ens espanten.... cal escollir-les, pels efectes que volem i necessitem, per anar vertebrant, per sortir de la vulnerabilitat en la que ens quedem quan patim una crisi; un es sent en la intempèrie i necessita un continent, perquè aquest cabdal de patiment trobi de nou la pròpia trajectòria, amb la seva forma singular de fer.

Però necessitem tenir-ho clar que ens serveix per tal de que tingui un efecte de projecció i diàspora, expansió... dur aquesta feina fora. Però dir-ho fora implica un altra feina, una construcció, una elaboració. **Cal perseverança.**

Es quan ens preguntem qui som o que fem?, que caiem en la conta...de que ens estem medicant en principi per trobar-nos millor, quan enlloc de créixer, ens sentim perduts, és contradictori i paradoxal.

Vivim en relació i això ens fa sentir mes vius i defensar la pròpia vida i salut implica ser **proactius**, tenir criteris i saber el que a un li convé; hem d'esgotar els propis recursos abans de caure en una conformista dependència i que ens vagin donant "solucions com si", abans de qüestionar-nos què ens passa, què ens prenem? Passi el que ens passi implica prendre responsabilitat, doncs sinó podem anar perdent cada cop més.

Necessitem un procés en el temps per poder trobar un tema i per això ens hem d'escoltar més... veurem en la següent sessió.

Capítol II proposta d'un tema

En aquesta segona trobada, hi ha la proposta majoritària que apunta a pensar la **identitat**. **Això s'expressa amb** l'aportació consensuada de que **tots tenim a veure amb la malaltia-salut mental i tots som ciutadans i pensadors**.

Es donen diferents aportacions respecte a la identitat: com un **constructe per entendre'ns a nosaltres mateixos, com alguna cosa que** ens defineix davant la mirada dels altres.

Definir-la és bàsic per trobar el nostre sentit de la vida i les vivències ens permetran reestructurar-la.

Una paraula com ara **pacient, usuari, un diagnòstic, boig, no acaba de definir una identitat, a una persona.**

Qui som de fet cadascú? som moltes identitats, mare de..., Sra. de..., ens dediquem a..., ens agrada això i allò altre.

La qüestió és: **com trobem la singularitat entre tants noms?**

També podem definir identitat com un **trencaclosques**, que es va construint a mida que anem integrant cadascuna de les nostres característiques. En funció del grup en el que ens trobem ens podem trobar experiències que ens permeten noves identitats; però sovint les medicacions tenen un efecte devastador sobre el cos i la ment i això ens fa pensar sobre la **complexitat de la persona.**

Es necessari un **intercanvi dinàmic amb els altres per anar-nos construint. La nostra identitat es va configurant amb la mirada de l'altre, allò que no es diu, pot passar desapercebut, inclús com sinó existíssim,**

Cal defensar la pròpia identitat i ningú ho pot fer per nosaltres.

Les etiquetes i diagnòstics contràriament són devastadores pel creixement i canibalitzen altres possibilitats i aspectes d'una persona. Són un impediment per avançar.

La Perillosa mirada de l'altre sobre la malaltia mental, deixa al diagnosticat **fora de joc.**

Es trist i gens bo, que en un expedient psiquiàtric sigui el que pesa més en la història Clínica d'un ésser humà. Som molt més que un informe. La Identitat perd volum i significat en un simple paperot, s'esmicola i quedem vuits de contingut i significat. La Identitat és el nucli de **l'ésser humà**, el que **dona sentit a la nostra existència, i ens fa sentir vius.**

Som éssers socials, i tan la feina, les ocupacions i les relacions ens enforteixen i ens rescaten del estats d'ànim baixos. Construir-se és un gran esforç, també una elecció i una responsabilitat.

Hi ha coses tremendes, horrors de les que l'home és partícip, com la matança de 50 nens a Mèxic i tants altres, en les que una persona sola no les pot pensar sola donada la seva magnitud, i necessitem dels grups per fer-ho. **Ens convé a tots aprendre a sortir de les definicions tancades: som esquizofrènics, o cancerosos, enlloc de donar espai a la idea de que estem transitòriament malalts del que sigui.**

Divagar i canalitzar ajuda al grup a tornar al camí d'origen i perdre's i que un no és res sense la relació amb els altres; són algunes idees que sorgeixen respecte la identitat.

L'ésser humà, està dotat de **dinamisme**, tot i que ens oblidem i cerquem marcs que ens fan caure en un estat estàtic amb paraules que ens engabien i que ens deixen atrapats en el verb som això i allò altre i ens allunyen dels **estats transitoris. Estigmatitzadores.**

Tot això que fem, també ho fem amb els demés; creiem que si definim a l'altre amb una paraula tenim més controlades les nostres pròpies dificultats; sembla que quan no entenem, etiquetem... però és un engany.

Per sobre de tot aquest enrenou taxonòmic el que volem al cap i a la fi, no és el benestar dels que estimem? L'etiquetatge no dona benestar, més aviat ens dur a condemes que es repeteixen cada dia, com ara l'exclusió del món laboral, de la **participació de la premsa de decisions, sense el dret de decidir**, o a sentir que no servim per res. Sovint els humans que expressem símptomes és perquè gaudim d'una sensibilitat i intel·ligència que queda dilapidada, silenciada sota el poder de la competició i on no hi ha espai pel reconeixement i la protecció d'aquesta vulnerabilitat. Les **crisis són circumstancials**, no ens defineixen en sí. **El que cau ha estat de peu abans.**

Les històries clíniques haurien de romandre en aliances protegides, doncs la seva circulació arbitrària i descuidada dona lloc sovint a un augment del patiment i a una violació de la intimitat i de les persones. Part de la confusió rau en que quan demanem tractament a la salut, rebem protocols i taxonomies. Demanem cures i rebem exilis i aïllament, especialment de la naturalesa de lo humà.

Una etiqueta ens ajuda a anomenar allò que ens passa, tot i que es necessitarà un procés de discerniment per comprendre quin significat té, què implica i com ens en podem sortir. El perill rau en caure també en una altra confusió com pot ser el **fanatisme de donar un nom**, augmentant el perill de quedar-hi atrapats dificultant la **sortida d'un patiment encara més gran**.

L'experiència de cura la tenim quan ens pregunten com estem o què ens fa mal?, i entrem en un procés d'anar posant en paraules, doncs si cosifiquem amb un nom, deixem fora la part emocional, com si es tractés d'una Tarja de presentació superficial on el que ressalta a més, és solament la part malalta i no els aspectes sans, i les capacitats; **part fonamental doncs són aquestes darreres que ens fa sentir vius.**

Capítol III

Arribar aquí és un pas important d'un procés. Definir identitat no és tan fàcil, ens demanem ajuda uns als altres per anar esbrinant què entenem de la mateixa.

Quan ens pregunten per un diagnòstic, podem descriure un dolor, un malestar, esbrinar-lo, omplir-lo de significat, però la paraula en si no ens apropa al patiment, no ens diu massa de la persona; doncs cadascú viu el dolor de forma diferent. Si ens quedem sols amb la paraula caiem en un reduccionisme dels sentiments, estem retallant i mutilant el que ens ajuda a entendre un estat complexa de tot ésser humà. No hem de permetre caure en aquesta trampa, doncs podem fer més gran el dolor.

Ens adonem que si no donem un temps als altres perquè expressin el seu dolor i la seva experiència, ens els deixem a fora i ja estem també mutilant el grup.

Ara ens preguntem: **Com anem pel món?, que no ens adonem que som nosaltres també que retallem la pròpia mirada...**

També pel professional és boig treballar amb diagnòstics, doncs tots anem canviant i transformant les dificultats i creixent, ens ajuda a créixer formular-nos qüestions, obrir-les, més que tancar-les, amb reduccionismes o taxonomies.

La resposta a que és la **identitat**, és el **treball que estem fent plegats, ens ajudem uns als altres i anem esbrinant i trobant veritats minses que ens fan significants.**

Ens hem acostumat i se'ns fa familiar la intrusió, com si res, quan en realitat no hauríem de deixar entrar violentament als demés, sigui qui sigui. Tutejar-nos diagnosticament, és permetre l'empobriment de la nostra identitat. Tenim un dret a la **intimitat i a la confidencialitat, i sovint aquesta es veu amenaçada per entrades violentes, permeses i fins i tot consensuades socialment, també les permetem...** per exemple, fem feines sense qüestionar-nos, complim amb protocols i seguim guions establerts, automàticament sense caure en la conta que ens és contraproduent i no ens permet una certa autonomia.

Anem per la vida esverats, atabalats i ens traiem les coses de sobre que ens costa pensar, les disparem, les escopim, ens defensem, però queden allà pendent de ser pensades.... **pensar les experiències que tenim va conformant la nostra identitat, la va consolidant i ens dona robustesa.** Si etiquetem tanquem la porta a la possibilitat de créixer; la identitat es va renovant, es sumen coses, però també es resten, entren i surten coses, però és important fer-ne una digestió..... però aleshores, **com anomenem les coses ? Quin vocabulari, quines paraules utilitzem per no fer mal?**

Podríem diferenciar **entre les paraules que duen implícit un interrogatori, desproveïdes d'autenticitat i les paraules que s'interessen veritablement per l'altre.**

Quan tenim una crisi sentim que perdem la identitat, que un deixa de ser ell mateix... es van fent passes per sortir-ne i tot i que hi ha un recorregut i un patiment, en cada pas ja no som els mateixos d'abans, hem crescut.

Ben segur que ens preguntem que té l'altre quan veiem que fa coses a les que no hi estem acostumats, i que ens semblen rares... no ens hauríem d'espantar quan algú ens ho pregunta perquè ens ajudaria a naturalitzar i a treure l'estigma, parlar-ne i observar quina intenció hi ha en les paraules.

En nosaltres hi ha diferents aprenentatges des del principi de la història, i un d'ells és **prendre consciència de les experiències que anem tenint;** per fer-ho és necessari que els adults puguem donar confiança al nadó, al nen, a l'adolescent... en cada període, perquè es puguin anar obrint a la vida, al món, i això també ajuda a crear identitat.

Crear identitat també te a veure amb diferenciar cada cosa que ens passa i posar-li nom, sense caure en el parany de la generalització, perquè també vivim de forma diferent una mateixa malaltia... **som diferents fins i tot patint.**

Cal revisar paraules com ara **cronicitat**, doncs sembla que la mateixa paraula se'ns fa crònica. Hi ha alguna cosa per sempre? No estaríem condemnant amb aquesta paraula a que les coses es repeteixin irremediablement?. Sembla que el **què**, no ens explica massa... potser ens explica molt més el **com** vivim les coses.

Les campanyes anti estigma tampoc s'entenen massa des de les posicions fanàtiques o radicals, es necessiten pensar les coses, obrir-les al pensament, mitjançant espais que ho permetin, perquè sinó es queden cronificades; no ens ajuda el si o el no, el a favor o en contra, no és qüestió de raonaments, sinó, el pensament va més enllà, és més complert, i es pot preservar, de manera que la intimitat de les famílies no quedi compromesa.

La intimitat l'hem de preservar nosaltres, no podem esperar que siguin els demés que ho facin.

Així doncs... podríem pensar que un brot o una descompensació és un intent de ser un mateix, una possibilitat de créixer.

Capítol IV

Parlem sobre les publicacions i notícies que ens commouen i que tenen a veure amb algun diagnòstic, i observem, per exemple, que les persones diagnosticades d'Asperger desenvolupen un estil de vida, més que una simptomatologia al voltant d'un diagnòstic, i ens adonem que aquesta ampliació a entendre un **estil de vida** ens permet incloure i tenir en compte altres aspectes sovint excepcionals de les que gaudeixen aquestes persones i que per suposat els dona Identitat.

Fem la comparació amb el fet de perdre una feina però que això tot i que ho puguem sentir com a devastador, amb la feina **no marxa la Identitat. No ens en podem jubilar** ni donar de baixa de la nostra Identitat, precisament per la seva complexitat, profunditat i arrelament.

Ens adonem també que hi ha **diferents significats al voltant de la identitat**, la documentada i burocràtica, la dels formularis, que no ens mou, no ens emociona i és concreta i la que té a veure, amb alguna cosa més profunda i es va desenvolupant segons les experiències que tenim.

Sí ens serveixen les experiències siguin bones o dolentes, i això ens permet no jubilar-nos de la vida, estem parlant de bastant més que una Tarja de presentació; **d'un estat en la vida, d'una actitud i un posicionament**, que no l'omple un nom d'una professió o un estat professional, discapacitat, aturat, alta laboral... **Necessitem la metàfora, necessitem de la poesia i l'art** per incloure la sensibilitat i la vida d'una persona.

Dins de la mateixa **malaltia hi ha una evolució**, tornar a tenir ganes de viure, de projectar-nos en el futur, tenir una parella... les circumstàncies de la vida ens fa pensar i reflexionar... i ens empeny a **reinventar-nos**.

Reprendre un ritme propi, reenganxar-nos a la vida, buscant ambients no hostils, com ara el grup que construïm, que té un marc necessari, i un ambient.

Una crisi és un intent de ser un mateix. Alliberar-se de les projeccions dels altres, res és impossible si hom ho intenta. Adonar-nos si una persona al nostre voltant està malament no és tant fàcil i no ens podem quedar amb el que sembla o amb indicadors construïts

artificialment, especialment si tenen a veure amb normes socials, això es fa així o aixà... hem d'anar més enllà... tot es pot reconstruir. Però sembla que calen pactes fermes amb un mateix, i rescatar a l'altre quan decideix sobre les seves decisions al respecte, com pot ser la decisió d'un fill, encara que vulguem per l'altre una altra cosa...ens adonem que la vida ens pertany a cadascú de nosaltres i a cadascú li correspon assumir la pròpia realitat, i això ens dur a parlar sobre assumir la responsabilitat. Què signifiquen els canvis de la vida, els dols d'expectatives i poder reconèixer a l'altre tal com és i vol ser. Els fills que somiem no són els que volem, i el tenen vida pròpia...

Ens qüestionem també: **d'on es treu la força per viure** el que vivim i els relats tan durs que expliquem aquí al grup? Dels grups? De la cooperació? Es que hem arribat fins ara en la història de la humanitat per les aliances més que per les guerres? Sinó fugim dels problemes, i en som conscients podem demanar ajuda, millorar les habilitats de comunicació, hem de canviar coses abans a dins nostre per ajudar als fills... com tractar a l'altre sense infantilitzar, com si l'altre no tingués eines i les nostres fossin més vàlides. Parlem molt del que fan els demés però no del que fem nosaltres, hem de canviar nosaltres abans de voler canviar els demés com part del problema dins un sistema...**el que vol canviar alguna cosa ha de començar donant...** buscar culpables no serveix, no construeix, no **transforma**.

La identitat és alguna cosa molt **íntima**, conèixer-nos és una feina important, hi ha alguna cosa essencial i genuïna que no varia en cadascú de nosaltres. Hi ha coses en nosaltres que ens sorprenen, i que desconexem de nosaltres mateixos...sembla que la identitat implica un procés de desenvolupament que no acaba fins que marxem.

Sorgeix tot un aspecte nou que té a veure com fem ús de la nostra identitat, en cada moment de la nostra vida. Com ens han de catalogar els altres si fins i tot nosaltres molt sovint no sabríem com definir-nos.

Tenim responsabilitat de no deixar-nos catalogar i acomodar-nos sense la possibilitat de seguir evolucionant. Existeix un moviment dinàmic entre l'adaptació que fem a la vida externament i l'adaptació que fem amb nosaltres mateixos i la nostra intimitat.

Es en els grups on es pot recuperar la identitat, amb unes condicions de respecte on podem anar estirant del fil de les narratives de cadascú, i així reteixir la xarxa, teixit conjuntiu, crear xarxa a dins per crear xarxa a fora.

No hi ha res estàtic, sempre hi ha la possibilitat de canvi, lo important és trobar eines per moure la capacitat de canvi.

Sembla que la identitat ens va guiant pel discerniment de les coses, davant diferents situacions, per exemple en moments que sorgeix alguna cosa genuïna de dins que ens posa en el nostre lloc, que te a veure amb quelcom molt original i nostre, com ara defensar la pròpia identitat i el respecte, p.ex. en situacions d'assalts i de violència: com pot passar en algun grup o cultura sencera, una identitat: primer colonització, després emigració, després desvalorització... Poden ser grups molt destructius i matar identitats, amb el fanatisme. Depèn del Com i les condicions; els funcionaments d'algunes institucions. Espais per créixer / VS espais per decreixer. Com!! ser un mateix amb l'altre i anar resolent els propis conflictes per créixer.

La vida és un itinerari i el coneixement ha d'estar al servei per adquirir consciència, per construir relacions basades en la dignitat i els valors humans.

Capítol V Les identifications

Com a partir d'una imatge personal que és estàtica, es pot arribar a l'extrem de matar a algú. Parlem de Ciutat Morta, un impacte per tots. De com a partir d'uns prejudicis, d'una mirada es llaura un col·lectiu víctima d'un altra col·lectiu.

Necessitem d'eines, càmeres que permetin visualitzar les coses en més profunditat i que les coses no ens passin per davant de forma tangencial, i anar en comte en utilitzar visions com a eina de control sobre les persones.

Sembla que a la identitat li passa alguna cosa semblant, necessitem una perspectiva àmplia i alhora micro per no confondre'ns amb la "foto". Cal parar-se a pensar i no deixar passar segons què, doncs ens hi va la vida.

Si permetem que això passi ens apuntem a un tracte discriminatori basant-nos en algun aspecte parcial, que ho engoleix tot. Això també te a veure amb la Identitat, perquè cada cosa que fem té un significat per un mateix i no te perquè coincidir amb altres significats grupals. Sinó ho defensem, quedem fagocitats i despullats de la pròpia identitat. La clau està en poder sortir dels missatges que emet en funció de la motivació i l'inconscient. Poder entrar i sortir amb habilitat sense quedar-se atrapat en aquestes identifications dels demés... és important, doncs pot arribar un moment que la pròpia identitat quedi tan compromesa per les projeccions dels demés que no trobem la pròpia. Qui sóc? I en moments de més vulnerabilitat això s'exageri encara més i arribem a embogir; sinó ens acabem de protegir, la invasió pot ser massiva.

Quedem impregnats de la mirada dels altres i ser-ne conscients i transformar-ho ens pot ajudar, ens podem preservar.

També hem de tenir en comte l'autoengany, i fer conscient la imatge que donem; doncs podem caure en paranys i renunciar a la pròpia identitat, sense poder defensar-la.

Estem treballant per desafiar un poder, per defensar la diferència, la identitat, la individualitat; per sortir de l'uniformisme; però això significar trobar veritats. Per suportar la Veritat necessitem estar en grup i mirar-nos als ulls per no **banalitzar el mal**.

Hi ha persones que necessiten reivindicar la diferència amb signes externs i d'altres que s'amaguen darrera algun signe, com per exemple una bata blanca per crear una distància al patiment, que pot venir imposat. El que cal és saber d'on provenen aquests signes, si són escollits per nosaltres o per els demés. Per no caure en la submissió de tantes dictadures que hi ha, en forma de normes, institucions... funcionaments.

Ens adonem que ens costa suportar sentir-nos diferents a la resta i aleshores quèiem en el parany de la disfressa per ser acceptats pels demés.

Altres vegades els actes que duem a terme, inclús a dins de les pròpies cases i les nostres pròpies vides, que ho traslладem d'un marc més macro a un marc més micro. És en aquest darrer on podríem començar a exercir la nostra responsabilitat; per exemple quan estem convençuts que no sabem res respecte d'un tema que si que ens toca; com ara l'economia... com que no hi entenem no prenem partit, i deixem que ens manegin.

Cap VI. La necessitat de seguir treballant plegats

Apareix la idea de deixar **constància** del treball que hem fet i crear una altra grup mes reduït per dur-ho a terme.

Aquestes ansietats que es mouen aquí quan tractem aquests temes generen sentiments **ambivalents** al respecte. Apareix el **sentiments de soledat, per exemple**.

Fer ús d'una Tarja Sanitària Blanca ens pot anar en contra; enlloc d'ajudar a integrar-nos en un grup , en podem quedar exclosos.

Hem d'anar en conte com utilitzem les nostres identitats, si com a carta de presentació o un aspecte més a tenir en comte. No conformar-nos amb deixar-nos dominar per segons quins aspectes identificatius, ni que tampoc quedin molt exposats o tapin a la resta d'aspectes; cal empoderar-nos, de tota la nostra persona en la seva globalitat i rescatar aspectes que passin per davant de les deficiències, per no deixar-nos engolir.

En els grups petits és més fàcil reconèixer la nostra identitat i la nostra diferència. Nosaltres som els directors de la nostra vida, i tenim la responsabilitat de saber qui som: "de ser un mateix".

Tenim por de perdre el que hem après tancant l'edició, però el treball en grup és molt potent i deixa petjada.

També sorgeix la necessitat de donar sortida i projecció a altres grups i traslladar-ho també a les organitzacions i institucions de la comunitat per fer-ne un ús saludable pels col·lectius i pels barris.

Aquests Treballs no els podem fer sols i necessitem de la capacitat i matriu del grup per dur-ho a terme, expandir la sensibilització arreu per beneficiar-nos a tots. Crear un grup cel·lular on quedi dipositada una memòria, una xarxa d'on provingui en un moment de molta fragilitat un somriure, una abraçada, una paraula que ens torni a donar gust per la vida a reconfortat i ens torni a arrelar.