EXPLORANDO EL CORAZÓN ADOLESCENTE: EN BÚSQUEDA DEL SENTIDO DE LA VIDA

Andrés Felipe Arias Leal
Edna Magnolia Barón Cortés
Jonathan Alexander Meléndez Nova
Autores



Fundación Universitaria Unimonserrate
Observatorio Arquidiocesano de Evangelización

EXPLORANDO EL CORAZÓN ADOLESCENTE: EN BÚSQUEDA DEL SENTIDO DE LA VIDA

Andrés Felipe Arias Leal
Edna Magnolia Barón Cortés
Jonathan Alexander Meléndez Nova

EDITORIAL UNIMONSERRATE

Explorando el corazón adolescente: en búsqueda del sentido de vida / Andrés Felipe Arias Leal, Edna Magnolia Barón Cortés y Jonathan Alexander Meléndez Nova – 1ª ed. – Bogotá: Fundación Universitaria Monserrate (Unimonserrate), 2026.

Libro digital, PDF.

Archivo digital: descarga y online.
ISBN: 978-958-8486-84-0

Palabras clave: Adolescencia, Sentido de vida, Familia y vínculos, Espiritualidad, Arte y Narrativa
Código Dewey: 305.23

Colección Evangelización y Cultura

EXPLORANDO EL CORAZÓN ADOLESCENTE: EN BÚSQUEDA DEL SENTIDO DE LA VIDA

Autores

Andrés Felipe Arias Leal
Edna Magnolia Barón Cortés
Jonathan Alexander Meléndez Nova

Observatorio Arquidiocesano de Evangelización
Fundación Universitaria Monserrate – Unimonserrate
Bogotá, Colombia
2026

Explorando el corazón adolescente: en búsqueda del sentido de vida.
© Andrés Felipe Arias Leal
© Edna Magnolia Barón Cortés
©Jonathan Alexander Meléndez Nova

Primera edición, septiembre 2026
ISBN: 978-958-8486-84-0

Colección Evangelización y Cultura
Instituto de Estudios en Familia y Observatorio Arquidiocesano de Evangelización
Escuela de Ciencias Humanas y Sociales (ECHyS)
Fundación Universitaria Monserrate – Unimonserrate

Rector
Ricardo Alonso Pulido Aguilar, Pbro.

Vicerrector Académico
Danny Julián Barón Cortés, Pbro.

Vicerrector Administrativo y Financiero
Fabi Said Castro Castillo, Pbro.

Vicerrector de Pastoral y Bienestar
Andrés Felipe Arias Leal, Pbro.

Director Programa Teología
Hugo Orlando Martínez Aldana, Pbro.

Director de la maestría en Familia, Educación y Desarollo
Adrián David Galindo Ubaque

Autores
© Andrés Felipe Arias Leal
© Edna Magnolia Barón Cortés
© Jonathan Alexander Meléndez Nova

Coordinador de la Colección Evangelización y Cultura
Liz Anguelly Trujillo Puentes
Observatorio Arquidiocesano de Evangelización

Diseño de portada y diagramación
Jeferson Camilo Hernández Galeano
Luis Fernando Santos Arias

Dirección editorial
Liz Anguelly Trujillo Puentes

© 2026, Fundación Universitaria Monserrate – Unimonserrate
Editorial Universitaria Unimonserrate
Correo: editorialuniversitaria@unimonserrate.edu.co

Licencia Pública Internacional — CC BY-NC-SA 4.0
Creative Commons Atribución/Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual 4.0

CONTENIDO

PRÓLOGO....9

INTRODUCCIÓN: Explorar el corazón adolescente: mapas para una geografía interior....12

CAPÍTULO 1: ¿Por qué explorar?....18
1.1. Cuando la mirada cambia, el territorio también....19
1.2. Cuando escuchar también nos transforma....20
1.3. Los hilos que entretejen el corazón adolescente....21
1.3.1. El paradigma sistémico complejo. Aprender a mirar el todo sin perder de vista cada historia....21
1.3.2. Las narrativas como relato, como construcción de identidad y como posibilidad de transformación....22
1.3.3. La búsqueda de sentido....23
1.3.4. La familia....23
1.3.5. La construcción de vínculos....24
1.3.6. La espiritualidad....25
1.4. No hay un solo camino para llegar a la meta....26
1.5. La clave: el arte de modelar y la ciencia del corazón....28
1.6. Saber escuchar....30
1.7. El horizonte: la búsqueda de sentido....31
1.8. Las miradas para comprender el horizonte....33
1.8.1. El principio: la familia....33
1.8.2. El camino: la construcción de vínculo....34
1.8.3. El sentido: la espiritualidad....35

CAPÍTULO 2: ¿Cómo explorar?....37
2.1. Modelos, comprensiones y signos....38
2.2. Conversaciones que transforman....39
2.3. Estamos hechos de historias....42
2.4. El poder del arte....44
2.5. Los lugares también cuentan historias....45
2.6. Los rostros....46

CAPÍTULO 3: La gran labor de la exploración....48
3.1. El latido inicial: el pasado....50
3.1.1. El despertar de una mirada....50
3.1.2. Un nuevo tejido: de la escuela a la parroquia....51
3.1.3. Ajustando la brújula y rompiendo el molde....51

3.2. El latido compartido: el presente.....54
3.2.1. El mapa: huella familiar.....55
3.2.2. El peso de las ausencias.....55
3.2.3. Madres: entre el motor y el trauma.....56
3.2.4. Los hermanos: refugio y trinchera.....56
3.2.5. La familia extendida y los otros amores.....57
3.2.6. Sístole y diástole: la resistencia del corazón.....58
3.2.7. El espejo de los investigadores.....58
3.3. La ruta: constelaciones y redes.....59
3.3.1. Lazos que unen: el hilo de la memoria.....60
3.3.2. La resistencia: más allá de un diagnóstico.....60
3.3.3. El universo de las constelaciones: estrellas en el firmamento.....61
3.3.4. Mapas de red: los oasis afectivos.....62
3.4. El viaje: en busca de los que ha sido, lo que soy y lo que puedo ser.....63
3.4.1. El umbral del agua y el silencio.....64
3.4.2. Cicatrices que se transforman.....65
3.4.3. El rostro de Dios en la comunidad.....66
3.4.4. Una nueva mirada sobre el "Otro".....66
3.4.5. El porvenir y el desenlace de un abrazo.....67
3.5. El latido permanece: el mañana.....68
3.5.1. El nacimiento de ÁGAPE: de la herida al liderazgo.....69

EPÍLOGO: Cartografía de un legado.....70
4.1. Desarmar el mito de la carencia.....71
4.2. Las lecciones de los rostros: resignificar desde la compasión.....71
4.3. El arte como lenguaje del alma y la geografía del refugio.....71
4.4. Habitar las tensiones de la complejidad.....72
4.5. La mirada sistemática y el pacto metodológico del cuidado.....72
4.6. Nuevas rutas y horizontes compartidos.....73

REFERENCIAS.....74

PRÓLOGO

Si este libro ha llegado hoy a sus manos, seguramente lo invitará, antes que nada, a volver la mirada sobre su propia historia y preguntarse: ¿cómo fue su experiencia adolescente? Quizá, aparecerán recuerdos sobre la manera en que fue escuchado, recibido, comprendido o, incluso, incomprendido por los adultos y por la sociedad de su tiempo. Allí emerge una otredad necesaria para comprender la adolescencia: una relación que exige sincronía de sentidos y que complejiza el acto de estar con el otro, de reconocerlo y de dejarse transformar por su presencia.

A lo mejor el desafío de comprender la adolescencia no sólo se encuentra en quienes la transitan, sino en dar cuenta de que la propia adolescencia permanece aún sin ser escuchada: no es posible acompañar, orientar y corregir desde un lugar neutro; se hace desde la propia historia encarnada en la experiencia.

Sin duda, los cambios de época traen nuevos significados sobre ser adolescente. Hace algunas décadas, la adolescencia se expresaba mediante transformaciones visibles del temperamento, del carácter y de la madurez; cambios que, aunque discretos en su tránsito cotidiano, marcaban con claridad el paso hacia una nueva etapa de la vida. Hoy, en cambio, la experiencia adolescente transcurre entre likes, tendencias, emoticones, videojuegos, storytelling y streaming; en una realidad híbrida donde lo físico y lo digital, lo real y lo virtual, lo cierto y lo incierto conviven permanentemente y crean nuevas formas de identidad y el sentido de la vida. La adolescencia nunca había tenido tantos medios para comunicarse y, a su vez, tantas dificultades para sentirse escuchada.

Bajo estas condiciones resulta imprescindible afinar la escucha hacia la adolescencia: una escucha que supere las explicaciones deficitarias desde las cuales, durante décadas, se ha comprendido a los jóvenes y que abra paso al encuentro generativo, dialógico y profundamente humano. El lenguaje, entendido como espacio de construcción compartida, provoca transformaciones basadas en la colaboración, la solidaridad y la negociación frente a las crisis propias del desarrollo adolescente. Escuchar se convierte entonces en un acto dialógico, capaz de reconocer que la incertidumbre y la certeza hacen parte de una misma realidad, y en un ejercicio dialogante donde el adolescente deja de ser un receptor pasivo para convertirse en protagonista de la construcción de significado sobre su propia existencia.

Esta apuesta por la escucha es también un desafío para la sociedad contemporánea. Vivimos inmersos en una cultura saturada de estímulos, notificaciones y discursos que conducen a la paradoja del rendimiento, la sobreexposición y la autoexigencia permanente. Ya no habitamos únicamente el panóptico del siglo XX; hoy el control parece esconderse en la aparente libertad de deslizar el dedo sobre una pantalla, mientras los algoritmos configuran gustos, deseos, vínculos e identidades digitales dentro de un ecosistema que se alimenta simultáneamente de sentido y de vacío.

Vivimos como productos y productores de una sociedad hiperconectada, habitada en el vacío de satisfacciones cada vez más superfluas. Una sociedad de vínculos tejidos en la inmediatez, el desgaste y el desecho de aquello o de quien deja de responder a las expectativas del momento. Construir lecturas alternativas sobre el adolecer, desafía las versiones simplificadas de la adolescencia con el fin de navegar en la incertidumbre como posibilidad de creación. Se trata de recuperar la capacidad de sorprendernos, de reconocer la emergencia de nuevas formas de comprender la vida y de abrir un abanico de posibilidades que siembren esperanza, deseo y proyección vital allí donde habitualmente solo vemos crisis o carencia.

Si usted es educador, orientador, psicólogo, trabajador social, sacerdote, animador pastoral o, simplemente, un ciudadano sensible y comprometido con la construcción de una sociedad más humana, encontrará en este libro una invitación permanente a mirar la adolescencia desde otro lugar. Estas páginas inspiran entusiasmo, sugieren caminos y motivan la construcción de alternativas frente a las narrativas dominantes que presentan a los adolescentes como sujetos permanentemente vulnerables, sin recursos o definidos únicamente por sus dificultades.

Conviene señalar que esta obra no constituye una revisión tradicional de los problemas de la adolescencia. Su propósito es explorar cómo los adolescentes construyen sentido a partir de sus experiencias de vida y del reconocimiento de estas. En este recorrido, el arte se convierte en medio narrativo privilegiado para el encuentro, mientras la espiritualidad emerge como una dimensión constitutiva de la experiencia humana, comprendida desde diversas formas de significar la existencia. No se trata de contener, regular o enseñar las emociones, sino de reconocerlas en su condición profundamente humana y comprender cómo estas adquieren significado dentro del entramado vincular que conforman la familia, el barrio, la escuela y la comunidad parroquial.

En una cultura que premia la rapidez, la inmediatez y el resultado, el arte y espiritualidad nace como una promesa. Su potencial está en el tiempo necesario para contemplar y escuchar aquello que el ritmo acelerado suele silenciar. Cuando las palabras desgastan o simplemente no permiten dar nombre a la experiencia, el arte adolescente: el dibujo, la música, la fotografía, la metáfora, la pintura y otros lenguajes, incluso virtuales, revela aquello que permanece invisible, incluso para quien lo vive. Así, la creatividad deja de ser sólo medio de expresión para orientarse hacia la construcción de sentido.

Uno de los mayores méritos de este trabajo está en la voz de sus autores. Lejos de asumir únicamente el lugar del investigador, transitan el camino desde la reflexividad, la contextualidad, la co-construcción y la recursividad, incorporando su propia experiencia adolescente como parte del proceso de comprensión. Esta capacidad autorreferencial, propia de la investigación social de segundo orden, enriquece el texto y lo convierte en una experiencia profundamente humana, donde quienes investigan también son transformados por aquello que investigan.

Somos seres afectivos, por ello, toda investigación/intervención que busca la comprensión de la experiencia humana debe reconocer la importancia de dejarse afectar. No se observa desde la distancia, ni desde la neutralidad aparente, escuchar transforma también a quien escucha. Este ejercicio investigativo se convierte es una experiencia ética y transformadora, por lo que deja de ser un procedimiento metodológico para convertirse en una experiencia de encuentro, responsabilidad y transformación conjunta.

Por esto, este libro trasciende la simple recopilación de datos o la presentación de resultados investigativos. Explorando el corazón adolescente es una apuesta por comprender antes que explicar, por encontrarse antes que intervenir y por escuchar antes que diagnosticar. Es una invitación a recrear la escucha como un acto de compasión y de reconocimiento capaz de abrir caminos hacia narrativas más esperanzadoras sobre la adolescencia.

Quizá el mayor riesgo de recorrer estas páginas sea precisamente ese: cerrar el libro y no volver a narrar a los adolescentes de la misma manera. Después de escuchar sus voces, comprenderemos que el corazón adolescente no es un problema por resolver, sino un territorio por descubrir, cuidar y acompañar.

Adrián David Galindo Ubaque

INTRODUCCIÓN

Explorar el corazón adolescente:
mapas para una geografía interior

En las periferias urbanas de Bogotá, donde los mundos citadinos y rurales se encuentran, y donde las esperanzas y las desesperanzas cotidianas habitan juntas, emergen discretas, pero potentes, las voces de los adolescentes que buscan comprenderse y ser comprendidos, vincularse, trascender, sanar y encontrar nuevas maneras de resignificar sus experiencias, pero, sobre todo, que buscan construir el sentido de su vida.

La adolescencia es un camino de incertidumbre y tránsito, una etapa de profundas transformaciones y aprendizajes, pero también de posibilidades y oportunidades; un tiempo en el que las certezas heredadas comienzan a ser interrogadas y en el que las preguntas sobre quiénes son, de dónde vienen y hacia dónde van se entrelazan con la necesidad de pertenecer, de ser reconocidos y de encontrar un sentido a sus vidas. Muchas veces, esta etapa del ciclo vital debe vivirse en medio de contextos familiares fragmentados y entornos sociales complejos. Allí, los anhelos de trascendencia y profundidad muchas veces son ignorados por preocupaciones más urgentes, o por falta de espacios para la búsqueda y la escucha mutua. Sin embargo, la adolescencia vivida en este contexto también es un momento fértil para la construcción de sentido, la vivencia de experiencias familiares significativas, la articulación de vínculos valiosos y la emergencia de preguntas existenciales profundas.

Explorando el corazón adolescente, en búsqueda del sentido de la vida

La adolescencia es un camino de incertidumbre y tránsito, una etapa de profundas transformaciones y aprendizajes, pero también de posibilidades y oportunidades; un tiempo en el que las certezas heredadas comienzan a ser interrogadas y en el que las preguntas sobre quiénes son, de dónde vienen y hacia dónde van se entrelazan con la necesidad de pertenecer, de ser reconocidos y de encontrar un sentido a sus vidas. Muchas veces, esta etapa del ciclo vital debe vivirse en medio de contextos familiares fragmentados y entornos sociales complejos. Allí, los anhelos de trascendencia y profundidad muchas veces son ignorados por preocupaciones más urgentes, o por falta de espacios para la búsqueda y la escucha mutua. Sin embargo, la adolescencia vivida en este contexto también es un momento fértil para la construcción de sentido, la vivencia de experiencias familiares significativas, la articulación de vínculos valiosos y la emergencia de preguntas existenciales profundas.

Este libro nace del encuentro con adolescentes pertenecientes a la parroquia Madre Laura, ubicada en el barrio Chuniza, localidad de Usme. A través de escenarios conversacionales mediados por el arte y sostenidos por la escucha activa, abrimos grietas en el muro del adultocentrismo para que ellos pudieran sentirse escuchados, no solo en lo que decían con palabras, sino en lo que callaban. Así, surgieron relatos cargados de dolor, ternura y esperanza, relacionados con sus vínculos familiares, con la construcción de sus relaciones y con la vivencia de su espiritualidad; se abrieron espacios necesarios para que los adolescentes pudieran sentirse escuchados en lo que lograba hacerse palabra y en aquello que encontraba otros caminos de expresión. Por esta razón, el arte jugó un papel fundamental en la comprensión de relatos silenciosos, mediados por lenguajes que van más allá de las palabras.

Frente a sus inquietudes, nos propusimos explorar el corazón adolescente desde una perspectiva sistémica. Esto implicó entenderlos como una totalidad en relación dinámica con sus entornos, en constante diálogo con sus dimensiones emocionales, sociales, espirituales y simbólicas. Nos convocó la complejidad de sus vivencias, y también la imposibilidad de comprenderlas desde una sola perspectiva. Por eso, hablar de adolescencia implica hablar de adolescencias: no existe un único modo de transitar este momento de la vida. Las experiencias de cada joven se encuentran atravesadas por su historia, sus vínculos, sus oportunidades, sus pérdidas, sus recursos y las posibilidades que encuentra para imaginar el futuro.

El viaje que aquí registramos tuvo un norte claro: comprender cómo los adolescentes van construyendo el sentido de su vida a través de las narraciones acerca de sus experiencias familiares, sus vínculos emocionales y sus vivencias espirituales. Desde esta perspectiva, comprender implica conectar. La familia se encuentra con los vínculos; los vínculos dialogan con la espiritualidad; la espiritualidad puede ofrecer nuevas lecturas sobre la historia; y todas estas dimensiones participan, de distintas maneras, en la construcción del sentido. Al poner sus voces sobre el papel, no solo pretendemos aportar elementos teóricos a la academia, sino entregar herramientas sensibles y vivas a quienes deseen caminar junto a la juventud, propiciando discusiones profundas que transformen los entornos particulares.

En este ejercicio investigativo, el arte surgió como aliado, y dichas expresiones fueron el lenguaje que, junto con los adolescentes, encontramos para narrar sus historias, de tal manera que logramos plasmar emociones, reconstruir relatos y resignificar experiencias. El arte, en sus múltiples manifestaciones, es una forma de encuentro y una posibilidad de conocimiento: actúa como un lenguaje simbólico que permite contar vivencias, identidades y significados que muchas veces escapan a las formas discursivas convencionales. En sintonía con Gergen (2007), el construccionismo social reconoce que el conocimiento y la identidad se dan en la interacción, en donde el lenguaje —entendido aquí en un sentido amplio que incluye también las expresiones artísticas— es el tejido que permite la construcción de sentido compartido desde la sensibilidad, la escucha y el reconocimiento.

De este modo, cada trazo, canción, color y forma se convirtió en una ventana para explorar los mundos interiores de los y las adolescentes, permitiéndonos descubrir sueños, miedos y esperanzas que de otro modo habrían permanecido ocultos. Este proceso no solo fortaleció el vínculo entre ellos y su comunidad, sino que también reveló nuevas formas de entender y acompañar sus caminos hacia la construcción de su identidad, al igual que nos permitió, a nosotros como investigadores, acompañar a "nuestro adolescente interior", que iba danzando al ritmo de ellos y ofreciéndonos también una posibilidad de encuentro desde la autorreferencialidad, donde pudimos resignificar y recordar que crecer no es dejar atrás todas las preguntas de la adolescencia: estas vuelven a nosotros cuando escuchamos las voces de quienes están comenzando a formularlas.

Seguimos pensando que el corazón de los adolescentes es un mundo inmenso, complejo y profundo, lleno de paisajes inexplorados y un tanto incomprendidos, que nos lleva a hacernos preguntas, buscar rutas e imaginar escenarios posibles y novedosos para entender el curso de sus vidas. No es solo una etapa problemática que el mundo adulto solo deba "soportar"; estamos convencidos de que es una etapa de profunda sensibilidad, construcción y belleza, que no puede seguir siendo solo paisaje, sino que es un llamado a involucrarnos con sensibilidad y apertura. Es por ello que, en el proceso de los estudios de la Maestría en Educación, Familia y Desarrollo de Unimonserrate, quisimos construir un camino con y por los adolescentes que nos llevara a ampliar nuestra mirada y a acercarnos a su mundo.

En el camino comprendimos que sus necesidades, preguntas y desafíos van mucho más allá de las comprensiones tradicionales de familia, e incorporan elementos novedosos acerca de la vivencia de su espiritualidad, así como una mirada más profunda sobre la construcción de sus vínculos y la resignificación de experiencias a través del arte y la narrativa. También comprendimos que acompañar a los adolescentes exige revisar nuestras propias formas adultas de mirar. El adultocentrismo no siempre emerge como una intención explícita de silenciar; a veces se manifiesta en la prisa por interpretar, en la necesidad de corregir, en la tendencia a explicar antes de escuchar o en la costumbre de pensar que los adultos sabemos de antemano lo que un adolescente necesita. *Explorar el corazón adolescente* implicó, para nosotros, aprender a suspender algunas certezas para permitir que aparecieran otras

posibilidades de comprensión.

Fruto de este camino que hemos recorrido, y gracias a la disposición de los propios adolescentes, pudimos generar varios productos artísticos que dan cuenta de las historias y los corazones que llegamos a conocer y a reconocer en nosotros mismos. Las canciones, cuentos, poemas e imágenes que surgieron fueron reflejando la profundidad de la vida y del dolor de aquellos adolescentes con quienes caminamos y que aceptaron el reto y la tarea de explorar el corazón, su corazón. Son también huellas de un encuentro desde la creación artística, donde hacen eco y amplían aquello que las palabras no alcanzan a expresar.

Ahora bien, es importante aclarar que este camino se dirige al corazón adolescente, y que, cuando hablamos de corazón, no nos referimos únicamente a la concepción tradicional occidental del lugar de las emociones, sino que, siguiendo la perspectiva judeocristiana explicada por Boman (2000), lo entendemos como el centro de la vida interior del ser humano, que abarca el pensamiento, la memoria, la voluntad, la moral y la conciencia, además de toda la dimensión afectiva y emocional. En este orden de ideas, cuando decimos corazón hablamos de ideas y pensamientos, recuerdos, experiencias, conciencia del presente, sueños, miedos y decisiones de los adolescentes; es un territorio simbólico de la experiencia humana en el que se entrelaza la complejidad de los vínculos y hacen eco las preguntas sobre el sentido de sus vidas.

Dentro del proceso investigativo que precede a este texto, los investigadores tuvimos la oportunidad de encontrarnos cotidianamente con las experiencias y relatos de los adolescentes en el contexto parroquial antes mencionado. En este esfuerzo de cercanía, pudimos descubrir diversas historias que vinculan a los adolescentes con tres conceptos clave que han tomado fuerza a partir de sus propios relatos y que, desde una mirada amplia y profunda, permiten reconocer tres ejes fundamentales que se interrelacionan: la familia, los vínculos y la espiritualidad.

En primer lugar, se destaca la concepción que los adolescentes tienen de su familia, como un espacio de vínculos cercanos o distantes, pero también como un escenario donde se generan heridas emocionales significativas. La familia, entendida como un microsistema en movimiento, atravesado por cambios, tensiones, recursos y posibilidades de transformación dentro del modelo ecológico de Bronfenbrenner (1979), constituye un contexto inmediato de interacción donde se configuran esos primeros significados afectivos y sociales. Esta dimensión es vital, dado que las experiencias familiares tempranas modelan la percepción interna y externa, e influyen directamente en el desarrollo emocional y afectivo. En ella pueden coexistir el cuidado y el conflicto, la presencia y la ausencia, la protección y la herida. Por eso nos causa especial interés comprender cómo los adolescentes interpretan sus experiencias familiares y qué significado adquieren estas en la construcción de sus propias heridas.

En segundo lugar, los vínculos que los adolescentes han generado entre sí, con personas de diversas edades que hacen parte de la comunidad parroquial y con otras personas que pasan

por sus vidas de manera más esporádica, han constituido uno de los temas más sensibles y presentes en sus narrativas. Estos vínculos trascienden las categorías formales y emergen como espacios afectivos en los que se tejen relaciones de cuidado, reconocimiento y pertenencia. Tal como lo señala Miermont (2012), los vínculos humanos son entramados simbólicos, construidos en una multiplicidad de relaciones que forman parte de un ecosistema dinámico y que evolucionan en función de la interacción, el contexto y la incertidumbre. Además, plantea que nuestras relaciones reflejan nuestra historia y nos ayudan a mantener la estabilidad emocional. Así, los vínculos permiten resignificar los vacíos afectivos vividos en el pasado, en especial cuando los espacios de relación en la familia resultan frágiles o insuficientes. En este sentido, la parroquia se constituye en un espacio alternativo de vinculación, de sostén, de aceptación y de contención emocional, lo cual contribuye directamente a la configuración de la identidad y el sentido de pertenencia de los y las adolescentes.

En tercer lugar, el profundo tema de la espiritualidad emerge como una dimensión esencial en sus vidas, no solo a través de las prácticas religiosas o la celebración de los sacramentos, sino como un plano interno y trascendente en el que algunos adolescentes han encontrado refugio ante sus tormentas y fuerza en sus debilidades; este tema es algo recurrente en ellos, como un anhelo o una búsqueda urgente, pues, como expresa una de las adolescentes que participó en nuestra investigación, y a quien mencionamos solo con las iniciales de su nombre (E.R.): "hablar con Dios me da paz". Este elemento puede ser comprendido desde la propuesta de Viktor Frankl (1991), quien señala que la espiritualidad, en tanto búsqueda de sentido, constituye una necesidad existencial del ser humano y puede representar un camino para resignificar el sufrimiento y proyectar la vida con esperanza. Estos tres elementos —familia, vínculos y espiritualidad— configuran, en conjunto, un tejido desde el cual los y las adolescentes intentan comprender su mundo, elaborar sus vivencias y construir su proyecto de vida. Por tanto, la búsqueda de sentido aparece como un hilo conductor que permite a los y las adolescentes ir proyectando un futuro más consciente, armónico y esperanzador.

Para comprender de manera visual este horizonte, diseñamos una brújula que integra los elementos complejos que guían las vidas de estos jóvenes. A través de este esquema, buscamos explorar cómo se coconstruye el sentido de la vida a partir del arte y la narrativa en la comunidad de la Parroquia Madre Laura, en Usme. Este sentido no es lineal: nace del diálogo generativo, habita en un universo denso y su construcción implica recorrer un camino que, a veces, se asemeja a un laberinto enmarañado. Son sus propias historias de vida las que nos permiten descifrar ese mapa, explorando las relaciones familiares, el nacimiento de sus vínculos y sus profundas experiencias espirituales.



Ilustración 1. La geografía de una búsqueda: el sentido de la vida, los vínculos y la espiritualidad entrelazados en el universo adolescente. El mapa orienta, pero no contiene todos los caminos.

Fuente: Elaboración propia a partir de los hallazgos de la investigación

Explorando el corazón adolescente, en búsqueda del sentido de la vida

En definitiva, este libro no es solo el resultado de una investigación; es el testimonio de un encuentro que descubrimos como sagrado y que estuvo mediado por el color, la música y la palabra. A través del tejido que une a la familia que duele o acompaña, de los vínculos que sostienen, conectan y, en ocasiones, salvan, y de la espiritualidad que abraza en la tormenta, estos adolescentes lograron ponerle nombre a lo que parecía indecible. Sus creaciones artísticas nos invitaron a entender que el sentido de la vida no es una meta que se alcanza al ser adultos, sino un camino que se recorre y se resignifica a cada instante. Al dejarnos guiar por sus voces y silencios, no solo comprendemos la profundidad de sus mundos en la periferia de Bogotá, sino que también nos reconciliamos con nuestro propio adolescente interior y sus preguntas eternas. Nos despedimos de este trayecto con la firme convicción de que escuchar el corazón del adolescente es, en última instancia, aprender de nuevo a escuchar la vida en toda su complejidad, belleza y vulnerabilidad. El corazón adolescente no es un territorio que debamos conquistar. Es un territorio al que se nos permite acercarnos. Acercarnos exige cuidado, humildad y la disposición de aceptar que, en ese encuentro, también nosotros podemos cambiar.



CAPÍTULO I

¿POR QUÉ EXPLORAR?

¿Por qué explorar?

1.1 CUANDO LA MIRADA CAMBIA, EL TERRITORIO TAMBIÉN

Este proyecto de investigación se planteó, desde sus inicios, como una forma de cuestionar las narrativas dominantes que los medios de comunicación han difundido en la sociedad sobre los adolescentes, reproduciendo estereotipos del adolescente conflictivo, problemático o permanentemente en crisis. Estas ideas contribuyen a consolidar representaciones distorsionadas y sesgadas sobre los adolescentes, en las que se prioriza la violencia juvenil, el consumo de sustancias psicoactivas, la deserción escolar o el comportamiento problemático (Buckingham, 2000), dejando de lado otras historias de superación, de participación desde la capacidad de agencia, de resiliencia y de desarrollo del proyecto de vida.

Según un informe de la UNESCO (2020), la representación de los y las adolescentes desde estas perspectivas conflictivas en los medios de comunicación influye profundamente en la percepción pública, contribuyendo a la estigmatización de la adolescencia, especialmente en contextos de mayor vulnerabilidad social. Sin embargo, antes de preguntarnos qué necesitan los adolescentes, fue necesario preguntarnos desde dónde los estábamos mirando. Esta pregunta, aparentemente sencilla, abrió una de las primeras grietas de nuestra investigación, porque toda mirada construye un modo de ver y, al mismo tiempo, deja algo fuera del campo de visión. Cuando apreciamos a los adolescentes únicamente desde el riesgo, terminamos encontrando riesgos; cuando los miramos desde el déficit, terminamos encontrando carencias. Pero cuando nos permitimos escucharlos desde sus posibilidades, aparecen otras historias: jóvenes que crean, cuidan, imaginan, resisten, buscan, creen, aman y que también tienen algo que enseñar. No se trata de negar las dificultades que atraviesan, ni de romantizar sus experiencias de vida. Se trata de ampliar el encuadre, desde una mirada compleja y sistémica que nos invita a sostener simultáneamente aquello que nos pueda parecer contradictorio en un inicio: el dolor y la esperanza, la vulnerabilidad y la capacidad de agencia, la herida y la posibilidad de transformación.

Por este motivo, en nuestro esfuerzo de investigación apostamos por la integración de propuestas creativas, intencionadas y coherentes con los lenguajes de la población adolescente. Esta propuesta busca escuchar las realidades y, mediante la cocreación de conocimiento, promover experiencias significativas que generen sentido y transformación en las narrativas; así, la investigación se convirtió en un tejido vivo, situado y ético, que permitió acercarnos a los fenómenos complejos de la adolescencia desde metodologías que reconocen las voces de quienes han sido silenciados por los paradigmas propios sobre esta etapa. Aunque parezca sutil transitar desde una investigación sobre los adolescentes a investigar con los adolescentes, este principio implica reconocer su capacidad de agencia, su saber situado y su derecho a participar en la construcción de los significados que dan forma a sus propias vidas.

Por tanto, desde esta mirada, propiciamos alternativas para reconectar con la interioridad y fortalecer la búsqueda de sentido. Las apuestas creativas, desde un lenguaje simbólico, permitieron nuevas comprensiones de la realidad, en especial al ser puestas en un contexto comunitario, en espacios de libertad y participación, reconociendo que somos constructores de la propia historia, posibilitadores de nuevas lógicas de cuidado, aceptación y afecto.

En este punto, el arte adquirió una doble condición: fue lenguaje y posibilidad de encuentro; fue un espacio compartido no solo para (re)producir conocimientos, sino para acercarnos a lo humano, lo vital, lo recíproco y lo transformador. Afortunadamente, también han emergido narrativas alternas desde una perspectiva más propositiva que destaca el potencial creativo desde el arte, la política y la ciencia de los y las adolescentes (Finkelhor, 2009). Es imperativo resaltar el papel de los adolescentes en este proceso no solo desde la recepción de ayudas, atención o intervenciones, sino también desde su rol activo en la transformación social.

Iniciativas como las realizadas en el contexto de la parroquia Madre Laura muestran cómo los adolescentes pueden redefinir sus experiencias y aportar cambios significativos a sus comunidades. Más allá de los hallazgos, este proceso cobró vida propia en la comunidad: hoy esta parroquia cuenta con un nuevo espacio adolescente liderado por uno de los mismos participantes. Así, las experiencias compartidas terminaron por transformar el territorio, abriendo las puertas de la iglesia al mundo adolescente desde la vivencia misma del encuentro y el arte.

1.2 CUANDO ESCUCHAR TAMBIÉN NOS TRANSFORMA

Como investigadores, percibimos que los adolescentes buscan espacios para compartir sus experiencias de vida y ser escuchados: espacios autogestionados y seguros, con la posibilidad de narrar, de ser reconocidos y de construir nuevas posibilidades de comprensión sobre aquello que viven, para contribuir a procesos de elaboración, resignificación y construcción de sentido.

Surgió entonces la modelización como estrategia de acompañamiento para tomar de la mano sus anhelos, necesidades y tristezas; abrazar sus dolores y sueños; posibilitar espacios de diálogo generativo que abran perspectivas de reconocimiento, no desde la carencia, sino desde la posibilidad (Fried, 2013), y así propiciar la narración de nuevos horizontes que transformen y renueven las comprensiones. Sí, nos hace bien, pero, sobre todo, les hace bien, y ese es el gran objetivo de estas líneas: dar cuenta del bien que podemos generar y compartir cuando los adolescentes encuentran en ella un espacio de escucha, reconocimiento y participación. La modelización puede comprenderse como una forma de construir representaciones provisionales de una realidad compleja, reconociendo que el mapa no es el territorio; es una herramienta para acercarnos a esa realidad entramada. El arte y la modelización dialogan porque nos permiten representar sin pretender agotar la realidad. Es una imagen que puede surgir como símbolo y abrir una pregunta que ningún concepto logra cerrar.

Ahora bien, dentro de todo este planteamiento, la autorreferencialidad juega un papel muy importante, pues hace parte de la gran decisión de atrevernos a mirar con cuidado estos temas y estos mundos. Desde una perspectiva sistémica, implica reconocer que, como investigadores, nuestros adolescentes interiores —si podemos llamarlos de esta manera— también se encuentran presentes en estas conversaciones, estas inquietudes y estas certezas.

Los y las adolescentes no son una raza distinta de seres extraños, ajenos a los adultos que transitamos ya por esta etapa del ciclo vital hace pocos o muchos años. Al contrario, sus preguntas pueden resonar con preguntas que también nos habitaron; son sus voces las que siguen gritando desde nuestros dolores y silencios, inclusive desde las formas en las que, como adultos, enfrentamos y dialogamos con nuestras realidades. Pero esta cercanía no debe llevarnos a confundir nuestras historias con las suyas. El adolescente que fuimos no es el adolescente que tenemos delante. Cada generación crece en contextos diferentes y enfrenta desafíos particulares, propios de su tiempo. Por eso, recordar nuestra propia adolescencia puede ayudarnos a acercarnos, pero también puede convertirse en una trampa si utilizamos nuestra experiencia para interpretar la de los adolescentes actuales. La autorreferencialidad exige, entonces, una doble operación en constante diálogo: reconocernos en el otro sin reducirlo a nosotros, y permitir que su historia nos afecte sin apropiarnos de ella.

Explorar el corazón adolescente es un camino lleno de incertidumbres y preguntas, pero también de descubrimientos y compañías que nos invitan a comprender el sentido de la vida desde una perspectiva más amplia, pero, sobre todo, más profunda.

1.3 LOS HILOS QUE ENTRETEJEN EL CORAZÓN ADOLESCENTE

Para adentrarnos en este estudio, fue necesario trazar una ruta conceptual que nos guiara en la exploración del corazón adolescente. Nos enmarcamos en un entramado de categorías interconectadas que dialogan entre sí: son seis puertas de entrada que nos permiten acercarnos a la experiencia humana. El corazón adolescente no es una pieza aislada que pueda comprenderse desde una sola disciplina; es un territorio entretejido por relaciones, historias, vínculos y búsquedas de sentido.

1.3.1. El paradigma sistémico-complejo. Aprender a mirar el todo sin perder de vista cada historia

Este paradigma, basado en la teoría general de sistemas de Ludwig von Bertalanffy (1968), nos permite comprender cómo un fenómeno no puede explicarse únicamente por sus elementos aislados, sino por las relaciones e interdependencias que mantienen entre sí. Edgar Morin (2005), en su teoría del pensamiento complejo, nos invita a pensar la realidad como un entramado de relaciones, incertidumbres, contradicciones y emergencias. Morin expone algunos de los principios que orientan este pensamiento. El principio dialógico nos permite pensar que los elementos pueden estar juntos, aunque sean contradictorios. El principio de recursividad organizacional nos orienta a pensar que todo aquello que producimos también nos produce. El principio hologramático enuncia que la parte está en el todo y el todo está,

de alguna manera, en la parte. El principio de incertidumbre nos dice que no todo puede ser predicho o controlado. Y, finalmente, el principio de contextualización nos indica que ningún fenómeno humano puede comprenderse separado de su contexto.

La perspectiva sistémico-compleja constituye el horizonte epistemológico desde el cual decidimos aproximarnos a la adolescencia. Nos invita a comprender cómo las relaciones, las interacciones y la organización de los sistemas participan en la construcción de los adolescentes y de las realidades que habitan. Asimismo, nos invita a abandonar las explicaciones lineales y las miradas fragmentadas, para reconocer que la experiencia adolescente emerge de múltiples relaciones entrelazadas con las realidades que cohabitan con ellos: su familia, sus pares, la comunidad, la escuela, el territorio, las condiciones sociales que atraviesan su vida, entre otras.

La complejidad nos recuerda, además, que estas dimensiones no funcionan como piezas independientes. La familia transforma al adolescente, pero el adolescente también transforma a su familia; la comunidad influye en sus formas de relacionarse, pero sus acciones también pueden modificar la comunidad; las experiencias de dolor pueden afectar su búsqueda de sentido, pero nuevas experiencias de vínculo y reconocimiento pueden resignificar aquello que parecía definitivo. Por ello, explorar el corazón adolescente exige aprender a mirar tanto las dimensiones como las conexiones que las articulan. La complejidad no busca encontrar una única causa para explicar una vida, sino reconocer el entramado de relaciones desde el cual esa vida adquiere sentido.

1.3.2. Las narrativas como relato, construcción de identidad y posibilidad de transformación

Las narrativas, entendidas desde la perspectiva de Jairo Estupiñán (2012), constituyen uno de los caminos privilegiados para aproximarnos a las realidades y voces de los adolescentes, y para comprender cómo las personas construyen significados sobre sus experiencias. Desde este enfoque, las personas no solamente viven acontecimientos, sino que también organizan y dan sentido a lo vivido a través de las historias que cuentan. Narrar es, en este sentido, una forma de hacer visible la experiencia y de otorgarle un lugar dentro de la propia historia.
Cada historia contada podía abrir nuevas preguntas, establecer conexiones y permitir que una experiencia fuera contemplada desde otro lugar. El adolescente que narra su historia no es exactamente el mismo que la vivió: al contarla, la observa, la interpreta y, en ocasiones, comienza a resignificarla. Esta comprensión adquiere especial importancia cuando las narrativas dialogan con el arte. Una canción, un dibujo, un poema o una imagen también pueden narrar. No siempre necesitamos una secuencia de palabras para contar quiénes somos. Hay experiencias que primero aparecen como colores, silencios, gestos o símbolos, y solo después encuentran un nombre.

1.3.3. La búsqueda de sentido

La búsqueda de sentido, inspirada en la propuesta de Viktor Frankl (1991), constituye una dimensión fundamental de la existencia humana a lo largo del camino de la vida. Desde esta perspectiva, la vida no se reduce a la satisfacción de necesidades inmediatas ni a la ausencia de sufrimiento; implica una comprensión compleja ante la posibilidad de preguntarnos para qué vivimos, qué valoramos, qué queremos aportar y hacia dónde deseamos orientar nuestra existencia.

Esta perspectiva resulta especialmente significativa para comprender la adolescencia desde una mirada sistémica y compleja. El adolescente se encuentra en un momento vital en el que muchas certezas heredadas comienzan a ser interrogadas, y en el que puede construir y reconstruir significados incluso en medio de experiencias de adversidad.

Desde nuestra perspectiva, la búsqueda de sentido se entreteje a partir de la narrativa y va tomando forma como una orientación, no como respuestas definitivas a preguntas intrincadas, ni como una meta que se alcanza de una vez y para siempre. Es una búsqueda que implica una construcción dinámica, situada, relacional y contextual, que se transforma a medida que cambian las experiencias, las relaciones y la manera como narramos lo ocurrido, lo cual nos permite resignificarlo de manera constante.

El arte, los vínculos, la familia y la espiritualidad pueden convertirse, entonces, en territorios habitables por los adolescentes, donde descubren, reconstruyen y resignifican significados. Una experiencia dolorosa puede adquirir un significado diferente cuando es narrada desde otro lugar; una relación de cuidado puede ayudarnos a sanar heridas; una creación artística puede permitir expresar aquello que parecía imposible de decir, y una experiencia espiritual puede abrir una pregunta sobre el futuro que logre ampliar la perspectiva en esta búsqueda continua de sentido.

1.3.4. La familia

La familia constituye uno de los primeros territorios relacionales en los que una persona aprende, de manera explícita e implícita, qué significa pertenecer, ser cuidado, cuidar, confiar, poner límites, pedir ayuda o relacionarse con los demás, solo por mencionar algunos elementos. Desde una perspectiva sistémica, la familia no puede comprenderse solamente desde el lugar de origen; es una organización sistémica y relacional en permanente transformación, que cambia a lo largo del tiempo.

Carter y McGoldrick (1996) nos permiten comprender la familia como un sistema que atraviesa transiciones y crisis a lo largo de su ciclo vital. Cada etapa exige reorganizaciones, nuevas responsabilidades y movimientos en las relaciones, así como en la manera en que los vínculos se establecen y se reafirman. La adolescencia, en este sentido, no transforma únicamente al adolescente, sino a toda la familia de manera sistémica.

Minuchin (1986), por su parte, nos permite observar cómo la estructura familiar organiza y reorganiza las interacciones mediante límites, jerarquías y subsistemas. Desde esta mirada, las dificultades de un adolescente no pueden comprenderse únicamente como características individuales; es necesario observar las pautas relacionales en las que participa.

Sin embargo, es importante alertar al lector: esta perspectiva debe analizarse con cuidado, ya que no toda adversidad adolescente es producto de la familia, ni toda familia constituye un espacio de conflicto. Desde una perspectiva compleja, las familias pueden ser lugares de protección, pero en ellas también pueden coexistir el amor y la herida, la presencia y la ausencia, el cuidado y la fragilidad del vínculo. La complejidad consiste, precisamente, en poder sostener estas perspectivas de vida sin reducir o anular una a la otra.

1.3.5. La construcción de vínculos

Analizada a partir de Miermont (2012) y Hernández & Bravo (2003), la construcción de vínculos puede entenderse como un tejido dinámico de relaciones que opera en múltiples niveles de la realidad.

Los vínculos son hilos que conectan a las personas y les permiten experimentar que sus vidas transcurren en compañía; vincularse implica mucho más que relacionarse, ya que supone construir un tejido dinámico de relaciones que operan en múltiples niveles de la realidad, a partir de experiencias de reconocimiento, pertenencia y afectación mutua.

Durante la adolescencia, los vínculos adquieren una especial relevancia. La familia continúa siendo un espacio fundamental en sus vidas, pero aparecen con fuerza otras relaciones: los amigos, los compañeros, los adultos significativos, y los referentes comunitarios y espirituales en lugares tan significativos como la parroquia. Estos nuevos vínculos pueden ampliar los mundos posibles del adolescente y ofrecerle una variedad de experiencias distintas de aquellas que ha vivido en otros contextos.

Desde una perspectiva sistémica, cada vínculo se encuentra conectado con una red más amplia. Por ejemplo, la relación entre un adolescente y un adulto que pertenece a la parroquia está atravesada por la familia, la comunidad, la institución y la cultura. Por este motivo, la parroquia surge como algo más que un escenario: para los adolescentes representa una red de vínculos significativos, donde son reconocidos, escuchados y orientados. Y esta experiencia, aunque a simple vista podría parecer sencilla, puede tener una profundidad extraordinaria. Es el lugar donde los adolescentes reconocen que, a veces, no necesitamos cambiar toda la historia de una persona; basta con que aparezca alguien dispuesto a habitar junto a nosotros esa historia y, desde una perspectiva vincular, pueda ver la majestuosidad de nuestro ser.

1.3.6. La espiritualidad

La espiritualidad constituye una dimensión profunda y compleja de la experiencia humana, relacionada con la búsqueda de sentido, la trascendencia, la interioridad y la relación con aquello que cada persona reconoce como valioso, sagrado o fundamental.

En este sentido, espiritualidad y religión pueden encontrarse, pero no son conceptos idénticos. Una experiencia religiosa puede ser una forma de vivir la espiritualidad, pero esta también puede expresarse a través de la contemplación, el servicio, el arte, la naturaleza, los vínculos y la búsqueda personal de sentido.

Desde la perspectiva de los adolescentes que hemos conocido, esta distinción resulta fundamental. Los adolescentes participantes pertenecen a una comunidad parroquial, por lo que sus experiencias espirituales se encuentran vinculadas a una tradición religiosa concreta. Sin embargo, sus relatos muestran que la espiritualidad no se limita a las celebraciones ni a la práctica de rituales. También aparece como búsqueda de refugio, como experiencia de confianza, como pregunta trascendental, como esperanza y como posibilidad de encontrar una presencia que acompañe aquello que no siempre puede ser explicado.

Desde Maslow (1954), podemos aproximarnos a la espiritualidad a través de la comprensión del desarrollo humano, las necesidades de pertenencia, el crecimiento y la autorrealización, así como algunas de sus reflexiones posteriores sobre la trascendencia. Desde Boff (2002, 2012), podemos comprenderla como una dimensión de profundidad que le permite al ser humano descubrir conexiones que van más allá de lo inmediatamente visible.

Estos seis conceptos no constituyen una lista de categorías independientes; son dimensiones de un mismo fenómeno humano que se iluminan mutuamente. El paradigma sistémico-complejo es el gran tejido; las narrativas son los hilos con los que los adolescentes tejen ese entramado; la familia representa algunas de sus raíces y sus principios de hilar; los vínculos son los puentes que se construyen con otros corazones; la búsqueda de sentido es uno de los horizontes por los que transitan los adolescentes; y la espiritualidad es la profundidad desde la cual preguntan por aquello que trasciende la vida material.

Este marco conceptual entrelazado nos proporcionó los lentes necesarios para abordar nuestro trabajo de manera integral, profunda y sensible a la complejidad de la vida adolescente. Cada uno de estos conceptos no funciona de manera aislada, sino como parte de un mismo tejido que dio forma a nuestra investigación. Por ello, a partir de este momento, nos proponemos recorrer en profundidad cada categoría, analizando sus núcleos teóricos para vislumbrar cómo operan en la cotidianidad, la identidad y las narraciones de los adolescentes que inspiraron este camino.

1.4. NO HAY UN SOLO CAMINO PARA LLEGAR A LA META

En los años noventa, Edgar Morin introdujo el paradigma de la complejidad en su libro *Introducción al pensamiento complejo* (2005). Al situarnos en el análisis de la realidad desde un pensamiento que busca interrelacionar la realidad fragmentada, este paradigma plantea incertidumbres frente al modo de operar del pensamiento científico moderno y, por ende, influye en nosotros como investigadores, formados desde este mismo enfoque. El pensamiento sistémico complejo nos plantea muchas más dudas que respuestas, tanto en el marco de enunciación teórico-práctico de este trabajo de investigación como en la manera en que debe entenderse el abordaje de los adolescentes y su intrincada realidad social. El paradigma del pensamiento complejo ofrece un marco de referencia para abordar la construcción del sentido de la vida, los vínculos familiares y la espiritualidad desde una perspectiva crítica, integradora y transdisciplinar. Es por esta razón que, como equipo de investigadores, invitamos al lector a detenerse y a pensar en la realidad como un sistema interconectado que nos impulsa a comprender el todo, reconociendo las incertidumbres y las contradicciones del proceso de investigación. Estamos a punto de compartir con el lector no solo las apreciaciones teóricas que guían este proceso de investigación/intervención, sino también de plantear y abordar problemáticas humanas y sociales desde el paradigma sistémico complejo, que nos permite comprender la relación dinámica entre orden, desorden y organización (Morin, 2005).

Es imprescindible reconocer algunos principios clave del pensamiento complejo que se han entretejido en las experiencias de intervención, como son el principio dialógico, el recursivo y el hologramático.

El principio dialógico nos invita a integrar nociones que pueden parecer opuestas, pero que componen una unidad dinámica (Morin, 2005). Esta dualidad en el mundo adolescente se hace evidente en la tensión entre dependencia y autonomía: los adolescentes buscan libertad en cada una de sus acciones, pero su realidad muestra una profunda dependencia familiar. Del mismo modo, surge la polaridad entre compañía y soledad, ya que los y las adolescentes de la parroquia frecuentemente están acompañados por una comunidad religiosa bastante amplia; sin embargo, se percibe en ellos una soledad o un aislamiento al momento de enfrentar las dificultades de la vida cotidiana. Asimismo, la búsqueda de sentido y la crisis existencial se encuentran constantemente: al enfrentar sus crisis personales y familiares, recurren al proceso creativo y espiritual para hallar un norte a través de una fe viva. Por último, en la construcción de sus vínculos se genera la paradoja del amor y el dolor, que revela que las relaciones más significativas a menudo nacen y florecen a partir de la ruptura, la pérdida y la herida compartida.

Por otra parte, el principio recursivo resalta el poder de retroalimentación de los efectos sobre las causas, generando ciclos de co-construcción (Morin, 2005). En la cotidianidad de los y las adolescentes observamos que la familia los ha educado y formado, pero ellos, al participar en los procesos pastorales, regresan a sus hogares a cuestionar y a buscar la transformación de la dinámica emocional y espiritual de sus familias, mostrando así que el sistema familiar es

vivo y dinámico, y que logra una transformación mutua. Entendimos, como investigadores, que el acompañamiento genera confianza, y que esta, a su vez, cualifica y fortalece dicho acompañamiento. Cuando aprendemos a escuchar y a respetar, transformamos la calidad de ese vínculo y, por ende, se genera una relación circular.

Finalmente, el principio hologramático nos plantea que cada parte contiene al todo, y que, a su vez, el todo está presente en cada parte (Morin, 2005). Este principio nos invita a pensar que no es posible entender la realidad individual de los y las adolescentes sin considerar su entorno colectivo. Cada adolescente narra y recrea en sí la historia de su familia: en su forma de hablar, de actuar y de soñar están presentes los valores, las heridas y las esperanzas de su grupo familiar. Por tanto, es fundamental comprender la complejidad de los vínculos familiares desde una mirada sistémica y profunda, en la que incluso una sola conversación refleja las dinámicas globales de todo el sistema, evidenciando sus tensiones, roles y afectos. No obstante, este principio también nos confronta con el límite de nuestra propia mirada: al escuchar el relato individual, somos conscientes de que accedemos solo a una fracción de la realidad familiar. Esta tensión entre lo que se devela y lo que permanece oculto es vital, pues, como recuerda el enfoque complejo, "la complejidad no suprime la simplicidad, sino que la integra en una visión más amplia" (p. 13), lo cual nos recuerda, con humildad, el alcance de nuestras propias herramientas de comprensión.

Es necesario comprender, entonces, que estos principios sistémicos son aplicables a cualquier fenómeno, desde los organismos vivos hasta las organizaciones sociales (Bertalanffy, 1968). En este sentido, podemos comprender la realidad de las familias como un microsistema que, según el modelo ecológico de Bronfenbrenner (1979), se define como el nivel más cercano al ser humano, donde se desarrollan las interacciones directas y significativas que permiten la construcción de identidad de los y las adolescentes. Este sistema no funciona de manera aislada, sino que está influenciado por sistemas mayores, como el mesosistema, el exosistema y el macrosistema, que intervienen de manera directa e indirecta en la dinámica familiar. Por lo tanto, las familias, comprendidas como sistemas abiertos, mantienen un constante intercambio de recursos, valores y patrones de comunicación con su entorno (Bronfenbrenner, 1979).

Así pues, desde la perspectiva sistémica compleja, la realidad no es un estado absoluto: está conformada por el tejido de eventos, acciones, interacciones, retroacciones, determinaciones y azares que constituyen nuestro mundo fenoménico (Morin, 2005). Desde esta perspectiva, la comprensión de la realidad de los y las adolescentes, o de las situaciones adversas que se describen, no puede abordarse con simplicidad, sino que debe contextualizarse dentro de sistemas más amplios, para lograr una comprensión global que permita integrar lo disyunto y organizar lo disperso. No se trata de eliminar la incertidumbre o la duda, sino de dialogar con la incertidumbre, la duda y las dificultades (Morin, 2005).

Así, las voces de los adolescentes nos revelan que sus historias no siguen un único camino. En sus mundos coexisten las rupturas y los silencios, los mitos compartidos y las

heridas, pero también la potencia de la sanación y esa terca esperanza que los hace florecer. Todo ello se entrelaza de forma viva en su subjetividad. Comprender esta compleja trama de vida nos exige aprender a escuchar el relato entero, sin mutilarlo, sin juzgarlo y, sobre todo, sin encasillarlo.

Por lo tanto, la escucha activa en este libro no se define como una técnica de recolección de datos, sino como un vínculo ético. Saber escuchar implica abrir el espacio interior para que el sufrimiento del otro tenga un lugar seguro donde descansar y transformarse. Al cruzar la palabra con el arte, permitimos que los jóvenes de la parroquia Madre Laura reescribieran las "narrativas dominantes" del abandono o la exclusión, y les dimos la posibilidad de enunciarse desde un nuevo lugar: el de coautores de su propia historia, artesanos de su comunidad y maestros de nuestra propia sensibilidad adulta. Las páginas que siguen son el testimonio fiel de esa polifonía de corazones que se atrevieron a decirse y a transformarnos.

1.5. LA CLAVE: EL ARTE DE MODELAR LA CIENCIA DEL CORAZÓN

Para adentrarse en la espesura del corazón adolescente, hacía falta algo más que una plantilla de preguntas o un examen estadístico; se requería una brújula capaz de captar el movimiento, la contradicción y la belleza de sus mundos interiores. Esa clave la encontramos en la modelización sistémica.

Siguiendo las intuiciones de Hernández y Bravo (2003), entendemos la modelización no como un intento de congelar la realidad en un laboratorio, sino como un proceso intencional y vivo. Consiste en diseñar, a través de un sistema de símbolos, metáforas, gráficos y ritos, una representación respetuosa de la experiencia tal como es percibida por el sujeto. Por eso, en cada uno de nuestros escenarios conversacionales, propusimos elementos simbólicos —desde hilos de yute hasta arcilla y dibujos— que les permitieran a los adolescentes nombrar sus emociones, relatar sus vínculos y explorar su espiritualidad de una manera orgánica, natural y libre de las dinámicas de control o juicio que a menudo habitan en sus entornos familiares o académicos.

Abrazar este enfoque implicó una renuncia ética como investigadores: nos negamos a desarmar el mundo de los adolescentes en partes aisladas. Al contrario, nuestro interés se centró en observar el mapa completo, en comprender cómo se interconectan los hilos de su cotidianidad. En nuestros círculos de encuentro, todas las voces tenían el mismo peso, incluidas las nuestras. Aunque partíamos de un esquema de preguntas orientadoras que apuntaban hacia la familia, los afectos y la trascendencia, nos mantuvimos siempre con el alma abierta para dejarnos sorprender por las narraciones emergentes que fluían de forma espontánea. Como lo condensa Jean-Louis Le Moigne (1995), la modelización sistémica no busca predecir el comportamiento humano, sino que «permite la invención de acciones posibles y la evaluación de sus efectos no intuidos». Nos dio la libertad de crear un espacio donde lo inesperado pudiera sanar.

La realidad de los adolescentes de Usme es un sistema de alta complejidad, donde los roles, las heridas, las risas, las búsquedas comunitarias y las batallas interiores se entrelazan constantemente. Para honrar ese territorio, era imperativo construir un modelo comprensivo que no redujera sus vidas a números estáticos o a categorías abstractas. Lejos de querer simplificar el misterio de la adolescencia, decidimos habitar su multiplicidad, rastreando los mitos que los configuran, los ritos que celebran y las certezas que defienden, logrando así una exploración humana e inspiradora.

Este viaje de modelización se rigió por tres certezas invisibles pero implacables: tres coordenadas que guiaron cada paso del camino.

- **La certeza del propósito (Sincronicidad):** Ningún encuentro ocurrió al azar ni estuvo desprovisto de sentido. Cada escenario conversacional poseía una finalidad profunda, una lógica y una estructura interna que se sostenía en tiempo real. Sin embargo, este propósito no se tradujo en rigidez: se vivió a través de una metodología flexible, abierta al diálogo y al imprevisto, que siempre guardaba un santuario de cuidado para el cierre, tanto con los adolescentes como en el diálogo íntimo entre nosotros como investigadores.

- **El río que no retrocede (Diacronicidad):** Modelar la vida implica aceptar que el fenómeno cambia de forma irreversible con el paso del tiempo. Ninguno de los escenarios conversacionales fue idéntico a como lo imaginamos en el papel. Las propuestas originales se transmutaron al entrar en contacto con la realidad, lo que nos obligó a recoger las categorías emergentes de cada sesión para reconfigurar el encuentro siguiente. El camino se transformaba a medida que lo caminábamos.

- **El lazo indisoluble (Recursividad):** En este enfoque, la acción, el territorio y el resultado son caras de una misma realidad. Quien observa y lo observado forman parte del mismo sistema vivo. Las primeras interacciones transformaron nuestra propia mirada y modificaron nuestro lenguaje; fue allí donde la co-construcción y la horizontalidad dejaron de ser conceptos teóricos y se convirtieron en principios sagrados de nuestra labor. Los recursos y las estrategias se fueron moldeando al pulso del corazón adolescente, y nos guiaron hacia paisajes humanos que jamás esperamos transitar, pero que resultaron ser los más adecuados para el cuidado de sus historias.

El conocimiento no es una verdad estática que se almacena en un anaquel; es un organismo que evoluciona en el encuentro con el "Otro". Más que descripciones frías, este libro busca poner sobre la mesa las representaciones vivas que brotaron en Usme, y analizar la dirección y el sentido de los relatos juveniles.

Adoptar esta metodología comprensiva, reflexiva y narrativa para escudriñar el rol de las familias, los vínculos y la espiritualidad nos exigió también un ejercicio de meta-observación. Reconocemos que, en el acto de escuchar, nosotros también fuimos escuchados; en el acto de acompañar, fuimos profundamente transformados. Este viaje metodológico dejó una huella imborrable en nuestra propia percepción de la adolescencia, y nos recordó que investigar, en su sentido más puro, es una bellísima forma de conversar.

1.6. SABER ESCUCHAR

Desde la perspectiva de Maturana y Varela (1980), el lenguaje no es solo un medio para describir la realidad, sino un espacio en el cual esta se construye y en el que se crean mundos compartidos. El lenguaje no solo sirve para comunicar una serie de hechos, sino que también permite habitar el presente: desde la narración de las historias dolorosas, no solo se reviven las emociones, sino que se edifica activamente el sentido de la vida.

Desde una mirada sistémico-compleja, las narrativas no son simplemente relatos lineales que los y las adolescentes cuentan sobre sus vidas; son formas de conocimiento, actos de subjetivación y modos de organizar la experiencia (Bruner, 1991). Cada historia compartida por los jóvenes es una interpretación de su contexto y de su vivencia. En este sentido, narrar es una manera de construir la propia realidad, reorganizando eventos, afectos y significados para otorgar coherencia a lo vivido.

Por tanto, las narrativas no solo representan la realidad vivida, sino que también son performativas, ya que producen realidades posibles, exploran futuros y resignifican el pasado (Bruner, 2002). Esta potencia creadora exige un espacio seguro donde los adolescentes puedan abrir sus corazones y, junto a ellos, co-construir un lugar privilegiado donde la identidad se constituya en el diálogo significativo con el otro. El aprendizaje tiene un sentido profundo: los procesos humanos se organizan en torno a narrativas que conectan conceptos abstractos y complejos con experiencias concretas (Bruner, 2002). Son, entonces, las historias las que nos permiten explicar el pasado, comprender el presente y guiar el horizonte del mañana.

Desde una mirada interpretativa, las historias nos permiten transformar el tiempo en algo significativo (Ricoeur, 1983); a su vez, nos permiten reconciliarnos con el paso del tiempo, ya que no solo describen, sino que estructuran lo efímero de la experiencia humana en algo perdurable y digno de ser narrado. Es precisamente allí donde se construye la identidad como

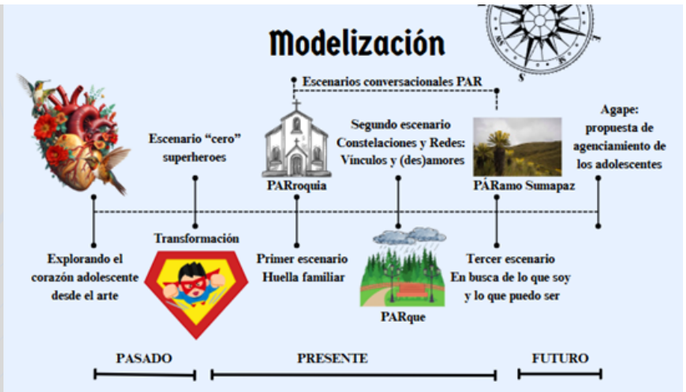


Ilustración 2. El mapa conceptual nacido del encuentro: la estructura metodológica co-creada junto a los jóvenes para organizar las complejidades de sus mundos.

Fuente: Elaboración propia a partir de los hallazgos de la investigación

una narración en constante evolución, y donde el acto de narrar se convierte en un medio para otorgar sentido y resignificar —gracias a la comprensión del significado— las incertidumbres de la existencia. En estos relatos juveniles se entrelazan el dolor, el amor, la emoción y el significado: hilos dorados que han configurado su identidad y que se transformaron en verdaderos tesoros compartidos durante nuestros encuentros.

Nos parece importante resaltar que la narrativa también es un acto ético (Ricoeur, 1996), que implica responsabilidad sobre los relatos y corresponsabilidad sobre la manera en que estas historias son escuchadas e interpretadas por el equipo investigativo. Estos relatos no son solo palabras: son cosmovisiones y posicionamientos identitarios, encarnados en un territorio y un lugar que van más allá de lo temporal y lo físico.

Dado que estas historias se manifiestan a través de relatos, McAdams (2006) considera que preguntas como qué, cómo y por qué se cuenta algo se convierten en reflexiones importantes, que dejan ver cómo se construye la identidad a través de la experiencia y de la retroalimentación compleja que el individuo recibe una vez que la narra como parte de sí mismo. Esta perspectiva guarda cierta relación con los aportes de Paul Watzlawick y la teoría de la Comunicación Humana (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1981), ya que la comprensión de los actos comunicativos nos permite analizar no solamente la información narrada, sino también el conjunto de las historias, los silencios, los gestos, las omisiones, los símbolos y las acciones, que se constituyen en una danza que construye el relato y le da un nivel de profundidad que nos cuestiona y, al mismo tiempo, nos sorprende, pues es una realidad humana la que está siendo narrada desde el corazón.

Finalmente, es vital comprender que las personas no estamos definidas por nuestras dificultades o problemas, sino por las historias que construimos en torno a ellas. Cuando los adolescentes narran su identidad desde la carencia, las dificultades o las limitaciones, es urgente generar un espacio de comprensión liberadora, que abra un abanico de posibilidades para reescribir la vida desde un nuevo sentido. Así, el acto de narrar se convierte en una experiencia sanadora y transformadora. La narrativa, entonces, posibilita la reconstrucción de experiencias y facilita nuevas formas de entender y vivir las relaciones humanas, favoreciendo los procesos de cambio y crecimiento personal (Estupiñán, 2003).

1.7. EL HORIZONTE: LA BÚSQUEDA DE SENTIDO

Cuando hablamos de la búsqueda de sentido, la referencia más clara y oportuna es la obra de Viktor Frankl (1991), psiquiatra y neurólogo vienés, cuya propuesta se basó en su propia experiencia en los campos de concentración durante la Segunda Guerra Mundial. Frankl plantea que la construcción del sentido en la vida está estrechamente vinculada con la percepción y la experiencia de libertad, ya que esta permite a los individuos tomar decisiones auténticas y alineadas con sus valores. Este proceso implica asumir la responsabilidad de la propia existencia, fomentando la autodeterminación como clave para construir un camino personal significativo. Así, el cumplimiento de las metas vitales refuerza la sensación de

propósito e impulsa una visión esperanzadora del presente y del futuro. De este modo, la manera en que una persona se percibe a sí misma influye en su capacidad de afrontar desafíos y de generar bienestar emocional.

Desde esta perspectiva, cuando una persona no logra orientar su vida hacia un propósito, puede experimentar una profunda frustración que se traduce en sentimientos de desesperanza. Este vacío existencial se manifiesta a través de la incertidumbre sobre el significado de la existencia, la falta de motivación y un estado de apatía generalizada. Se genera, además, una percepción de pérdida de control sobre el propio desarrollo, que dificulta la construcción de metas claras y de un proyecto de vida significativo. Según Frankl (1991), «nosotros no inventamos el sentido de nuestra existencia, sino que lo descubrimos» (p. 57). Este descubrimiento se vive desde la interioridad y se confronta a través de la libertad, lo cual permite a cada persona tomar una postura ante las condiciones que enfrenta en su día a día (Frankl, 1991, p. 72).

Desde esta perspectiva, el sentido de la vida no es estático: varía de una persona a otra y se transforma en cada etapa del ciclo vital. Como Frankl señala, lo que importa es el significado concreto de la vida de cada individuo en un momento dado (p. 61). En nuestra investigación, exploramos ese momento de la adolescencia, etapa en la cual esa búsqueda de sentido estalla en toda su plenitud. Por un lado, los esquemas de los adultos ya no son aceptados por el adolescente, quien cuestiona las miradas impuestas; y florece en él una serie de preguntas que buscan responder a la pregunta existencial: ¿para qué estoy aquí?

Otro aspecto fundamental de esta búsqueda es el interés principal del ser humano por descubrir un sentido para su vida. Por esta razón, está dispuesto a soportar el sufrimiento siempre y cuando este albergue un sentido. La manera en que se enfrenta el sufrimiento es clave, ya que depende de la actitud que se adopte frente a él. Frankl sugiere que la libertad permite «elevarse por encima de estas condiciones y trascenderlas» (p. 72). En este sentido, nuestra labor con los adolescentes es escuchar sus dolores, experiencias y vulnerabilidades, reconociendo que estas situaciones pueden ser asumidas y resignificadas. A través de una postura dialógica, generativa y reflexiva, buscamos acompañarlos en la construcción de sus propios caminos, promoviendo una mirada esperanzadora sobre su desarrollo personal.

Este ejercicio también nos invitó, como investigadores, a realizar una mirada retrospectiva hacia nuestras propias adolescencias; coincidimos con los jóvenes de Usme en que nuestra propia búsqueda de sentido se fortaleció no solo en los grupos de pares o en las batallas personales por la autonomía, sino también en el cobijo de un entorno espiritual. Esta resonancia íntima se convirtió en nuestro motor para seguir explorando esos corazones adolescentes, tal como alguien alguna vez lo hizo con los nuestros.

Finalmente, el sentido de la vida puede brotar de distintas fuentes: el amor hacia el otro, la realización de una tarea significativa o el sacrificio por una causa. Frankl (1991) enfatiza que, incluso cuando un individuo se enfrenta a una situación inevitable e insoslayable,

como una enfermedad incurable, se le presenta la oportunidad de realizar el valor supremo: el del sufrimiento. A partir de esta premisa, nuestra investigación se sumerge en la tarea de comprender cómo los adolescentes descubren y sostienen el sentido en medio de sus complejas circunstancias particulares, acompañándolos en un proceso de transformación que, al mismo tiempo que resignifica el dolor, fortalece la densidad de sus vínculos afectivos.

1.8. LAS MIRADAS PARA COMPRENDER EL HORIZONTE

Para divisar con claridad el horizonte que habitan los y las adolescentes de Usme, hace falta afinar y disponer la mirada hacia las coordenadas fundamentales de su existencia. Este viaje de comprensión se despliega a través de tres estaciones que delimitan esta experiencia vital. Hablar del principio —la familia— es volver los ojos al origen, al espacio donde se modelan los primeros afectos y se evidencian las primeras ausencias. Caminar por el camino —la construcción de vínculos— implica adentrarse en la danza de sus relaciones con los otros, en esos puentes de cuidado y arte que salvan del aislamiento. Por último, buscar el sentido —la espiritualidad— nos lleva a tocar ese núcleo íntimo donde los adolescentes dialogan con lo invisible para sanar sus tormentas presentes. Estas tres miradas no se excluyen; son los hilos trenzados con los que ellos construyen, día a día, la arquitectura de su identidad, y que ampliaremos en las siguientes páginas.

1.8.1. El principio: la familia

La familia constituye el primer lugar de socialización y desarrollo del ser humano. De manera especial durante la adolescencia, este espacio se constituye en un lugar propicio para la construcción de la identidad personal y social. Desde la perspectiva ecológica del desarrollo humano propuesta por Bronfenbrenner (1987), la familia se entiende como un microsistema, es decir, el contexto inmediato donde acontecen las interacciones significativas que ayudarán a la construcción de sentido y pertenencia. La familia, entonces, se constituye en el lugar de la ternura, la disciplina, la socialización y la comunicación, y cumple un papel determinante en el proceso de formación y de autonomía en la adolescencia. Así, las experiencias nacidas al interior de este microsistema orientan las interacciones posteriores de sus miembros, transformando de manera positiva o negativa su manera de estar en el mundo. Su presencia nutre al adolescente de recursos, mientras que su ausencia o fragilidad suele inaugurar las heridas que marcarán las siguientes etapas del ciclo vital.

Dentro de esta perspectiva del ciclo vital, Carter y McGoldrick (1996) señalan que la adolescencia constituye una etapa de reconfiguración dentro de la dinámica familiar. Las transformaciones físicas, emocionales, actitudinales y relacionales del adolescente toman el protagonismo, y este afirma su autonomía. En este momento se generan tensiones que van construyendo la identidad y que exigen ajustes en el sistema familiar. La familia, entonces, se enfrenta a la necesidad de modificar sus roles y patrones de interacción para brindar mayores niveles de independencia. Este movimiento genera crisis en el microsistema: se abren grandes brechas en la comunicación, distanciamiento en las relaciones y cambios en las búsquedas

comunes. El reto más grande es que estos cambios puedan darse sin que se produzca un debilitamiento o una fractura de los lazos afectivos.

La teoría estructural de la familia, propuesta por Salvador Minuchin (1986), nos ayuda a entender cómo las dinámicas internas de la familia influyen en el crecimiento y desarrollo de sus miembros. Cuando una persona vive una situación o un cambio, esto afecta a todos los demás miembros del sistema, y lo mismo sucede a la inversa. Minuchin explica que el sistema se organiza en diferentes subsistemas —conyugal, parental, fraterno— que se mantienen en orden gracias a los límites que permiten su funcionamiento interno. Durante la adolescencia, encontrar el balance entre flexibilidad y rigidez en dichos límites es una tarea vital para el desarrollo del adolescente. Así, una familia generadora de bienestar es aquella que, sosteniendo una jerarquía clara y fomentando la cohesión emocional, es capaz de abrir espacios seguros para que sus miembros expresen y celebren sus diferencias.

1.8.2. El camino: la construcción de vínculos

Toda relación humana se desarrolla dentro de sistemas complejos de interacción que moldean continuamente al individuo y proveen la base para la construcción de la persona. Según Miermont (2012), los vínculos no pueden comprenderse de manera aislada, sino como parte de un ecosistema dinámico e interdependiente que evoluciona en función del contexto y la incertidumbre. En este tejido entran en juego la adaptabilidad, la solidaridad y la creatividad para gestionar las crisis y transformaciones propias de cada historia de vida. Asimismo, estos lazos están atravesados por estructuras simbólicas —el mito, el ritual y la episteme— que funcionan como pilares reguladores y de estabilidad. Durante la adolescencia, estos procesos cobran una relevancia imperante, pues los jóvenes buscan explicaciones sobre sí mismos y su entorno a través de narrativas que los ayudan a definir su identidad y su sentido de pertenencia. Desde nuestra interacción con los adolescentes, pudimos corroborar que estos lazos, construidos con el paso del tiempo y las dinámicas propias de la vida, iban mostrando una serie de simbolismos que era necesario ir desglosando en nuestra investigación.

Al desglosar estos pilares simbólicos en el mundo adolescente, encontramos que el mito opera como un relato que organiza las creencias colectivas; se evidencia, por ejemplo, en la falsa premisa de que es necesario romper radicalmente con los padres para alcanzar la autonomía, o en la idea de que pertenecer a un grupo popular garantiza la felicidad. Por su parte, el ritual abarca aquellas prácticas repetitivas que consolidan los valores compartidos y diferencian las formas de relación, y se materializa en los adolescentes a través de códigos de comunicación propios, saludos específicos o dinámicas compartidas en redes sociales y descansos escolares. Finalmente, la episteme constituye la estructura de conocimiento que determina cómo se interpretan y gestionan los lazos afectivos, y permite, como señalan Hernández y Bravo (2003), que los vínculos se mantengan o se complejicen a pesar de las rupturas. En la actualidad, esta episteme está fuertemente mediada, en los adolescentes, por la interacción en redes sociales, y la validación a través de los entornos virtuales configura su autoestima y la valoración de sus relaciones.

Estas tramas vinculares se expresan mediante diversas formas de comunicación que determinan su naturaleza afectiva, pudiendo transitar desde el amor y la amistad hasta la manipulación y la agresión. Con el fin de clasificar estas interacciones, Hernández y Bravo (2003) identifican tres tipologías de lazos que coexisten en la experiencia humana: los reales, los virtuales y los irracionales. Cada uno de estos tipos de vínculo aporta elementos funcionales, emocionales y simbólicos específicos que configuran el modo en que las personas perciben su realidad relacional y ensayan sus formas de estar con los otros.

En la cotidianidad del adolescente, esta tríada de vínculos juega un rol definitivo en su desarrollo. Los vínculos reales se cimentan en el contacto físico, directo y tangible, y se manifiestan en las amistades del salón de clase o en los lazos familiares cercanos que nutren la contención emocional. Los vínculos virtuales se despliegan en los escenarios digitales —como videojuegos y redes sociales— y, aunque carecen de la profundidad del contacto físico, representan para los jóvenes conexiones altamente significativas. Por último, los vínculos irracionales se edifican sobre imaginarios y percepciones subjetivas que distorsionan la realidad, visibles en la idealización de figuras públicas o en dependencias emocionales obsesivas por encajar en un grupo. La combinación de estas múltiples formas de vincularse es, en definitiva, la que define cómo el adolescente experimenta su mundo y esculpe su identidad.

1.8.3. El sentido: la espiritualidad

La espiritualidad, lejos de reducirse a un simple compendio de normas religiosas o a prácticas intimistas de relajación añadidas a la salud mental, se comprende en esta investigación bajo dos coordenadas fundamentales. En primer lugar, de la mano de Abraham Maslow (1954), se asume como una necesidad humana fundamental que culmina en la autorrealización a través de «experiencias cumbre»: momentos de profunda trascendencia y conexión que desbordan los ritos estáticos para cargarse de sentidos emocionales, simbólicos y comunitarios. En segundo lugar, Leonardo Boff (2002, 2012) la define como una dimensión constitutiva del ser humano, asociada a la capacidad de cuidar y de compadecerse. Al distinguir entre exterioridad, interioridad y profundidad, Boff sitúa a esta última como el eje esencial para una existencia plena: una ética del cuidado donde la espiritualidad no es un repliegue individual, sino una fuerza viva que opera en la cotidianidad y en la relación con los otros.

Al dar un paso hacia el horizonte cristiano católico —matriz desde la cual los adolescentes de la parroquia Madre Laura profundizan su fe—, la espiritualidad se devela, en los numerales 2684 y 2705 del Catecismo, como el fruto de una relación personal con el Espíritu Santo. Esta realidad, como sintetiza José María Castillo (1983), se inaugura en la categoría del «encuentro personal»: una experiencia original e irrepetible que se distancia por completo de la relación con un objeto manipulable. Encontrarse con un Dios personal implica una aceptación incondicional de su libertad y su alteridad, lo que se traduce en existir en función del otro, dejándose transformar recíprocamente. Rodríguez (2006) complementa esta visión al señalar que la espiritualidad responde a la necesidad de un conocimiento vital

de la trascendencia, donde Dios es un «Tú» que ilumina la existencia a través de la oración, la intuición y la acción compartida, y rescata las prácticas de piedad del vacío formal para dotarlas de un propósito fundante basado en la gran categoría del amor.

En la exhortación *Christus Vivit,* el papa Francisco (2019) utiliza la poderosa metáfora de los árboles jóvenes que despliegan sus ramas hacia el cielo, pero sucumben ante los embates de la naturaleza por carecer de raíces profundas; advierte, así, sobre el riesgo de proponerle a la juventud construir un futuro desarraigado. En este sentido, la espiritualidad en la adolescencia actúa como un proceso de arraigo y fundamentación existencial. Al ser esta una etapa marcada por el cambio y la incertidumbre, el anclaje espiritual proporciona los mínimos de estabilidad necesarios para que las transiciones del ciclo vital no hagan tambalear la existencia, y ofrece un suelo firme desde donde los jóvenes pueden sujetarse y proyectarse. Se trata de un horizonte que resuena en nuestra propia historia como investigadores, y nos recuerda que en la vivencia espiritual hallamos también el equilibrio y el afianzamiento necesarios para sostener nuestro sentido de vida.

Durante el ejercicio investigativo, constatamos cómo los y las adolescentes albergan esta sensibilidad y buscan, en el espacio parroquial, ese sentido profundo que ordena sus vidas. Las búsquedas personales iluminadas por esta perspectiva no solo amplían sus horizontes, sino que actúan como una fuerza integradora que dota de propósito los lazos que tejen con sus familias y pares. En conclusión, la espiritualidad se nos presenta como una necesidad imperante, una dimensión constitutiva y un encuentro personal que, en el universo adolescente, se constituye en un proceso de arraigo a las cuestiones fundamentales del ser. Es, en última instancia, la brújula que ayuda a los adolescentes a trazar horizontes de esperanza, generando nuevas opciones para sanar sus historias, robustecer sus vínculos y esculpir un lugar significativo en su entorno.

Siempre que hablamos de un horizonte, es la mirada la que se eleva y se mantiene atenta para descubrir los detalles. Así, para nosotros, esta mirada sobre la familia, los vínculos y la espiritualidad nos permitió acercarnos de una manera más sensible a la vida y, por ende, a los corazones de los adolescentes. Por ello, la invitación que hacemos al lector, desde este punto del recorrido, es a que clarifique su mirada y se adentre con nosotros en este camino, que continúa con una nueva pregunta: ¿cómo acercarnos a esos corazones?



CAPÍTULO II

¿CÓMO EXPLORAR?

¿Cómo explorar?

Entrar en el universo de los adolescentes requiere algo más que una simple observación; exige una disposición a descubrir la realidad con otros ojos. Por eso, responder a la pregunta de cómo acercarnos a sus corazones nos sitúa de inmediato en el escenario de la exploración. En las siguientes páginas, nos detendremos a comprender los modelos y signos que los habitan, y nos arriesgaremos a entablar conversaciones capaces de transformar, aunque duela. Nos moveremos bajo la certeza de que estamos hechos de historias —esas que se graban en la memoria, que se expresan a través del poder del arte, que habitan en los lugares que recorremos y que, finalmente, cobran vida en los rostros de cada uno de ellos—. Quedan, pues, invitados a iniciar esta cartografía del encuentro.

2.1. MODELOS, COMPRESIONES Y SIGNOS

El camino de la exploración que decidimos emprender, y que ahora ponemos a disposición de otros futuros exploradores de corazones, pasó por la elección de una ruta concreta que nos permitió construir una mirada amplia del asunto: la metodología que empleamos fue la modelización sistémica. Para nosotros, la investigación es un tejido intencional donde la realidad no solo se describe, sino que se recrea a través de símbolos, gráficos y metáforas. Bajo esta premisa, diseñamos herramientas simbólicas que invitaron a los y las adolescentes a nombrar sus emociones, relaciones y aprendizajes desde la tranquilidad y la espontaneidad. Frente a los juicios o dinámicas de control que a veces saturan sus espacios escolares y familiares, propusimos estos ambientes como lugares de tregua y apertura, donde su voz y su sentir pudieran manifestarse sin defensas.

Esto implicó que, como investigadores, nos propusiéramos analizar todo lo que iba ocurriendo de manera conjunta, observando cómo cada gesto, palabra o silencio se interconectaba y sostenía los espacios co-construidos, favoreciendo la libertad. Por ello, en los espacios de encuentro con los adolescentes, todas las voces fueron escuchadas, incluidas las de nosotros mismos, dentro de un esquema de preguntas que orientó la exploración del corazón adolescente y que nos mantuvo abiertos a descubrir las relaciones que emergieron en las narraciones de manera espontánea.

La realidad de los adolescentes es un sistema complejo donde sus dinámicas, roles, inquietudes y luchas —tanto interiores como comunitarias— se entrelazan de manera significativa. Para comprender este fenómeno, resultó necesario construir un modelo que permitiera analizar cómo se combinan estas experiencias y conocimientos, sin reducir la realidad a elementos meramente manejables, como números o conceptos estáticos.

Siguiendo la propuesta de Hernández y Bravo (2003), entendemos que el conocimiento es un proceso en constante construcción y evolución, lejos de ser una verdad estática. Dado que los fenómenos observados están interconectados, nuestro enfoque busca descubrir cómo operan estos principios en la realidad de manera pragmática. Más que

realizar descripciones aisladas, buscamos presentar las representaciones emergentes en los escenarios conversacionales, analizando el propósito y la dirección hacia los que se dirigen las narraciones de los adolescentes.

2.2. CONVERSACIONES QUE TRANSFORMAN

Este texto que reposa en sus manos hunde sus raíces en una experiencia investigativa con adolescentes, construida desde una perspectiva narrativa que resalta el papel del lenguaje en el proceso de co-construcción del conocimiento, entendido como un proceso interpretativo y situado, a partir de escenarios reflexivos conversacionales. Estos escenarios respondieron a la necesidad de comprender cómo los adolescentes narran y resignifican sus experiencias vitales a través del diálogo y la interacción.

Nuestro principal referente teórico fue Estupiñán y González (2015), quienes proponen la narrativa conversacional como una experiencia vivida y narrada a través de un proceso bio-psico-sociohistórico-cultural. En este enfoque, los adolescentes dan cuenta de los acontecimientos más importantes de su vida a partir de tres escenarios conversacionales, que hemos denominado: «Huella familiar»; «Constelaciones y redes: vínculos y (des)amores»; y, finalmente, «En busca de lo que he sido, lo que soy y lo que puedo ser». Esta búsqueda se despliega en un movimiento continuo, ascendente y profundo.

En primer lugar, el escenario conversacional «Huella familiar» nos permitió indagar conjuntamente cómo los y las adolescentes comprenden el papel de su familia dentro de su camino de vida, y cómo valoran su presencia o su ausencia en relación con su bienestar emocional y su crecimiento personal. Esta conversación buscó no solo explorar sus percepciones sobre la familia, sino también reconocer las estrategias afectivas y simbólicas que los y las adolescentes despliegan para afrontar la cercanía o la lejanía familiar. Para ello, se asumió la concepción amplia y dinámica de los vínculos propuesta por Miermont (2012), quien los define como relaciones significativas construidas a partir de la historia compartida, el afecto mutuo y las funciones simbólicas en la vida del otro. Estos vínculos se configuran mediante funciones emocionales como el cuidado, la escucha, la confianza y la reciprocidad, dando forma a redes vinculares diversas y flexibles, que se adaptan a las necesidades afectivas y existenciales de los jóvenes.

Este escenario cobró vida a través de una experiencia sensorial y artística dividida en cuatro momentos. El primero consistió en una ambientación artística que utilizó, como referentes visuales, pinturas sobre la familia de pintores como Fernando Botero, Emma Reyes, Frida Kahlo, Alejandro Obregón, Pablo Picasso y Vincent Van Gogh. En segundo lugar, se dinamizó el diálogo mediante preguntas orientadoras enfocadas en los vínculos familiares. El tercer momento de este escenario permitió que los y las adolescentes co-construyeran, junto con el equipo investigativo, un collage familiar para representar a las personas más significativas de su microsistema; este espacio se enriqueció y amplió con la socialización de cada obra artística, junto con la narración de las experiencias vitales asociadas a ella.

Finalmente, como cierre de la sesión, se invitó a cada participante a escribir, de manera reflexiva y confidencial, una emoción que la actividad les hubiera provocado.

Durante el transcurso de este encuentro, fue posible observar cómo cada gesto, palabra o silencio se interconectaba para sostener un espacio co-construido desde la libertad. Al compartir sus collages, los relatos de los adolescentes revelaron que la «huella» no siempre es lineal: en algunos casos se manifestó como un refugio de gratitud y cuidado, mientras que en otros, los silencios profundos o las miradas esquivas dieron cuenta de las fisuras que dejan las ausencias. La creación artística funcionó como un puente tranquilo donde las emociones reprimidas pudieron nombrarse sin temor al juicio externo.

En definitiva, esta primera aproximación nos demostró que el universo vincular del adolescente se cimenta en la familia, pero no se agota en ella. Las dinámicas de cuidado y las búsquedas afectivas identificadas en este primer mapa nos invitaron a ampliar la mirada hacia otros entornos. De este modo, las reflexiones confidenciales del cierre abrieron paso a una nueva inquietud sobre cómo estos hilos afectivos se expanden hacia el exterior, lo cual sirvió de transición perfecta hacia nuestro segundo escenario: «Constelaciones y redes: vínculos y (des)amores».

El segundo escenario conversacional, denominado «Constelaciones y redes: vínculos y (des)amores», nos permitió explorar junto a los adolescentes cómo están configuradas sus relaciones vinculares significativas, visibilizando la red afectiva que los sostiene o los desafía. En este escenario se resaltaron los principios de la perspectiva sistémica (Bronfenbrenner, 1979; Minuchin, 1986), la cual reconoce que los adolescentes están inmersos en un entramado de sistemas donde cada vínculo influye directamente en su desarrollo. De este modo, se propició una reflexión sobre la importancia de las relaciones cercanas en la construcción de identidad, el tejido de redes de apoyo y la consolidación del sentido de pertenencia.

Dando continuidad a nuestro proceso, en este escenario invitamos a los y las adolescentes a profundizar en el reconocimiento de sus vínculos, a identificar las relaciones que nutren su identidad y bienestar emocional, y a expresar tanto gratitudes como tensiones presentes en sus redes. En un primer momento, se realizó una actividad que llamamos «Lazos que unen», una apertura que retomó el encuentro anterior mediante un tejido vivo: los adolescentes fueron leyendo en voz alta las emociones vividas en el primer encuentro, tomando conciencia de la red que se estaba entretejiendo a lo largo de nuestros encuentros. En segundo lugar, cada participante construyó un mapa de constelaciones y redes utilizando fotografías de las personas significativas para él; durante su creación, las preguntas orientadoras incentivaron la conexión simbólica con las imágenes y los vínculos allí representados. En tercer lugar, al observar y analizar el reverso del mapa de constelaciones, los adolescentes identificaron a cada persona significativa con una estrella y transformaron su mapa en una red, en la que se descubrieron constelaciones nacidas de su narrativa emocional. El encuentro concluyó con un espacio de reflexión sobre lo vivido.

Durante el desarrollo de este escenario, el cruce de hilos, imágenes y trazos hizo evidente que las redes de los adolescentes —y las nuestras, como investigadores— no son estáticas, sino constelaciones dinámicas. En este escenario conversacional emergió con fuerza la dualidad del (des)amor: mientras algunas estrellas en el mapa representaban la fijeza segura del cuidado y la protección, otras líneas denotaban la fragilidad y el dolor de los afectos rotos o distantes. Fue interesante observar cómo el acto de pegar, hilar y unir físicamente sus historias mitigó la vulnerabilidad del relato compartido: el grupo se transformó en un contenedor seguro donde las tensiones relacionales pudieron ser expuestas, comprendidas y, en cierta medida, reorganizadas colectivamente a través de la palabra, sin juzgamientos ni restricciones, en un ambiente de total libertad y franqueza.

En definitiva, este escenario de Constelaciones y redes permitió situar al adolescente en el centro de su universo vincular, reconociendo el peso de los otros en el moldeamiento de su realidad. No obstante, al mirar el mapa completo de sus relaciones externas, emergió de forma natural una mirada hacia el propio interior: la necesidad de comprender cómo el adolescente se percibe a sí mismo en medio de ese entramado social, a lo largo del tiempo. Este hallazgo nos dio el impulso ético y reflexivo para adentrarnos en el tercer y último escenario de nuestra ruta: «En busca de lo que he sido, lo que soy y lo que puedo ser».

El tercer escenario, al que denominamos «En busca de lo que he sido, lo que soy y lo que puedo ser», se conformó como un espacio de cierre y tuvo lugar en el páramo del Sumapaz, a orillas de la laguna de los Tunjos, que da origen al río Tunjuelito. Allí, los adolescentes y el espacio natural permitieron dar profundidad a su narrativa espiritual, promoviendo la contemplación y la mediación vivencial con la naturaleza. La experiencia buscó propiciar un espacio de reflexión profunda que favoreciera la conexión con el propio ser, con los demás y con lo trascendente, en un entorno sagrado como el páramo. Para la fundamentación de este espacio, nos inspiramos en la comprensión de la espiritualidad como una dimensión constitutiva del ser humano (Boff, 2002) y como una necesidad imperante (Maslow, 1954). Asimismo, desde la tradición cristiana católica, se retomó la noción del encuentro personal (Rodríguez, 2006) y, de manera especial para el momento vital de los jóvenes, la propuesta del papa Francisco (2019), según la cual la espiritualidad aparece como un proceso de arraigo a la vida, a las cuestiones fundamentales y a los últimos anhelos del corazón. Para los adolescentes con quienes caminamos, esta dimensión les ayudó a trazar horizontes, resignificar su pasado, comprender su presente y proyectar su futuro desde un lugar significativo en sus entornos.

En este escenario conversacional se propusieron tres momentos simbólicos, guiados por preguntas orientadoras para facilitar la reflexión. La narrativa se motivó a partir de la escritura en un diario personal, que cada adolescente fue construyendo de manera autónoma en espacios de soledad, silencio y tranquilidad en el páramo. Al finalizar cada momento de introspección escrita, el grupo se reunía en un círculo de reflexión alrededor de un frailejón, donde la música cobraba protagonismo y propiciaba un ambiente de profunda intimidad afectiva. De esta manera, los adolescentes no solo experimentaron momentos de recogimiento

interior, sino que también pudieron socializar sus vivencias dentro de un espacio seguro y de confianza absoluta, lo cual dio paso al cierre de la experiencia investigativa.

El misticismo del páramo actuó como un espejo de las luchas y esperanzas interiores de los adolescentes. Lejos del ruido cotidiano, los silencios iniciales se transformaron paulatinamente en palabras escritas con honestidad en sus diarios. En este escenario conversacional, alrededor del frailejón, en medio del frío, la llovizna y la imponente majestuosidad del paisaje, emergió una espiritualidad viva y encarnada: las narrativas dieron cuenta de un profundo anhelo de trascendencia hacia el futuro. La naturaleza dejó de ser un simple paisaje para convertirse en un testigo silente que validó su vulnerabilidad, y permitió que la música y el frío del entorno tejieran un puente directo hacia los misterios de sus propios corazones.

Al concluir este último encuentro, la ruta metodológica de la investigación cerró su ciclo de manera orgánica. Lo que inició como una mirada hacia la «Huella familiar», y luego se expandió hacia las «Constelaciones y redes» de sus afectos, encontró su anclaje definitivo en este viaje hacia el interior del propio ser. La pregunta que inauguró este camino de exploración —¿cómo acercarnos a esos corazones? — halló su respuesta no en fórmulas teóricas rígidas, sino en el respeto sagrado por sus historias, en la libertad de sus expresiones artísticas y en la belleza de sus representaciones emergentes. Así, sus voces no se redujeron a ser voces de sujetos de estudio, sino que se convirtieron en coautoras de este espacio de investigación.

2.3. ESTAMOS HECHOS DE HISTORIAS

Los seres humanos construimos nuestras historias de vida, con sus luces y sombras, a través de las conversaciones que vamos tejiendo y anudando con los otros en la cotidianidad. Estupiñán (2015) destaca que la narrativa no es solo un reflejo de la experiencia vivida, sino la fuerza que la estructura, proveyéndola de inteligibilidad y de sentido; a esto lo denomina Narrativa Conversacional. Como investigadores, consideramos fundamental otorgar un lugar privilegiado a estos procesos en los adolescentes, entendiendo que sus historias surgen del constante intercambio. Esto dota a sus historias de un dinamismo propio de sístole y diástole, como los latidos mismos del corazón. Así, estas narrativas se transforman y se reorganizan según el contexto y el vínculo con los interlocutores, traduciendo las experiencias en expresiones colmadas de símbolos y metáforas que profundizan su propio sentir.

Desde esta mirada, Estupiñán (2015) propone diferentes tipologías narrativas que observamos en los relatos de los y las adolescentes. Encontramos, en primer lugar, la narrativa identitaria, aquella que define quiénes son, cómo se perciben y cómo se sitúan frente a los demás. A esta se suman las narrativas familiares, encargadas de estructurar la dinámica dentro de la familia mediante la transmisión de valores, roles y creencias. Asimismo, emergen las narrativas de afrontamiento y resiliencia, relatos donde se hace visible la manera en que los y las adolescentes afrontan las dificultades y diseñan estrategias para superar la adversidad.

Finalmente, las narrativas sociales y culturales dan cuenta de la influencia del contexto social macro en la construcción de su identidad y en sus formas de relacionarse.

Para el análisis de los escenarios conversacionales, adoptamos las cinco categorías propuestas por el autor (2015): experiencia, acontecimiento, historia, memoria y proceso narrativo conversacional, las cuales se constituyeron en las claves a través de las cuales escuchamos y descubrimos la profundidad de sus voces:

> La experiencia se comprende como «la vivencia, el significado y sentidos [de] cómo son vividos e interpretados los acontecimientos que definen la propia postura vivencial-existencial de la voz narrativa que aparece en los relatos» (p. 61). Cada vivencia es interpretada de forma única, lo que impacta el mundo interno del adolescente y moldea su identidad en relación con el mundo que lo rodea.

El acontecimiento hace referencia a «los eventos contextuales, históricos y sus efectos, identificados como especialmente relevantes en la trama del relato» (p. 62). Estos eventos no ocurren de forma aislada, sino que se inscriben en un sistema humano conformado por personas y por las relaciones que estas entrelazan a través de la comunicación. La forma en que el adolescente interpreta y transmite dichos sucesos genera repercusiones directas en su historia personal y en el eco colectivo de su grupo.

La historia se define como «la versión dominante, compartida en sus significaciones y sentidos por la voz narrativa del relato con su contexto de referencia, acerca de los acontecimientos y experiencias» (p. 62). Es decir, es la interpretación y transmisión de los acontecimientos dentro de un sistema humano, lo que permite, a su vez, que ese sistema se mantenga y se replique a lo largo del tiempo.

La memoria, en contraste, se refiere a «las posibles versiones subdominantes, periféricas, marginales, en el relato propio» (p. 62). Estas memorias pueden no coincidir con la versión dominante, y suelen ser poco conocidas o ignoradas. Es allí donde se gesta una tensión en el mundo del adolescente: un escenario donde coexisten la versión «oficial» de su realidad y las voces distintas de su propio sentir, que buscan ser escuchadas.

Por último, el proceso narrativo conversacional se entiende como «el contexto de evocación y articulación de los relatos en la interacción conversacional entre co-narradores, asumiendo un particular sentido y función» (p. 62). En este espacio, los significados se negocian y se co-construyen en el aquí y el ahora de la conversación. Al conversar, no solo se reportan hechos aislados, sino que se despliegan y entrelazan otros relatos que abren puertas a transformaciones capaces de afectar la percepción de la propia realidad.

Desde este horizonte metodológico, buscamos garantizar una libertad frente a sus relatos sobre la familia, los vínculos y la espiritualidad. La propuesta de Estupiñán (2015) no fue un molde rígido de codificación, sino un mapa vivo para comprender sus mundos.

Al final, este proceso también nos habitó a nosotros como investigadores: nos involucramos en su atmósfera y nos permitimos ser impactados y transformados por sus relatos. Fue, en definitiva, un ejercicio ético: dejar ser y ser con ellos, suspendidos en las múltiples y bellas posibilidades que emergen cuando se comparte la vida con los y las adolescentes.

2.4. EL PODER DEL ARTE

A lo largo de nuestras experiencias profesionales y personales, hemos descubierto que una mediación importante para comprender nuestra acción, nuestra labor y nuestra vida misma es el arte. Esta certeza nos impulsó a proponerlo en la presente exploración no solo como un criterio de lectura de la realidad, sino también como un agente dinamizador de nuevas comprensiones. En nuestro proyecto de investigación previo, logramos amalgamar las voces de los adolescentes con experiencias artísticas que ellos vivieron y que, a su vez, se constituyeron en nuevas experiencias inspiradoras; a partir de sus relatos, pudimos co-crear cuentos, componer canciones y plasmar imágenes que se convirtieron en herramientas de transformación para la resignificación de sus historias y sus heridas.

Así, la mediación artística ha trazado nuestra acción investigativa, consolidándose como el lenguaje propio desde el cual diseñamos y transitamos este camino con los adolescentes. Ha sido conmovedor y fascinante contemplar la belleza que rodea sus historias y la profunda armonía que puede brotar de sus relatos. En definitiva, el arte posee un poder transformador y esperanzador. Los escenarios conversacionales se estructuraron desde propuestas artísticas, lo que nos permitió escuchar las narraciones de los adolescentes a través de muchos lenguajes: la pintura, la evocación de imágenes, el trazado de constelaciones, la escritura íntima y la música. Esto generó, en nosotros como investigadores y en ellos en su rol de co-creadores, una vinculación emocional y sensible que transformó la rigidez metodológica en un camino verdaderamente bello.

Es ampliamente conocido el papel del arte en la reconstrucción del tejido social y en la dignificación de los relatos de vida, con ecos profundos en nuestro contexto colombiano. Para nosotros, un referente esencial fue el monumento *Fragmentos,* de la artista Doris Salcedo (2018), un espacio concebido para resignificar el dolor y reconstruir la memoria colectiva a través de la participación activa de mujeres víctimas del conflicto armado en Colombia. De igual manera, en territorios históricamente golpeados como Bojayá o San Carlos (Antioquia), el muralismo y el teatro comunitario se han fomentado como expresiones vitales para recuperar las historias locales, transitar el duelo y fomentar la cohesión social (CNMH, 2013).

Al igual que en estos procesos de memoria histórica, el arte surgió en nuestra investigación como un lugar epistemológicamente válido y pertinente para la gestión personal y social de experiencias vitales. No lo asumimos como un accesorio, sino como un elemento fundamental de investigación-intervención. Confiamos en que esta apuesta permita ir expandiendo el horizonte de exploración de los mundos interiores, no solo de los y las

adolescentes, sino de todos aquellos que elijan realizar una lectura más profunda, sensible y humana de sus propios procesos individuales y comunitarios.

2.5. LOS LUGARES TAMBIÉN CUENTAN HISTORIAS

Para la recolección y análisis de la información, empleamos diversas mediaciones que nos permitieron, como equipo de investigación, dar cuenta de la riqueza de las experiencias vividas y narradas por los adolescentes, al tiempo que generaban espacios de autorreflexión profunda. Diseñamos tres escenarios conversacionales reflexivos, propuestos en tres lugares específicos que denominamos espacios «PAR» (PARque, PARroquia y PÁRamo). Estos lugares sirvieron como base metodológica para propiciar diálogos profundos y sinceros con los y las adolescentes en torno a sus vínculos familiares, sus redes afectivas y su dimensión espiritual, y fueron seleccionados estratégicamente por su cercanía afectiva, geográfica y cotidiana con ellos.

- **La PARroquia:** se constituyó como un lugar seguro, un espacio donde los adolescentes históricamente se han sentido acogidos y escuchados, y donde descubrieron su posibilidad de servir a otros. Este ambiente de tranquilidad y apertura brindó el marco perfecto para el primer escenario, sobre la Huella familiar.

- **El PARque:** fue elegido por ser el espacio habitual de encuentro entre adolescentes, un espacio de deporte, juego y ocio donde se tejen lazos de cercanía y conocimiento. Por ello, se convirtió en el lugar propicio para desplegar el segundo escenario, sobre Constelaciones y redes, facilitando una narración espontánea y fluida.

- **El PÁRamo de Sumapaz:** localizado en Usme, este entorno natural, de cuidado y de enorme riqueza ecológica, ofreció la posibilidad del silencio y la introspección. Se configuró como el escenario ideal para el tercer momento de reflexión, enfocado en la Espiritualidad.

Desde un pensamiento sistémico-complejo, los lugares constituyen mediaciones vivas que favorecen la reflexión dialógica generativa, el reconocimiento de experiencias vitales y la co-construcción de significados.

Es importante contarles que, como equipo investigador, decidimos llevar un registro detallado de cada escenario conversacional en diarios de campo y por medio de la observación participante. En cada sesión nos distribuimos roles específicos, con el fin de registrar elementos comunicativos que pueden escapar durante la transcripción de audio: los gestos, las dinámicas grupales, las interacciones y las expresiones faciales y corporales. Estos registros nos permitieron identificar patrones, símbolos recurrentes y elementos emergentes significativos. Durante los escenarios conversacionales, también realizamos un cuidadoso registro fotográfico que documentó momentos significativos de creación y expresión simbólica, capturando instantes de interacción que habrían sido imposibles de narrar. Estas

imágenes no son solamente una poderosa memoria visual del proceso investigativo; son también un insumo analítico para identificar gestos y configuraciones grupales, y para rastrear huellas emocionales y la apropiación del espacio.

Así, las expresiones artísticas y producciones simbólicas realizadas en cada espacio y escenario conversacional se convirtieron en puentes que conectaron la intimidad y el relato compartido: un camino que permitió transitar por sendas donde la lógica lineal a menudo escapa de las palabras. A través de la apreciación de pinturas, la elaboración de los collages familiares y el trazo de las constelaciones, los y las adolescentes forjaron sus narrativas de una manera artística, y lograron exteriorizar y resignificar experiencias subjetivas que el lenguaje netamente verbal difícilmente habría alcanzado a nombrar.

Finalmente, es preciso señalar que, durante el desarrollo del trabajo de campo, fue necesario introducir algunas modificaciones a los lugares originalmente planeados, a las preguntas orientadoras y a las dinámicas de los escenarios conversacionales. Estos virajes en la ruta de exploración, lejos de ser considerados fallas en el desarrollo metodológico, fueron la viva expresión del enfoque adaptativo, flexible y abierto que caracteriza a la modelización sistémica. Ajustar la ruta sobre la marcha, para responder a las necesidades reales, los silencios, la disposición y las lágrimas, dio cuenta de la sensibilidad y la receptividad emocional que requiere el trabajo con adolescentes, y que exige la investigación cualitativa cuando decide ponerse, de verdad, al servicio de los corazones que busca comprender.

2.6. LOS ROSTROS

Hemos hecho un recorrido por múltiples aspectos teóricos y metodológicos, pero en este momento queremos acercar al lector a los seres humanos que nos acompañaron en esta investigación: personas que, además, despertaron ese adolescente interior que llevamos dentro y que a veces terminamos sepultando con el paso de los años. Este espacio está dedicado a seis seres humanos maravillosos que compartieron sus tardes de domingo, sus dolores y sus esperanzas, de una manera personal y cercana.

En este caminar, tuvimos la fortuna de co-crear con corazones increíbles que nos llevaron a mirar nuestra propia historia con otros ojos, permitiéndonos llegar a lo más profundo de sus vidas. De manera especial, relatamos aquí las vivencias de estos seis adolescentes que nos acompañaron en un trayecto no solo investigativo, sino, ante todo, de profunda humanidad.

Los y las adolescentes fueron seleccionados bajo criterios específicos. De manera especial, consideramos el tiempo que invertían en las actividades de la parroquia, lo cual nos llevó a preguntarnos: ¿qué encontraban en este contexto que les hacía tanto bien? Asimismo, integramos una perspectiva de género que nos permitió tener una visión más amplia de las realidades planteadas: el grupo quedó conformado por tres hombres y tres mujeres, y esa diversidad nos generó grandes aprendizajes. Todos ellos se encontraban en un rango de edad entre los 14 y los 17 años, viven en el sector parroquial y son miembros activos de la comunidad parroquial.

Explorando el corazón adolescente, en búsqueda del sentido de la vida

En cuanto a la realidad familiar, encontramos una amplia diversidad: dos de los adolescentes provienen de familias monoparentales con jefatura femenina; tres, de hogares con presencia de padre y madre; y una de las adolescentes vive con su abuela y su tía. Todos cuentan con hermanos —mayores o menores— y tres de ellos han experimentado la separación de alguno de ellos, por fallecimiento o por otras circunstancias.

Respecto a la realidad social, cada uno de los y las adolescentes participa en programas y proyectos ofrecidos por los distintos actores comunitarios de la localidad. Para varios de ellos es muy importante la participación en las escuelas de fútbol del sector; para dos de ellas, la formación artística en la banda marcial de su colegio es muy bien valorada. Todos y todas hacen parte de las comunidades educativas oficiales del sector, de manera particular de la IED Chuniza y de la IED Fernando González Ochoa, y destacan los convenios que estas instituciones desarrollan con el SENA. Asimismo, los recursos que ofrecen la Manzana del Cuidado y la Secretaría de Integración Social forman parte de su experiencia de vida cotidiana.

Con el fin de resguardar su identidad y facilitar el proceso de análisis de los datos, los y las adolescentes que construyeron con nosotros este camino se presentan a través de la siguiente nomenclatura: Ilustración 3.

Dar forma a esta investigación implicó, ante todo, asumir una enorme responsabilidad con las vidas que aquí se cruzaron. Por eso, cada paso se dio con el consentimiento y el respaldo amoroso de sus familias, cuidando siempre de proteger sus nombres e identidades detrás de las iniciales que verán en las siguientes páginas; por ello usamos esta nomenclatura. Sus relatos no son simples datos: son fragmentos de su intimidad, compartidos desde la confianza.

Para tejer las reflexiones que vienen a continuación, nos sentamos a escuchar, releer y sentir las grabaciones de aquellas tardes de domingo, los dibujos, los mapas que trazamos juntos, las fotografías y los movimientos de nuestros corazones investigadores y exploradores. Fuimos hilando sus voces, buscando los lugares donde sus dolores se encontraban, pero también donde brotaban sus esperanzas comunes.

Una vez dispuestas las herramientas, reconocidos los lugares y presentados los rostros de quienes dieron vida a esta experiencia, cruzamos el umbral. A continuación, nos adentramos en las páginas donde sus voces y realidades se convierten en las verdaderas protagonistas de esta historia.



Ilustración 3. Nuestros corazones: representación gráfica que ilustra a los participantes de nuestra investigación

Fuente: Elaboración propia con IA a partir de los hallazgos de la investigación



CAPÍTULO III

LA GRAN LABOR DE LA EXPLORACIÓN

LA GRAN LABOR DE LA EXPLORACIÓN

La apuesta que hemos hecho en nuestro camino de exploración ha sido fundamentalmente narrativa. Por ende, para acercarnos a los frutos de esta labor, queremos proponer, a manera de relato, una cartografía de tres estaciones esenciales, tres miradas desde las cuales esperamos generar una visión amplia del camino que nos ha conducido hasta aquí: una travesía que busca, en última instancia, explorar el corazón adolescente. Contaremos así una suerte de historia basada en un inicio, un nudo y un desenlace, que hemos querido proponer desde las categorías temporales de pasado, presente y futuro.

En la primera estación, el pasado, fue como un latido inicial en el que exploramos todas las motivaciones personales y profesionales que nos hicieron poner nuestra mirada en los procesos de los adolescentes como un tema válido de investigación. Contamos cómo fueron nuestros primeros acercamientos al tema desde el rigor académico de la Especialización en Educación y Orientación Familiar que cursamos como grupo, y narramos los primeros pasos en este camino, haciendo referencia a los cambios y ajustes que, desde la modelización, tuvimos que gestionar para consolidar mejor el proceso y sintonizar nuestro propio latido con el de los adolescentes.

En la segunda parada de este viaje, el presente —cuando nuestros latidos se compartieron—, pusimos nuestra mirada en los escenarios conversacionales que son el núcleo y el alma de toda nuestra exploración. Narramos cada uno de los espacios, los contextualizamos y los dejamos aparecer entendiéndolos como las etapas mismas de una expedición hacia el interior: así, el primer escenario lo hemos expuesto como el mapa; el segundo, como la ruta; y el tercero, como el viaje. Para ilustrarlo, utilizamos la figura de la espiral como un símbolo metafórico que muestra el crecimiento del proceso de modelización: cada giro vuelve su mirada al punto anterior para plantear el paso siguiente; de esta manera se amplía la visión, se profundiza la mirada y se nos permite evidenciar cómo los y las adolescentes construyen el sentido de sus vidas.

Este apartado es el alma de nuestro trabajo. En él, dimos protagonismo a las voces de los adolescentes que hicieron posible esta experiencia, y pusimos sus vidas y corazones en diálogo con los autores que respaldan nuestra mirada. Asimismo, abrimos nuestros propios corazones como investigadores a través de una mirada autorreferencial, enmarcando todo el proceso en la comprensión de los relatos desde la modelización sistémica. Aquí también damos cuenta de los productos artísticos que co-creamos con los adolescentes, los cuales, en cada paso del camino, nos ayudaron a encontrar esa narración subyacente que escapa a las palabras y que nos permitió ingresar de una manera más profunda a su mundo interior.

En la tercera parada, el futuro —es decir, esos latidos venideros—, propusimos un camino que se abre hacia delante: las ganancias y los aprendizajes que este ejercicio nos dejó como personas y profesionales. De manera especial, relatamos el modo concreto en que este viaje ha empezado a dar fruto en la vida de los adolescentes, así como los proyectos que han

brotado a partir de esta experiencia y que ellos mismos han querido poner en marcha. Este cierre cuenta nuestras esperanzas, sueños y anhelos compartidos.

Así pues, enmarcamos todo este gran capítulo en la apuesta que hemos hecho desde el principio: la narración. Entendemos que, más allá de buscar resultados generalizables, nos hemos encontrado con historias, relatos y vivencias que van dando forma a transformaciones poderosas en las vidas de quienes participamos. Esperamos que el lector vaya entrando, con cada línea que plasmamos, en este esfuerzo de exploración del corazón que recorrimos y del cual nos hemos beneficiado ampliamente.

3.1. EL LATIDO INICIAL: PASADO

3.1.1. El despertar de una mirada

Cada uno de los autores que ha dado vida a este libro comparte una certeza común: nos habita una cercanía constante, vital y profunda con el universo adolescente. Hemos tenido la fortuna de transitar la vida como educadores, acompañantes, consejeros y, sobre todo, como compañeros de camino de muchos jóvenes. En ese andar, descubrimos el poder transformador de la escucha sin prejuicios y de las manifestaciones artísticas, herramientas que no solo impactaron nuestras profesiones, sino que también reescribieron nuestras propias historias, al recordarnos el valor de lo sensible.

Estas circunstancias, que nos gusta pensar más bien como corazonadas, nos impulsaron a construir un espacio de acompañamiento. Inicialmente, nuestra mirada se posó sobre aquellos adolescentes que enfrentaban el dolor del divorcio o la separación de sus padres en el ámbito escolar. Al ver que muchos jóvenes con marcados desafíos académicos o de convivencia en el colegio arrastraban en silencio el peso de una ruptura familiar, nos preguntamos si sus heridas estaban conectadas. ¿Era el entorno escolar el reflejo de una crisis que ocurría en el hogar?

Para averiguarlo de manera juiciosa y respetuosa, creamos tres escenarios conversacionales diseñados para abrir el corazón paso a paso: "Contemos nuestra historia", como un primer espacio de apertura y reconocimiento; "Latiendo juntos", enfocado en la libre expresión de las emociones que genera la separación; y "Extender las alas", un escenario de cierre orientado a la autogestión y a la resignificación de la propia historia.

Este trayecto no se quedó en palabras; el arte actuó como el gran canalizador de lo que no se puede nombrar a simple vista. Así, nacieron tres canciones y tres cuentos —un par por cada escenario— cocreados con los jóvenes, donde sus dolores se tradujeron en belleza y sus angustias en esperanza. Ese fue nuestro primer gran hallazgo: si les dábamos un espacio seguro y un lenguaje creativo, los adolescentes no solo hablaban, sino que empezaban a sanar y a comprender sus propios procesos de resiliencia.

3.1.2. Un nuevo tejido: De la Escuela a la Parroquia

Esa primera experiencia nos abrió los ojos a un panorama mucho más amplio. Nos dimos cuenta de que los jóvenes no solo necesitaban herramientas para tramitar una crisis específica o un evento de quiebre como la separación de sus padres; necesitaban espacios permanentes para gestionar de manera integral su mundo interior: sus emociones cambiantes, sus pensamientos, el tejido de sus relaciones y la construcción de sus sueños.

Guiados por nuevas corazonadas, decidimos llevar nuestra indagación fuera del ámbito escolar. Fue entonces cuando los caminos se cruzaron en la Parroquia Madre Laura, un sector que cuenta con una presencia masiva, vibrante y activa de adolescentes y jóvenes. Uno de nosotros, desde su rol como párroco de la comunidad, compartía diariamente con ellos: escuchaba sus ilusiones, sus preocupaciones vitales, la forma en que construían o rompían vínculos con sus amigos y la manera tan particular en que experimentaban su espiritualidad.

Al observarlos participar con tanto esmero en la cotidianidad comunitaria, surgió una pregunta que transformó por completo nuestra perspectiva y se convirtió en el hilo conductor de nuestra investigación y, ahora, de este libro que está en sus manos: ¿qué encuentran los y las adolescentes en este contexto parroquial que les hace tanto bien, al punto de querer invertir allí gran parte de su tiempo libre y comprometerse tan ampliamente con sus actividades? Sabíamos, por la investigación previa, el dolor que cargaban los adolescentes; ahora queríamos entender el refugio y el sentido que encontraban en la comunidad de fe.

3.1.3. Ajustando la brújula y rompiendo el molde

Al principio, como suele ocurrirle al pensamiento adulto, nos sentamos a planear el proyecto desde nuestras propias ideas preconcebidas. Diseñamos una metáfora estructurada basada en héroes de ficción, donde pretendíamos descubrir los recursos de afrontamiento de los jóvenes comparándolos con "superpoderes" para vivir su realidad.

Pero la realidad fue otra y nos dio una lección de humildad y de una nueva mirada investigativa: en nuestro primer encuentro, descubrimos que a ninguno de los chicos le interesaban los superhéroes. Los referentes culturales de nuestra propia adolescencia distaban notablemente de los códigos que ellos habitaban. La metáfora era nuestra, respondía a nuestras lógicas, no a las de ellos. En ese mismo instante decidimos eliminar los planes de escritorio, desaprender la postura de "expertos" y aprender a escuchar la realidad tal y como aparecía ante nuestros ojos y corazones.

De ese inesperado quiebre metodológico nacieron los tres principios éticos que sostienen este libro y que consideramos indispensables al trabajar con adolescentes:

• **Coconstrucción:** entender que el camino no se les aplica a los adolescentes, sino que se camina y se escribe con ellos.

• **Lenguaje:** habitar sus propios códigos, respetando y conociendo sus referentes actuales.

• **Horizontalidad:** sentarnos a la mesa de igual a igual, reconociendo que sus saberes sobre la vida son tan válidos como los nuestros.

Con la brújula ajustada a la horizontalidad, nació lo que llamamos el "Escenario Cero". Nos reunimos un domingo cualquiera —el día en que la parroquia se llena de vida— a compartir el almuerzo. Luego de este momento, desplegamos en el espacio pinturas, lienzos, colores, marcadores y acuarelas. La propuesta fue simple en la forma, pero inmensa en el fondo: sentarnos a pintar y a hablar.

Fuimos lanzando preguntas, viajando desde las capas más superficiales hasta las aguas más profundas de la intimidad. Esa tarde, mientras los pinceles se movían, investigadores y adolescentes, todos por igual, abrimos el corazón. No hubo observadores y observados; hubo seres humanos compartiendo sus mayores miedos, sus heridas familiares, sus tristezas y sus sueños más altos. Al final de la jornada, cada lienzo expuesto reveló que los trazos y los silencios contaban tantas historias como las palabras. Sabíamos, entonces, que el canal estaba abierto y que estábamos listos para iniciar este viaje de exploración al corazón.





Ilustración 4. El lenguaje del silencio: pinceles y lienzos que inauguraron el espacio de confianza, donde las historias comenzaron a tomar forma antes de las palabras.

Fuente: Elaboración propia, fotografías de los cuadros pintados en lienzo por los adolescentes y los investigadores.

3.2. EL LATIDO COMPARTIDO: EL PRESENTE

El camino recorrido y los aprendizajes recibidos nos impulsaron a modelar nuevos esfuerzos en la construcción de los escenarios conversacionales. Quisimos situar este momento en la categoría del presente: el "aquí y ahora" de la experiencia. Aunque estos encuentros ya transcurrieron en el tiempo cronológico, son el lugar vivo desde donde nos paramos para construir.

Para abordar metodológicamente este viaje, diseñamos la estrategia PAR (Parroquia, Parque, Páramo), buscando a los jóvenes en sus propios entornos físicos. Inspirados en la mística de la expedición, decidimos narrar los hallazgos a través de los tres momentos propios de cualquier travesía hacia lo desconocido: el mapa, la ruta y el viaje.

Imaginamos este andar no como una línea recta, sino como una espiral. Avanzamos en la medida en que volvemos la mirada sobre lo vivido; cada giro profundiza la mirada, desciende una capa más hacia el interior y nos permite evidenciar cómo los y las adolescentes construyen el sentido de sus vidas desde sus propias memorias y experiencias. Dedicamos un tiempo para decantar lo vivido, no solo como un análisis de categorías teóricas, sino en términos de vivencia, experiencia, emoción y barreras vividas en dichos espacios, lo cual nos confrontó como investigadores y exploradores.(Ilustración5).

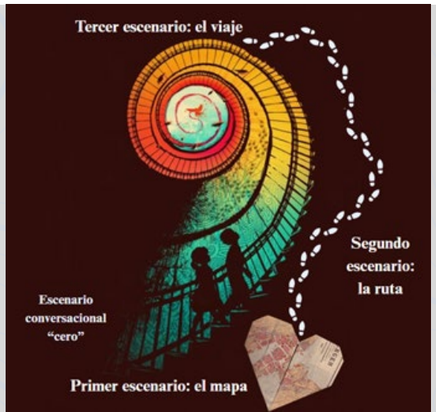


Ilustración 5. El movimiento de la palabra: una espiral viva que transita por la memoria familiar, el tejido de los vínculos y el horizonte del propio ser.

Fuente: Elaboración propia a partir de los hallazgos de la investigación

3.2.1. El mapa: huella familiar

Cuando iniciamos el viaje hacia el corazón adolescente no estábamos seguros de nada, salvo de que era fundamental abrir espacios para lo inesperado: los dolores guardados, las insatisfacciones, los miedos y las dudas. La primera parada de nuestra expedición consistió en trazar el mapa base de sus realidades, es decir, reconocer cómo estos jóvenes comprenden y valoran el papel de sus familias.

El encuentro tuvo lugar un domingo, el 9 de marzo de 2025. Al ingresar al salón de la Parroquia Madre Laura, los adolescentes se encontraron con una escena inusual: transformamos el espacio en un museo íntimo. En las paredes colgaban reproducciones de obras de Fernando Botero, Emma Reyes, Frida Kahlo, Pablo Picasso y Vincent Van Gogh. Todas las pinturas compartían un hilo invisible: representaban familias en diferentes contextos históricos, retratando la diversidad del tejido humano y la propia mirada de los artistas.

Los invitamos a caminar en silencio entre las obras, a dejarse tocar por los trazos y a elegir cuál de ellas conectaba con su propio mundo. La conversación rompió el hielo casi de inmediato. Las obras más comentadas fueron *Familia*, de Emma Reyes, y *Primeros pasos,* de Vincent Van Gogh. Al verlas, los chicos no hablaron de técnica artística; hablaron de sus propias vidas. B.P. rompió el silencio mirando uno de los cuadros: *«Me gusta porque me identifico... le dan más amor a uno que al otro, es como algo en lo que muestra el amor que se dan, pero le falta a ella. Pero también hay mucha ternura».* A su lado, C.G., con timidez y unas lágrimas que empezaron a brotar sin aviso, añadió: *«Esa pintura representa mucho el cariño que empieza a fluir a medida que uno va explorando y conociendo cosas».* En sus palabras vibraba el espejo de sus hogares: el anhelo de ternura, pero también la dolorosa sensación de sentirse desplazados.

3.2.2. El peso de las ausencias

Mientras pasábamos de la observación a la acción, recortando y pegando imágenes para construir un collage colectivo sobre la familia, las manos se movieron al ritmo de las confesiones. El primer gran trazo que apareció en este mapa familiar fue una herida colectiva: la marcada ausencia paterna. En todos los participantes, el padre apareció como una figura borrada, distante o reducida a un frío soporte material.



Ilustración 6. Los cimientos del origen: trazos y memorias donde se dibuja la historia de nuestras primeras raíces.

Fuente: Elaboración propia a partir de los hallazgos de la investigación

Las adolescentes del grupo lo nombraron con una madurez que dolía. E.R. compartió con resignación: *«Me he acostumbrado a que el amor de mi papá siempre ha sido el amor económico. Él no demuestra su amor con un abrazo o con el simple hecho de decir te amo, sino económicamente. Él cree que eso es amor».* C.G. coincidió con un eco idéntico: *«Va a sonar muy feo, pero mi papá solamente suena económicamente».* Para L.U., la ausencia era un vacío absoluto desde el origen: *«Mi papá nunca apareció, se fue cuando yo tenía un mes, a Medellín, creo, y nunca volvió».*

En el caso de los adolescentes, el silencio fue igual de elocuente. B.P. ni siquiera mencionó a su padre en su relato ni lo incluyó en las imágenes de su collage; sencillamente no existía en su panorama. Y.C. lo sintetizó en una frase que desnudó la desconexión: *«Mis padres son como personas secundarias en mi vida, por así decirlo. No es como que les tenga mucha confianza para hablarles de las cosas».* Es lo que en la psicología sistémica se conoce como la ruptura del vínculo real: una distancia perceptible en la que no hay contacto cercano ni tangible. Esta desconexión genera lo que llamamos una "narrativa dominante": un discurso de desamparo que envuelve todas sus comprensiones familiares.

3.2.3. Madres: entre el motor y el trauma

Si la figura del padre es un vacío, la de la madre es una paradoja de alta tensión. Para algunos, ella es el centro de gravedad absoluto, como afirmó B.P. con orgullo: *«Ésta es mi mamá, que es como el motor de mi vida. Todo lo que he vivido, he experimentado y mis alegrías son gracias a ella».*

Sin embargo, para otras, la figura materna representa la decepción más honda. E.R. miraba su collage —al que tituló Amor, compañía y decepción— y confesaba: *«Mi mamá ha sido una persona que yo adoro con el alma, pero me ha decepcionado más que mi papá. Siempre que he intentado buscarla, me juzga. Por eso yo no le hablo de mis cosas a ella».*

El testimonio de L.U. fue quizás el más crudo de la tarde. Con una risa nerviosa que intentaba ocultar el dolor de sus palabras, relató:

> *La relación con mamá nunca ha sido bonita, jamás, porque ella no es mamá... Y es algo que sí, todos los días me suena en la cabeza que nunca voy a tener ese amor de mamá. Nunca voy a recibir un abrazo sincero o una palabra de apoyo. Ella vive su vida muy aparte de nosotros; aparece de vez en cuando, de un momento a otro, por obra y gracia del Espíritu Santo. Yo creo que mi familia es mi mayor trauma en la vida. Mejor dicho, mi mamá.*

3.2.4. Los hermanos: refugio y trinchera

Frente a la fragilidad de los adultos, los hermanos emergen en el escenario como la verdadera trinchera afectiva, aunque esa relación también esté atravesada por el dolor del entorno. Las dinámicas fraternas de estos adolescentes están marcadas por situaciones límite: adicciones, cárcel y la sombra del suicidio.

Y.C. contó cómo el dolor paradójicamente los unió: *«Tengo mucha conexión con mi hermana. Me la llevaba muy mal hasta que falleció mi cuñado. Fue donde la comencé a entender y pues ahora mismo es en la que más confío».* En otros casos, los adolescentes han tenido que asumir una madurez forzada, convirtiéndose en guardianes de sus propios hermanos. L.U. revivió el escalofrío de una confesión fraterna:

> *Empezamos a trabajar... y él se puso a llorar. Se puso a contar muchas cosas de cómo se sentía y mi hermano me dijo que se quería matar. Y yo estaba sola ese día. ¿Yo qué hago con él, que ya se ha intentado matar dos veces? Y yo ahí sola... todavía tengo esa imagen en la cabeza de que se quiere matar.*

C.G. narró una infancia marcada por la adicción de su hermano: *«Él en estos momentos está en la cárcel. Desde que estaba en el colegio fue adicto a la marihuana. Yo cuando era chiquita siempre salía tipo doce, una o dos de la mañana con mi mamá a buscarlo a un parque porque él se quedaba ahí durmiendo con drogas metidas».*

A pesar de estas tormentas, o quizás a causa de ellas, el vínculo fraterno es un pilar de supervivencia. B.P. lo dejó claro al mostrar una foto: *«Siempre elegante, yo siempre lo quiero a él porque es la única persona a la que le he podido confiar mis cosas personales. Me acompaña en cada momento».* Estos lazos demuestran que el sentido de la vida también se construye en la complicidad de los pares, allí donde la comunicación afectiva alivia el peso de la realidad.

3.2.5. La familia extendida y los otros amores

El mapa de las relaciones se amplía cuando aparecen los abuelos y los tíos, trayendo consigo tanto choques generacionales como legados de amor. L.U. describió la resistencia frente al autoritarismo en su hogar: *«Mi abuelo es una persona muy machista, tiene ideas de que las mujeres tienen que estar en la casa y obedecer. Yo siempre he peleado con él... casi me echan de la casa dos veces por refutar, por hablar».* Aquí la rebeldía no es mero capricho, sino una forma de afirmar su dignidad frente a un discurso impositivo. En contraste, B.P. recordó con profunda nostalgia a su abuela, fallecida en 2019, colocándola en el centro de su collage como una presencia eterna que sigue uniendo a los suyos.

Un detalle entrañable de la tarde fue descubrir que el concepto de "microsistema familiar" —ese entorno inmediato donde buscamos protección— desborda los lazos de sangre. Para L.U., su gata es su salvavidas emocional: *«Es una de las cosas más importantes que tengo en este mundo, es mi bebé; duerme conmigo».* E.R., por su parte, señaló directamente a Andrés, uno de los investigadores presentes en la mesa: *«Y este grande... el señor presente, que me ha ayudado demasiado».* Esto nos demuestra que, cuando el hogar biológico falla, los jóvenes reconstruyen su idea de familia con mascotas o figuras significativas de la comunidad que les brindan la contención que tanto anhelan.

3.2.6. Sístole y diástole: la resistencia del corazón

Las historias de estos seis adolescentes no siguen una línea recta; son un ritmo cardíaco, un movimiento de sístole y diástole en el que se debate el deseo de reconciliación familiar y la necesidad urgente de protegerse emocionalmente. Sorprendentemente, el sufrimiento no los ha paralizado. En medio del dolor, emerge una impresionante capacidad de agencia y responsabilidad por el otro.

Y.C. se descubrió a sí mismo como el mediador de su hogar: «Yo siempre era el que movía los hilos prácticamente para que todos se volvieran a unir, porque la familia ha estado para separarse varias veces». E.R. ha transformado su herida en vocación: «Hago de todo porque la gente no pase por muchas cosas que pasé yo, sino que puedan salir de su hueco y puedan estar bien». Y C.G. asume una ética del cuidado silencioso hacia su madre: «Yo lo único que he hecho es apoyar a mi mamá y no generarle problemas... no quiero ser una carga más». Como bien intuía Viktor Frankl, el propósito vital puede florecer incluso en las condiciones más adversas si el sufrimiento se orienta hacia el amor y la solidaridad.

Sin embargo, el impacto emocional sigue vivo; la herida no se ha cerrado del todo. Se nota en las risas nerviosas del encuentro y en las confesiones de desamparo. «Como que todo está mal, y uno llega a la casa y todo está peor», decía E.R. «Allá a nadie le gusta estar... no dejan ser feliz a nadie, ni son felices ellos mismos», remataba L.U. describiendo una casa vacía. Y.C. cargaba con el peso de la desvalorización: «Mi familia es la que me dice que yo no sirvo para nada».

3.2.7. El espejo de los investigadores

Este mapa no habría quedado completo si nosotros, como investigadores, nos hubiéramos quedado detrás de una libreta de notas. Para que la horizontalidad fuera real, nosotros también hicimos nuestros propios collages y desnudamos nuestros pasados frente a ellos.

Edna evocó su propia adolescencia, vivida como una etapa oscura y dolorosa, carente incluso de registros fotográficos, pero rescató cómo la muerte de su padre transformó los hilos familiares hacia un apoyo mutuo. Andrés usó la metáfora de la mochila para hablar de los afectos que carga, las distancias emocionales tras la pérdida de su abuelo y cómo la música fue su balsa de salvación. Jonathan habló de los amores y desamores como maestros de la calidad del vínculo, nombrando la distancia elegida con su hermana y su apuesta actual por fundar una familia basada en el cuidado de la palabra.

Al final de la tarde, la espiral completó su primer giro. Al mirarnos en el espejo de las categorías de la memoria, los acontecimientos y las historias compartidas, entendimos que el mapa familiar de estos adolescentes está roto, sí, pero sus bordes están llenos de intentos valientes por sanar. La Parroquia Madre Laura se reveló entonces no solo como un templo, sino como ese microsistema alternativo: el lugar seguro que les ofrece la escucha, la valoración y la aceptación que sus casas, por ahora, dejaron vacías. Con el mapa trazado, dejamos la mesa lista para dar el siguiente giro en la espiral y definir el rumbo de nuestro viaje.



Ilustración 7. La huella integrada: el collage como el espacio donde los fragmentos del pasado, los rostros y los recuerdos familiares se unen para narrar una sola historia.

Fuente: Elaboración propia, fotografías de los collages creados por los adolescentes y los investigadores a partir de fotografías de sus familias.

3.3. LA RUTA: CONSTELACIONES Y REDES

Los aprendizajes del primer encuentro nos obligaron a recalibrar la brújula. Para esta segunda estación, el plan original dictaba que debíamos encontrarnos en el Parque FAMACO del barrio Chuniza, siguiendo nuestra estrategia de habitar los espacios abiertos del territorio. Sin embargo, una lluvia torrencial, de esas que calan los huesos en el frío de Usme, nos obligó a cambiar el rumbo. Tuvimos que adaptarnos y refugiarnos en el interior de la parroquia.

Fue así como la oficina parroquial se transformó en nuestro campamento. Tras compartir un almuerzo caliente —ese ritual tan colombiano donde el alimento desarma las prevenciones y convoca la sonrisa desestructurada—, convertimos aquel espacio administrativo en un santuario de escucha activa. Afuera caía el aguacero; adentro, estábamos a punto de presenciar cómo se entretejía un telar invisible de palabras, miradas y silencios.

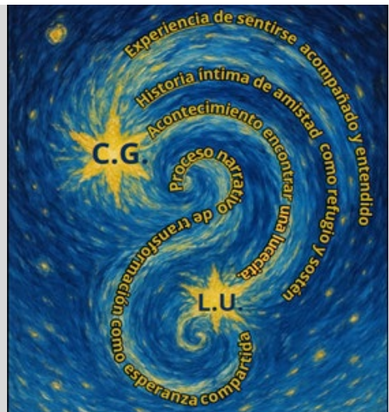


Ilustración 8. La red del afecto: hilos y encuentros que sostienen el universo de las relaciones adolescentes Ibíd.

Fuente: Elaboración propia a partir de los hallazgos de la investigación

3.3.1. Lazos que unen: el hilo de la memoria

Dispusimos las sillas en un círculo perfecto: un gesto simbólico de equidad donde no hay cabeceras ni expertos, solo seres humanos mirándose a los ojos. Para abrir la conversación desde la memoria emocional, introdujimos una madeja de yute. El primer participante tomó la cuerda, recordó cómo se había sentido en los encuentros iniciales y luego arrojó la madeja a otro compañero, conservando la punta del hilo.

A medida que la palabra circulaba mano a mano junto al yute, el aire se llenaba de confesiones sobre cómo los sentires habían evolucionado desde los primeros días de timidez hasta la crudeza del encuentro familiar anterior. Al cerrarse el ciclo, una red física de hilos cruzaba el centro del salón. No era solo una cuerda de yute; era la representación tangible de una comunidad emergente, una narrativa afectiva compartida donde el lenguaje dejaba de ser un mero descriptor de la realidad para convertirse en su creador.

En esa danza de significados, el tiempo cronológico se detuvo para dar paso al tiempo del relato. Los participantes empezaron a nombrarse en un "antes" y un "ahora". Edna, una de las investigadoras, rompió el hielo reconociendo su propia vulnerabilidad: *«La sesión pasada me sentí un poco intimidada. Sentí que no podía ser yo, estaba muy callada... y me fui con esa sensación. Hoy, a diferencia de ese día, estoy mucho más tranquila; sentí que la cosa fluyó más».*

Este testimonio no fue un hecho aislado; en la psicología sistémica sabemos que las emociones de un miembro resuenan en todo el cuerpo colectivo. Al verbalizar su tránsito de la intimidación a la serenidad, Edna propició una reconfiguración en el grupo. Los chicos se reflejaron en su espejo. B.P. sonrió y afirmó: *«Hoy me siento más feliz; pasé de estar perdido a estar conectado».*

La memoria emocional no es un archivo estático y polvoriento; es un proceso vivo que se reinterpreta desde el presente. Incluso los dolores más antiguos mutan cuando se descargan en un lugar seguro. E.R. lo resumió con un suspiro de alivio: *«Mi historia con mi familia no ha sido fácil, pero sentí que en parte desahogué todo lo que tenía».* Recordar, para estos adolescentes, estaba dejando de ser un acto de flagelación para convertirse en un acto de transformación.

3.3.2. La resistencia: más allá de un diagnóstico

En el reverso de esta red de confianza, habitaba una realidad urgente. Entre el primer escenario conversacional y este segundo encuentro, la realidad nos dio un vuelco complejo. La familia de L.U. se había acercado a la parroquia para informarnos que, durante la jornada escolar, la joven de quince años había confesado a su orientadora la presencia de ideaciones suicidas. De inmediato, bajo el amparo ético y legal de los protocolos de convivencia escolar, L.U. había sido remitida a una atención psiquiátrica integral en un centro de salud mental.

Para el equipo investigador, la incertidumbre previa al encuentro era total: ¿asistirá?, ¿debería estar aquí? Sin embargo, fue la propia L.U., desde su inmensa capacidad de agencia y resistencia, quien le pidió a su familia que la llevaran a la parroquia ese domingo. Sentada en el círculo, mirando fijamente su tarjeta donde había escrito palabras como pérdida, abrumada, estresada e insuficiente, pronunció una frase que nos llenó de una profunda y respetuosa esperanza: *«No es fácil enfrentar las cosas y mover mi historia».*

Desde la mirada narrativa que sostiene este libro, la intervención médica y el protocolo no se leen como una ruptura, sino como un umbral de cuidado ineludible. Pero aquí, en el escenario conversacional, apostamos por una ética del reconocimiento superior: L.U. no era un diagnóstico andante, ni una cifra de salud pública, ni una paciente etiquetada por un manual. Era una adolescente que usaba su vulnerabilidad como un acto de resistencia. Al decir que quería "mover su historia", estaba desafiando la narrativa dominante de la parálisis y el abandono.

A pesar de cargar con lo que ella misma denominó el "trauma" de su infancia, L.U. se presentó al encuentro con una sonrisa trémula en los labios. En un mundo adulto que a menudo les exige a los jóvenes un rendimiento impecable y una madurez artificial, sin darles derecho a la fragilidad, su presencia allí fue una lección. El espacio de la parroquia se erigió así como un territorio que se resiste a las etiquetas; un lugar que aloja el dolor sin reducir la identidad del ser humano a su herida.

Gracias a ese espacio de contención, la historia hegemónica del abandono materno comenzó a resquebrajarse para dar paso a un discurso subdominante de reconciliación. L.U., mirando el hilo de yute, se atrevió a enunciar lo impensable en su hogar: «No la odio... ella siente que yo la odio, pero a pesar de todo yo la quiero y no le guardo rencores». La palabra sanadora, una vez más, tomaba su lugar frente a la condena del silencio.

3.3.3. El universo de las constelaciones: estrellas en el firmamento

Dimos entonces un paso hacia un universo puramente simbólico. Le propusimos al grupo trabajar en el diseño de su "Mapa de Constelaciones". Cada uno traía consigo fotografías de sus seres queridos. Mientras la madeja de yute seguía visible en el suelo, recordándonos que estábamos conectados, les sugerimos una metáfora poética: *«Las personas significativas son como estrellas: a veces brillan con fuerza, a veces parpadean en la distancia, a veces se alejan dejando una estela y otras tantas se caen del cielo».* Con esa imagen grabada en el alma, las manos se convirtieron en puentes y empezaron a recortar y pegar sus propios firmamentos.

Al explorar estos mapas celestes, las contradicciones de la vida aparecieron en su máxima expresión, demostrando que en el corazón humano la alegría y la tristeza no se anulan, sino que coexisten y se complementan. B.P. lo verbalizó con asombrosa lucidez: *«Hoy me siento feliz; escribí que me sentía en paz, alegre y triste a la vez».* Esa aparente ambigüedad es, en realidad, el signo de una maduración afectiva expandida: la capacidad de abrazar el dolor sin perder la gratitud por quienes acompañan el caminar.

En el mapa de B.P. emergió también una "memoria silenciada": la ausencia de un padre al que nunca conoció. En un ejercicio de escritura simbólica, formuló una pregunta desgarradora lanzada al vacío: *«¿Por qué se fue después de haberme cargado y haberme visto?»*. Al estructurar esa ausencia a través de una foto borrosa y una carta imaginaria, B.P. no se quedó en la carencia; construyó una presencia simbólica que le permitió reparar la brecha de su identidad, transitando del dolor ciego a una curiosidad sana: *«No lo conozco en vivo, pero me gustaría saber quién fue».*

Cuando llegó el turno de E.R., el salón se envolvió de una melancolía profunda que nos unió a todos en un silencio empático. Al preguntarle a quién le escribiría una carta si pudiera, nombró las dos estrellas opuestas de su cielo: su padre y su hermano fallecido.

> *A mi papá le diría que lo amo mucho, pero que el daño que me ha hecho ha sido irreparable. Me tocó dejar mi niñez a un lado por enfrentar problemas de una persona de mayor edad... aún no soy capaz de perdonarlo, no tengo el corazón para hacerlo. Y a mi hermano, le diría que lo recuerdo casi todos los días, que me hubiera encantado vivir los momentos que nos faltaron. Pero le preguntaría: ¿por qué se fue y por qué me dejó sola?*

La voz entrecortada y los ojos llorosos de E.R. desnudaron una infancia interrumpida por un duelo no cerrado y un vínculo paterno roto. No obstante, el acto de ponerle palabras a esa imposibilidad de perdonar fue su propio desahogo; una transición narrativa que prefiere la honestidad del dolor hablado antes que la hipocresía del olvido impuesto.

3.3.4. Mapas de red: los oasis afectivos

En el reverso de estos cielos estrellados, los jóvenes trazaron sus mapas de red, identificando los nombres y los rostros que realmente nutren sus emociones en el día a día. Descubrimos que, cuando las figuras parentales tradicionales fallan, el concepto de familia se expande de forma ecológica hacia microsistemas alternativos llenos de ternura.

Para L.U., su constelación reveló un oasis afectivo fundamental fuera de los lazos de consanguinidad: Maira, una líder de la comunidad parroquial. *«Ella me dice pequeña... y para ella yo soy su pequeña, y con ella puedo ser pequeña. Le agradezco mucho».* En un entorno familiar donde se le exige ser una roca ante los intentos de suicidio de su hermano, la parroquia le regaló a L.U. el derecho sagrado a la fragilidad: un espacio seguro donde ser cuidada.

C.G. también desnudó su red afectiva, colocando en el centro a sus padres, a sus hermanos, a su entrañable amiga L.U. y, de manera muy especial, a las estrellas que ya no habitan la tierra: su abuela y su abuelo. Al hablar de su hermano, actualmente privado de la libertad por contextos de adicción y delincuencia, C.G. demostró una lealtad conmovedora: *«Por esa vida que él eligió, o tal vez lo obligaron a meterse... definitivamente se alejó de mí. Pero le diría que lo amo mucho, porque a pesar de sus errores es mi hermano y él estuvo en mi niñez».*

Explorando el corazón adolescente, en búsqueda del sentido de la vida

Al mirar la fotografía de su abuelo fallecido, las lágrimas de C.G. tomaron su cauce natural. En las sesiones anteriores se había contenido, pero al escuchar el llanto respetuoso de sus compañeros, se dio el permiso de honrar su memoria: *«Fue alguien muy importante en mi vida y, hasta donde pudo, estuvo cuando nadie más estuvo».* Al integrar el sufrimiento de la pérdida en un relato de profunda gratitud, C.G. logró ordenar el caos de la muerte, transformando la ausencia física en una presencia interna que la sostiene en los momentos de mayor debilidad.

Al caer la tarde, la lluvia de Usme amainó, pero en la oficina parroquial el clima emocional se había transformado por completo. Comprendimos que la Parroquia Madre Laura operaba en la vida de estos seis adolescentes como una red de contención vital: el microsistema que suple las funciones de protección, escucha y aceptación que sus hogares biológicos dejaron vacantes. Al tejer sus dolores y recortar sus estrellas, los jóvenes no solo describieron sus crisis: empezaron a cartografiar los motivos para seguir habitando el mundo.



Ilustración 9. Cartografía del cielo interior: nuestro universo relacional

Fuente: Elaboración propia.



Ilustración 10. El firmamento de los afectos: constelaciones creadas por los adolescentes donde cada estrella y fotografía traza las líneas invisibles que unen sus corazones con el mundo Ibíd.

Fuente: Elaboración propia, fotografías de las constelaciones creadas por los adolescentes y los investigadores.

3.4. EL VIAJE: EN BUSCA DE LO QUE HE SIDO, LO QUE SOY Y LO QUE PUEDO SER

El tercer escenario conversacional nació de una categoría emergente que los mismos adolescentes pusieron sobre la mesa durante nuestro encuentro cero. Al indagar sobre sus expectativas, nos manifestaron un deseo genuino y maduro: querían hablar de Dios, de su relación con Él y de cómo hacerlo parte de sus vidas cotidianas. Así, la espiritualidad se entrelazó en nuestro andar, no como un concepto prefabricado, sino como un latido que brotó de ellos.

Explorar el corazón adolescente desde esta orilla conmovió también nuestras propias fibras como investigadores. Aunque provenimos de tradiciones distintas —la católica y la judía—, los tres compartimos una profunda sensibilidad espiritual y hemos experimentado cómo la vivencia comunitaria ha permeado nuestra vocación de servicio.

Para este viaje, quisimos trazar una línea clara entre la religiosidad institucional y la dimensión espiritual profunda, buscando el sustrato trascendente detrás de sus prácticas parroquiales. Por eso decidimos sacarlos del entorno cotidiano de la iglesia y llevarlos al Páramo de Sumapaz. No hay un templo más sugerente para encontrarse con lo invisible que la inmensidad de la creación misma.

3.4.1. El umbral del agua y el silencio

Nos fuimos armados con unos cuantos sándwiches, chaquetas abrigadas y corazones inquietos. Tras cuarenta minutos de ascenso, nos encontramos a las puertas del páramo más grande del mundo. Lo primero que nos sobrecogió fue el agua: corría por las laderas, bajaba por las montañas en hilos plateados y caía del cielo en una neblina constante. Era el agua como signo y promesa de la vida latente. Desembarcamos a las orillas de la Laguna de los Tunjos, un espejo de agua imponente custodiado por frailejones ancestrales. Allí, bajo el frío limpio de Usme, nos detuvimos a respirar un aire completamente nuevo.



Ilustración 11. El horizonte del ser: la mirada hacia el interior y el despliegue de los propios sueños.

Fuente: Elaboración propia a partir de los hallazgos de la investigación

Explorando el corazón adolescente, en búsqueda del sentido de la vida

Planteamos la dinámica a la manera de un retiro espiritual, privilegiando el silencio reflexivo y la soledad contemplativa, esa capacidad de gozar con lo simple y poner la mirada en lo esencial de la que tanto habló el papa Francisco en su encíclica Laudato si'. Tras un breve ejercicio de arraigo con el territorio, cantamos juntos para sintonizar los ritmos del corazón y le entregamos a cada uno un cuaderno de notas: un "compañero de viaje" diseñado para escribir y escribirse.

El ejercicio consistió en leer la propia vida en tres tiempos: el pasado (lo que he sido), el presente (lo que soy) y el futuro (lo que puedo ser). Sabíamos que la verdadera espiritualidad es un encuentro personal que ilumina la historia entera: las gratitudes, los errores, los miedos y los sueños. Los chicos se dispersaron entre la vegetación del páramo para habitar su soledad. Al regresar al círculo, la hondura de lo consignado en sus cuadernos nos dejó sin aliento.

3.4.2. Cicatrices que se transforman

Cuando abrimos el espacio para mirar el pasado y responder a la pregunta "¿qué me duele de lo que he vivido?", L.U. tomó la palabra con una honestidad desarmante: *«Me duele nunca haber podido hacer un vínculo genuino con mi mamá, haberme lastimado y ver las marcas que eso me dejó».*

Para entender el peso de esta frase, es necesario habitar el contexto de su travesía. Semanas atrás, desbordada por el dolor del abandono materno, L.U. había tomado la determinación de autolesionarse en su entorno escolar. La emergencia encendió las alarmas institucionales y la joven tuvo que pasar dos días hospitalizada en un centro de salud mental. Durante mucho tiempo, L.U. abría sus heridas una y otra vez, canjeando el dolor del alma por el sufrimiento del cuerpo.

Sin embargo, el páramo fue el escenario de una metamorfosis espiritual, lo que Abraham Maslow describiría como una "experiencia cumbre": un momento de conexión tan profunda que transforma radicalmente nuestra manera de interpretar el mundo. El paso por el hospital ya no era visto por L.U. como una derrota, sino como un quiebre generativo. Sus heridas en los brazos dejaron de ser una herramienta de evasión para convertirse en cicatrices con memoria: marcas que le recordaban a qué lugares del abismo no quería regresar jamás.

La transformación se hizo aún más evidente cuando respondió a la pregunta "¿qué cambiarías de tu pasado?". Mirando a los ojos del grupo, afirmó con una madurez conmovedora: *«No cambiaría nada, porque todo me ayuda a ser lo que soy. No cambiaría nada».* De la parálisis del trauma, L.U. transitaba hacia la aceptación heroica de su propia historia.

3.4.3. El rostro de Dios en la comunidad

Para los demás jóvenes, la espiritualidad se reveló estrechamente ligada a la experiencia del encuentro comunitario. C.G. compartió con los ojos brillantes: *«Una de las cosas que más agradezco de lo que he vivido fue llegar a la parroquia, porque allí conocí personas maravillosas que han hecho mi vida mucho mejor».* Para ella, el Dios de la teología católica no era una idea abstracta, sino un rostro concreto descubierto en la fraternidad, en el abrazo del compañero y en la mirada del mentor.

Andrés, desde su doble rol como investigador y párroco, escuchaba conmovido. Para él, ver a los chicos habitar el templo con tanta naturalidad era la confirmación de que la comunidad estaba viva: *«Es como su segunda casa —comentaba—. Llegan muy temprano, se van muy tarde, y es maravilloso escucharlos reír, hacer bromas, jugar y hasta pelear. Ellos le dan la vida a la parroquia».*

Por su parte, B.P. resumió su sentir en una certeza fundante: *«Agradezco haber conocido a Dios».* A diferencia de sus compañeros, B.P. creció en un hogar con arraigo eclesial y posee una sensibilidad mística innata. Pese a su timidez y a sus pocas palabras, la experiencia de lo sagrado actúa en él como la raíz de un árbol: el sustento invisible que le permite mantenerse en pie frente a las turbulencias de su entorno familiar.

Incluso quienes habían habitado los ritos desde la periferia revelaron encuentros sagrados en los momentos más oscuros de su biografía. E.R. revivió un episodio estremecedor de su pasado:

> *Una vez estaba literalmente sola. Mis papás estaban por allá tomando... Yo ese día estaba muy encerrada en sus pensamientos y me intenté suicidar. Pero en el momento en que ya lo iba a hacer, me puse a recapacitar en todo lo que ocasionaría... en la angustia que iba a generar en las personas que de pronto sí me querían ver bien. Y yo siento que fue un momento donde Dios me dijo: "Ya, concéntrate un momento en esto y deja de pensar en lo otro".*

En la teología del dolor, el sufrimiento se entiende como el lugar más profundo de la revelación divina. Para E.R., la irrupción de esa voz en medio de su soledad extrema se convirtió en un ancla de supervivencia; un recurso espiritual que hoy, enriquecido por los símbolos de la liturgia parroquial, le permite gestionar los pensamientos intrusivos y elegir la vida.

3.4.4. Una nueva mirada sobre el "Otro"

Al dirigir la mirada hacia el presente y preguntarse "¿en dónde veo a Dios en este momento?", L.U. nos regaló la sorpresa más grande de la investigación: un giro absoluto en su proceso narrativo respecto a su madre.

> *Yo creo que lo veo en momentos y en personas, y una de esas es mi mamá. Yo siempre les hablo de ella como una persona no muy buena, pero tampoco es que sea tan mala... Más allá de que nos dejó botados y todo eso, ella es una muy buena persona en lo demás, con el resto de la gente. Viéndola como si no fuera mamá, podría decir: "Wow, es una gran persona". Nunca la juzgaría por eso. Y creo que en los momentos en los que ella no está, es cuando dije: "Bueno, si ella no está, ahí está Dios". Ayer se me dañó el celular y estar sola en mi cuarto me pegó duro... O cuando estaba en el hospital, que pensé que todo se había acabado y que al salir me mataría. Pero ya no lo pienso. Aquí sigo. Dios está cuando estoy sola y digo: "Uy, no... muchas gracias".*

Escuchar este relato alterno nos conmovió hasta las lágrimas. L.U. había logrado desarmar la narrativa dominante del rencor. Al separar el rol materno de la individualidad de su madre, pudo reconocer su bondad intrínseca sin justificar el abandono, renunciando al juicio condenatorio. Además, la soledad dejaba de ser un vacío aterrador para convertirse en el espacio donde habitaba el "Tú" divino. Su intento de suicidio ya no era una opción en el panorama; la espiritualidad se había convertido en su horizonte de sentido.

3.4.5. El porvenir y el desenlace de un abrazo

Cuando nos disponíamos a compartir los trazos del futuro, las nubes del páramo se cerraron y un aguacero torrencial interrumpió la escritura. C.G. alcanzó a condensar su porvenir en una frase que Maslow definiría como el anhelo de autorrealización: *«En cinco años me veo estudiando, trabajando y sirviendo a Dios. Mi sueño más grande es ser feliz y estar en paz».* En ella, el servicio aparecía como una misión que movilizaba las decisiones del corazón, un eco de la propia historia de Andrés, quien descubrió su vocación sacerdotal en una adolescencia idéntica.

Ante la inminencia de la tormenta, nos refugiamos en un abrazo grupal e íntimo. Jonathan tomó la palabra para dirigir una oración final que, más que un rito, se convirtió en el compendio vivo de todo nuestro trayecto de investigación:

> Le pido a Dios que a B.P. le dé permiso de creer para seguir adelante con su mamá y su hermanito... A L.U. le pido que te ayude a verte con los ojos que Él te ve, con ojos de amor, sabiendo que eres muy valiosa... A C.G. le doy gracias por ser tan honesta y transparente, y le pido fuerza para recorrer ese camino que vale la pena... A E.R. gracias por ser tan maravillosa, por abrirnos tu corazón con tus pérdidas y ser luz para tus amigos... A Y.C. tienes un corazón gigante, le pido a Dios que te rodee de personas que realmente te valoren por lo que eres, sin tener que aparentar nada... Y a Andresito, gracias por abrirnos las puertas de tu parroquia y presentarnos a los seres más importantes de tu vida: tus adolescentes.

Esta oración clausuró el giro de la espiral. Al fundirnos en ese abrazo colectivo bajo la lluvia del páramo, entendimos que la dimensión espiritual capacita al adolescente para transformar el sufrimiento en propósito. Los escenarios conversacionales no fueron solo un espacio de recolección de datos para obtener un título de maestría; fueron un microsistema de resistencia

afectiva donde seis jóvenes y tres investigadores se atrevieron a narrarse de un modo distinto, sanando las heridas del pasado para contemplar el porvenir con la dignidad intacta de quienes se saben profundamente amados.

3.5. EL LATIDO PERMANECE: EL MAÑANA

Esta travesía fue concebida desde el primer día para romper los muros de la academia. Las palabras que aquí se imprimen no nacieron para quedar sepultadas en los estantes polvorientos de una biblioteca universitaria; nacieron para resonar, expandirse y multiplicarse en las calles de Usme y en cualquier territorio donde un adolescente necesite ser escuchado. Al mirar el horizonte, el futuro no se presenta como una página en blanco, sino como un mapa repleto de rutas transitables que nosotros mismos, junto a los chicos, empezamos a trazar.

El primer gran porvenir de este viaje se quedó grabado en nuestra propia piel. Al caminar junto a estos seis adolescentes, los tres investigadores nos vimos obligados a volver la mirada hacia atrás y desenterrar a nuestro propio adolescente interior, ese que la rutina profesional a veces nos hace olvidar.

Reconectamos con:

• El adolescente herido: aquel que en su momento se sintió inconforme, incomprendido o asustado ante el silencio de los adultos, y que hoy exige ser abrazado y sanado desde nuestra madurez.

• El adolescente soñador: ese cuyas utopías a veces dejamos de lado por la comodidad de la adultez, pero que hoy nos reclama autenticidad y persistencia.

• El adolescente orgulloso: el que mira al adulto en el que nos hemos convertido y sonríe al notar que, a pesar de las batallas, logramos conservar la identidad y las ganas de servir.

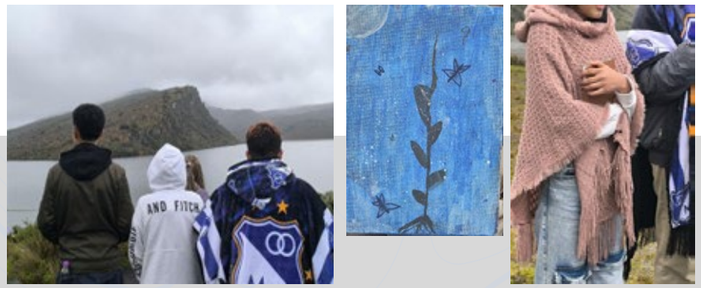


Ilustración 12. La mirada interior: capturas fotográficas donde los jóvenes congelan su presente y proyectan sus horizontes, buscando en cada reflejo lo que están siendo y la promesa de lo que pueden llegar a ser

Fuente: Elaboración propia a partir de fotografías captadas por los investigadores en el páramo

Los adolescentes de la Parroquia Madre Laura fueron nuestros mejores maestros. Nos actualizaron el lenguaje, nos enseñaron nuevas categorías simbólicas y nos recordaron el valor de la honestidad radical. Nos permitieron ser espectadores VIP de sus paisajes interiores y, al hacerlo, nos cualificaron para los miles de adolescentes que vendrán en el futuro.

3.5.1. El nacimiento de ÁGAPE: de la herida al liderazgo

La prueba reina de que los adolescentes no son sujetos pasivos que esperan ser "salvados", sino agentes de cambio, llegó de forma inesperada. Inspirados por los escenarios conversacionales, los mismos chicos tomaron la iniciativa de diseñar un proyecto propio para que la experiencia no muriera con la última sesión del taller.

Su propuesta consistió en fundar una nueva pequeña comunidad juvenil dentro de la parroquia llamada ÁGAPE (un término griego que evoca el amor incondicional, capaz de entregarse hasta las últimas consecuencias). El propósito de este espacio es hermoso en su simplicidad: replicar la metodología que vivimos en la investigación para que otros jóvenes del barrio Chuniza tengan un lugar seguro donde:

- Expresar lo que sienten a través del arte y la palabra.
- Habitar un entorno libre de juicios y etiquetas adultocéntricas.
- Construir un tejido comunitario sólido y explorar su dimensión espiritual en conexión con Dios.

El proyecto ya fue estructurado por ellos y presentado con orgullo ante el Equipo Parroquial de Evangelización Misionera (EPEM) para evaluar su viabilidad. Como investigadores, asumiremos un rol de asesores iniciales junto a un equipo de jóvenes profesionales de la comunidad, pero las riendas, el liderazgo y el diseño de los roles metodológicos pertenecen por completo a los adolescentes.

Explorar el corazón humano siempre será una tarea inacabada, una labor artesanal. Sin embargo, saber que el relevo ya está en marcha nos llena de una gratitud indescriptible.



Ilustración 13. El sello de la transformación: logo oficial de la nueva comunidad juvenil co-creado por los adolescentes, el símbolo de un amor incondicional que camina hacia el futuro.

Fuente: Elaboración propia. Imagen tomada de la propuesta diseñada por los adolescentes.



EPÍLOGO

CARTOGRAFÍA DE UN LEGADO

CARTOGRAFÍA DE UN LEGADO

Llegar al final de este trayecto nos exige recoger los hilos sueltos y contemplar el telar en su totalidad. No pretendemos clausurar las preguntas sobre el corazón adolescente, sino abrir nuevas rutas de exploración e intervención. Tras decantar las horas de conversación, las lágrimas contenidas en los mapas de constelaciones y el viento helado del páramo, consolidamos los aprendizajes que este territorio nos ha devuelto, transformados en certezas.

4.1. DESARMAR EL MITO DE LA CARENCIA

Para todos aquellos que deseen adentrarse en los senderos de la adolescencia, el primer imperativo es ético y semántico: debemos trascender la idea de la carencia. Históricamente, el mundo adulto ha definido esta etapa desde el estigma del "adolecer", asociándolo nominalmente con la falta de madurez, la rebeldía ciega o el descontrol. Nuestro tiempo en Usme demostró todo lo contrario. La adolescencia no es un vacío que debe llenarse, sino un sistema vivo, dinámico, autorreferencial y rebosante de un potencial político y afectivo que debe ser validado. Los jóvenes no "carecen" de visión del mundo; por el contrario, poseen una hondura y una seriedad sobrecogedoras para construir el sentido de sus vidas cuando se les ofrece un entorno horizontal de reconocimiento mutuo.

4.2. LAS LECCIONES DE LOS ROSTROS: RESIGNIFICAR DESDE LA COMPASIÓN

Los adolescentes nos enseñaron que el dolor no es un destino manifiesto. En sus relatos de sufrimiento —marcados por abandonos paternos, duelos no elaborados y fracturas vinculares— no encontramos el germen del resentimiento o el deseo de réplica. Al contrario, asistimos al nacimiento de una asombrosa metamorfosis: un deseo intrínseco de sanar sus historias personales para evitar que otros jóvenes atraviesen los mismos abismos. Su sufrimiento, al ser verbalizado en un entorno seguro, se transmutó en una escuela de compasión. Aprendimos de su autenticidad para edificar vínculos desde la confianza más pura, abriendo sus paisajes interiores sin sospechas ni pretensiones, y recordándonos que son verdaderos maestros en el arte de contemplar el silencio y formular preguntas profundas sobre el amor, la vida y la muerte.

4.3. EL ARTE COMO LENGUAJE DEL ALMA Y LA GEOGRAFÍA DEL REFUGIO

El camino nos demostró que el arte y la narración no son herramientas accesorias o decorativas; son mediaciones epistemológicas estructurantes. El dibujo, la música y la escritura simbólica permitieron a los adolescentes representar lo indecible, dándole cuerpo a dolores que las palabras ordinarias no alcanzaban a contener.

Asimismo, comprendimos que los contextos geográficos no son escenarios mudos.

• La Parroquia Madre Laura operó como una "comunidad de comunidades", un refugio alternativo y un ecosistema protector que acogió la fragilidad de los chicos cuando sus microsistemas familiares se encontraban en crisis.

• El Páramo de Sumapaz, con su neblina y sus aguas corrientes, actuó como el templo de la trascendencia natural, demostrando que la investigación-intervención es más rica cuando se sitúa en los territorios cotidianos de los participantes, propiciando diálogos desde la horizontalidad y la familiaridad.

4.4. HABITAR LAS TENSIONES DE LA COMPLEJIDAD

Guiados por el pensamiento complejo, aprendimos a no reducir las contradicciones de los chicos a explicaciones binarias. Las narrativas juveniles habitan constantemente en tensiones profundas: dependencia frente a autonomía, soledad frente a comunidad, sentido frente a crisis y felicidad frente a tristeza.

Sentirse alegre y triste a la vez, como lo expresaba B.P., no es una confusión emocional; es el reflejo de una conciencia expandida y de una maduración afectiva capaz de abrazar el dolor del pasado mientras se celebra el amor del presente. Estas ambivalencias no deben ser resueltas ni silenciadas por el adulto; deben ser habitadas como preguntas abiertas que expanden los caminos de la transformación a través de la incertidumbre.

4.5. LA MIRADA SISTÉMICA Y EL PACTO METODOLÓGICO DEL CUIDADO

Esta travesía reafirma que la adolescencia no puede comprenderse desde lógicas fragmentadas. Cada voz, cada silencio y cada trazo sobre el papel fue la expresión de un sistema familiar, relacional y espiritual interdependiente. Al modelar sus historias, los chicos no solo hicieron una crónica del abandono o la pérdida; realizaron actos de reconfiguración del mundo, transformando simbólicamente la estructura social a la que pertenecen mediante la creatividad y el servicio.

Por ello, la metodología empleada en este libro no fue un frío instrumento de recolección de datos, sino un vínculo relacional y ético de cuidado. Supuso un sistema abierto dispuesto a la escucha activa y a la flexibilidad frente a las emergencias de la vida (como el umbral de cuidado que representó la hospitalización de L.U.). Investigar, desde este enfoque, es un acto de acompañamiento que renuncia a la interpretación clausurada y apuesta por construir conocimiento desde la fragilidad compartida.

4.6. NUEVAS RUTAS Y HORIZONTES COMPARTIDOS

Reconocemos las fronteras de este ejercicio: al ser una investigación cualitativa situada en una comunidad parroquial específica, sus comprensiones no pretenden ser generalizaciones estadísticas, sino luces profundas que invitan a replicar la experiencia en otros entornos comunitarios y educativos.

Recogemos esta realidad para lanzar una propuesta hacia el futuro. Es imperativo consolidar alianzas académicas y pastorales —especialmente entre los agentes de la iglesia y los institutos de estudios de familia de las universidades— para diseñar espacios formativos donde los adultos aprendan a acercarse a la juventud desde lenguajes horizontales y coconstructivos. Asimismo, dejamos abierta una veta académica fascinante: estudiar con mayor detalle las implicaciones que el adolescente interior tiene en el desarrollo del sentido de vida de los adultos, valorando sus rebeldías performativas y sus silencios como motores de transformación social.

Al caer la tarde sobre la Laguna de los Tunjos, nos quedó la certeza inquebrantable de que nadie sale ileso de un encuentro genuino. Emprendimos el regreso a la ciudad con la neblina en las pestañas y el corazón ensanchado. Nos descubrimos transformados por los mismos jóvenes a quienes fuimos a acompañar, sabiendo que, en la labor artesanal de construir el sentido de la vida, siempre seremos compañeros de un mismo e infinito viaje.

Ilustración 14. El rostro del encuentro: investigadores y adolescentes celebrando la culminación del proceso y el inicio de un nuevo camino.

Fuente: Elaboración propia. Fotografía tomada el día de la sustentación del trabajo de investigación



REFERENCIAS

Arias, A., Barón, E., García, M., Meléndez, J., & Nieto, D. (2024). *Explorando el corazón adolescente: Proceso de resignificación tras la separación de los padres en la construcción de narrativas familiares* [Trabajo de grado de especialización en Educación y Orientación Familiar, Fundación Universitaria Monserrate].

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469–480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Arnett, J. J. (2007). *Adolescence and emerging adulthood: A cultural approach.* Pearson Education.

Blos, P. (1967). *The adolescent passage: Developmental issues*. Free Press.

von Bertalanffy, L. (1968). *General system theory: Foundations, development, applications.* George Braziller.

Boff, L. (2002). *El cuidado de lo esencial: Ética de lo humano, compasión por la Tierra.* Trotta.

Boff, L. (2012, 28 de agosto). *Dimensión de lo profundo: El espíritu y la espiritualidad.* Leonardo Boff. https://leonardoboff.org/2012/08/28/dimension-de-lo-profundo-el-espiritu-y-la-espiritualidad/

Boman, T. (2000). *El pensamiento hebreo comparado con el griego.* Sígueme.

Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano.* Paidós. (Trabajo original publicado en 1979).

Bruner, J. (1991). The narrative construction of reality. *Critical Inquiry, 18*(1), 1–21. https://doi.org/10.1086/448619

Bruner, J. (2002). *La fábrica de historias: Derecho, literatura, vida.* Gedisa.

Bruner, J. (2003). *Realidad mental y mundos posibles: Los actos de la imaginación que dan sentido a la experiencia.* Gedisa.

Buckingham, D. (2000). *The making of citizens: Young people, news and politics.* Routledge.

Carter, B., & McGoldrick, M. (Eds.). (1996). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives* (3rd ed.). Allyn & Bacon.

Castillo, J. M. (1983). *El seguimiento de Jesús.* Sígueme.

Centro Nacional de Memoria Histórica. (2013). *Bojayá: La guerra sin límites.* https://centrodememoriahistorica.gov.co/bojaya-la-guerra-sin-limites/

Cuenca Cabeza, M. (2015). Adolescencia y resiliencia: Un enfoque de oportunidades. *Revista de Psicología Social, 30*(1), 45–62.

Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention.* HarperCollins.

Damon, W. (2008). *The path to purpose: How young people find their calling in life.* Free Press.

Erikson, E. H. (1972). *Identidad, juventud y crisis* (L. Arroyo, Trad.). Paidós. (Trabajo original publicado en 1968).

Estupiñán, J. (2003). Una narrativa en la construcción de los caminos de la terapia sistémica. En *Construcciones en psicología compleja: Aportes y dilemas* (pp. 9–25). Ediciones Universidad Santo Tomás.

Estupiñán-Mojica, J., & González-Gutiérrez, O. (2012). *Narrativa conversacional, relatos de vida y tramas humanas: Hacia la comprensión de la emergencia del self en interacción en contextos ecológicos.* Universidad Santo Tomás.

Estupiñán-Mojica, J., & González-Gutiérrez, O. (2015). *Narrativa conversacional, relatos de vida y tramas humanas.* Universidad Santo Tomás.

Francisco. (2015). *Laudato si': Sobre el cuidado de la casa común.* Libreria Editrice Vaticana.

Francisco. (2019). *Christus vivit: Exhortación apostólica postsinodal a los jóvenes y a todo el pueblo de Dios.* Libreria Editrice Vaticana.

Frankl, V. E. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Herder.

Freire, P. (1968). *Pedagogía del oprimido.* Siglo XXI Editores.

Fried Schnitman, D. (2013). Prácticas dialógicas generativas en el trabajo con familias. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia, 5,* 127–159. https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/revlatinofamilia/article/view/4587

Gergen, K. J. (2006). *El yo en cuestión: Ensamblajes y voces múltiples.* Paidós.

Gergen, K. J. (2007). *El construccionismo social: Posibilidades para el diálogo.* Gedisa.

Giedd, J. N. (2004). Structural magnetic resonance imaging of the adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1021*(1), 77–85.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

González, J., & Mejía, M. (2019). Espiritualidad y adolescencia: Caminos de formación y acompañamiento. Editorial San Pablo.

Hernández, Á., & Bravo, F. (2003). *Vínculos, redes y ecología.* Universidad Santo Tomás. https://repository.usta.edu.co/handle/11634/40589

Le Moigne, J.-L. (1995). *La modélisation des systèmes complexes*. Dunod.

Martínez, I., & Vásquez, A. (2006). *La resiliencia invisible.* Gedisa.

Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality.* Harper & Brothers.

Maturana, H., & Varela, F. (1997). *El árbol del conocimiento: Las bases biológicas del entendimiento humano.* Editorial Universitaria.

Miermont, J. (2012). *Écologie des liens.* L'Harmattan.

Minuchin, S. (1986). *Familias y terapia familiar* (A. Pérez, Trad.). Gedisa. (Trabajo original publicado en 1974).

Moltmann, J. (1972). *El Dios crucificado.* Sígueme.

Morin, E. (2005). *Introducción al pensamiento complejo.* Gedisa. https://www.trabajosocial.unlp.edu.ar/uploads/docs/morin___introduccion_al_pensamiento_complejo.pdf

Morin, E. (2011). *La vía: Para el futuro de la humanidad.* Paidós.

McAdams, D. P. (2006). The role of narrative in personality psychology today. *Narrative Inquiry, 16*(1), 11–18.

Nussbaum, M. C. (2011). *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. Fondo de Cultura Económica.

Quintero, A. (1997). *Trabajo social y procesos familiares.* Lumen/Hvmanitas.

Ricoeur, P. (1983). *Tiempo y narración* (Vol. 1). Ediciones Cristiandad.

Ricoeur, P. (1996). *Sí mismo como otro.* Siglo XXI Editores.

Ricoeur, P. (2000). *La memoria, la historia, el olvido.* Trotta.

Ricoeur, P. (2004). *La memoria, la historia, el olvido* (A. Neira, Trad.). Fondo de Cultura Económica. (Trabajo original publicado en 2000).

Rodríguez, J. M. (2006). *En tierra de nadie.* Sal Terrae.

Salcedo, D. (2018). *Fragmentos, espacio de arte y memoria.* Museo Nacional de Colombia. https://fragmentos.gov.co/

Satir, V. (1988). *Nuevas relaciones humanas en el núcleo familiar.* Paidós.

Steinberg, L. (2011). *Adolescence* (9th ed.). McGraw-Hill.

Watzlawick, P., Beavin Bavelas, J., & Jackson, D. D. (1981). *Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas.* Herder.



En las periferias de Bogotá, donde las esperanzas y las carencias cotidianas conviven, un grupo de adolescentes de la parroquia Madre Laura, en Usme, abrió su corazón a través del color, la música y la palabra. Este libro es el resultado de un viaje investigativo que se propuso escuchar —más allá de los estereotipos que suelen reducir la adolescencia al riesgo o al déficit— las voces de quienes buscan comprenderse, vincularse y encontrar sentido a su vida.

Desde una mirada sistémica y compleja, los autores exploran tres ejes que se entretejen en la experiencia adolescente: la familia, como escenario de posibilidades y también de heridas; la construcción de vínculos, que sostienen, conectan y en ocasiones salvan; y la espiritualidad, entendida no sólo como práctica religiosa, sino como refugio interior ante la tormenta. El arte y la narrativa se convierten aquí en herramientas centrales: canciones, cuentos, poemas e imágenes que permiten decir lo que las palabras a veces no alcanzan a nombrar.

Más que un informe de investigación, esta obra es el testimonio de un encuentro que sus propios autores describen como sagrado, y que los transformó tanto como transformó a los adolescentes que acompañaron. Una invitación a suspender las certezas adultas, a escuchar sin prisa por interpretar, y a redescubrir que el corazón adolescente no es un territorio que deba conquistarse, sino uno al que apenas se nos permite acercarnos.