



<https://doi.org/10.25115/riem.v14i1.9750>

ISSN: 2173-1950

## **Explorando el papel de la espiritualidad en la experiencia migratoria: perspectivas de personas migrantes asentadas en España**

Judit Fanega Valencia<sup>1</sup>, Enric Benavent-Vallès<sup>2</sup>

**Resumen:** La migración conlleva transformaciones profundas, donde el aspecto espiritual de los individuos desempeña un papel crítico. Este estudio cualitativo presenta hallazgos basados en entrevistas en profundidad con cinco migrantes que se han establecido exitosamente en España. La investigación tiene como objetivo arrojar luz sobre el papel de la espiritualidad, entendida como la dimensión de la persona vinculada a la toma de decisiones a lo largo del proceso migratorio. Los resultados revelan que la experiencia espiritual durante la migración es dinámica y adaptable, moldeada por los elevados e intensos niveles de estrés a los que se enfrentan los migrantes al llegar al nuevo país. Además, la esperanza, la visión, la confianza y la perseverancia, entrelazadas con la dimensión espiritual, emergen como elementos vitales para aquellos individuos que comienzan de nuevo. En última instancia, el estudio destaca la importancia de considerar todas las dimensiones que influyen en la vida de un individuo, desde los aspectos fisiológicos básicos hasta los aspectos más profundos y abstractos, para los profesionales que trabajan en este campo.

**Palabras Clave:** migración, espiritualidad, religión, estrés migratorio, dirección vital.

---

<sup>1</sup> Graduada en Educación Social, Universidad Ramon Llull, [juditfanegavalencia@gmail.com](mailto:juditfanegavalencia@gmail.com)

<sup>2</sup> Doctor en Filosofía, Profesor en la Facultad de Educación Social Pere Tarrés de la Universidad Ramon Llull, [ebenavent@peretarres.url.edu](mailto:ebenavent@peretarres.url.edu)

## **Exploring the role of spirituality in the migration experience: insights from migrants successfully settled in Spain.**

**Abstract:** The experience of migration entails profound transformations, wherein the spiritual aspect of individuals assumes a critical role. This article presents a qualitative study based on in-depth interviews with five migrants who have successfully settled in Spain. The research aims to shed light on the role of spirituality, understood as the dimension of a person's identity linked to decision-making, throughout the migration process. The findings reveal that the spiritual experience during migration is dynamic and adaptable, shaped by the elevated and intense levels of stress migrants face upon arrival in their new country. Additionally, the factors of hope, vision, confidence, and perseverance, intertwined with the spiritual dimension, emerge as vital elements for individuals starting anew. Lastly, the study underscores the significance of considering all dimensions that impact an individual's life, ranging from basic physiological aspects to more profound and abstract aspects, for professionals working in the field.

**Keywords:** migration, spirituality, religion, migration stress, life direction.

## **1. Introducción**

La migración es un fenómeno complejo que implica una serie de factores interrelacionados que influyen en la experiencia de las personas que se desplazan hacia nuevos horizontes. En este estudio exploratorio se ha observado que, entre estos factores, la dimensión espiritual emerge como un elemento fundamental que moldea y acompaña el viaje migratorio de manera significativa. Analizamos cómo la espiritualidad se entrelaza con el proceso migratorio, explorando sus manifestaciones, impacto y relevancia, tanto para los individuos que migran como para los profesionales que trabajan con ellos en el ámbito social.

La presencia de una espiritualidad trabajada y cultivada es un factor relevante en la experiencia migratoria aportando propósito, esperanza y una mayor capacidad de relación consigo mismo y con los demás. Esta dimensión espiritual no hace que el proceso migratorio sea más fácil, pero sí dota a los individuos de herramientas para afrontar los desafíos con mayor solidez y determinación.

Comprender la totalidad de las dimensiones que influyen en la vida de los individuos permite una aproximación más integral y efectiva, facilitando procesos transformadores que promuevan el crecimiento personal y la integración comunitaria. El presente artículo hace un llamado a la reflexión y acción para que los profesionales de la acción social integren la espiritualidad como un componente esencial en su trabajo con personas migrantes, reconociendo su potencial para promover una mayor inclusión, bienestar y resiliencia en esta población que se encuentra en constante movimiento y transformación.

Para ello, partimos de un marco teórico que explora las diversas conceptualizaciones de la espiritualidad y su relación con la religión, junto a su relevancia en el contexto migratorio. Posteriormente se describe la metodología empleada, destacando el diseño cualitativo de la investigación y los criterios de selección de los participantes. Los resultados se organizan en categorías que permiten comprender el papel de la espiritualidad en el proceso migratorio, incluyendo aspectos como la identidad, el arraigo y el desarraigo, y la trascendencia. Finalmente, la discusión y las conclusiones ofrecen reflexiones sobre el impacto de la espiritualidad en la experiencia migratoria y su implicación para los profesionales del ámbito social.

## 2. Marco teórico

Existe un consenso bastante general en considerar que la espiritualidad es una dimensión de la persona que debe ser tenida en cuenta desde la práctica del trabajo socioeducativo (Benavent-Vallès, 2013; Crisp, 2010; Oxhandler, 2017). La espiritualidad se ha definido a través de diferentes posicionamientos muy distantes: desde los que no hacen ninguna distinción entre espiritualidad y práctica religiosa, hasta los que eliminan cualquier tipo de relación entre ambos conceptos.

### 2.1. La relación entre espiritualidad y religión

Una mirada tradicional a los conceptos de espiritualidad y religión situaba a ambos términos en un mismo ámbito, pues no se concebía la espiritualidad fuera del ámbito religioso. Sin embargo, la noción de espiritualidad ha evolucionado (Crisp, 2020; Hodge, 2017), y una mirada contemporánea al concepto de espiritualidad nos lleva a entenderla como la relación que una persona establece consigo misma, con otras personas, con otros seres humanos, con el universo y con una realidad última no necesariamente vinculada al ámbito religioso. Actualmente, y ante la crisis que están viviendo las religiones institucionalizadas en la sociedad occidental del siglo XXI, se está revalorizando esta dimensión espiritual del ser humano como un espacio de carácter fundamental especialmente relacionado con el sentido de la vida (Senreich, 2013).

Una mirada contemporánea a la espiritualidad se encuentra vinculada a diferentes aspectos de la persona (físico, emocional, ocupacional, intelectual y racional) y está asociada a la parte creativa y lúdica, también, al amor, al perdón, a la piedad, a la confianza, a la sabiduría, a la fe y a la unidad (Torralba, 2010). Por tanto, puede ser entendida como una forma de crecimiento interior, de iluminación, de superación, una dinámica de sabiduría y hasta se puede considerar como una forma de higiene mental.

Diversos autores afirman que una espiritualidad sana es un instrumento que favorece la resiliencia (Cosby, 2020; George y Ellison, 2015; Vanistendael, 2003), ya que empodera a la persona y la motiva a buscar el sentido, la integridad personal, la plenitud, la paz interior, la coherencia y el sentido general de bienestar, además de potenciar otras virtudes de la persona como el respeto, el cuidado por los demás y una valoración positiva de la diversidad. A finales del siglo XX empiezan a aparecer las primeras reflexiones sobre la necesidad de incorporar la dimensión espiritual en el modelo bio-psico-social (Canda y Furman, 2010; Furness y Gilligan, 2010; Sheridan, 2009). Sin embargo, se aprecia

cierta desconexión entre la incipiente conciencia de incluir la dimensión espiritual y su real implementación en la práctica (Gilligan y Furness, 2006).

## *2.2. Espiritualidad, religiosidad e inmigración*

La religión y la cultura son pilares fundamentales en las formas de inserción de muchas personas inmigrantes en la nueva sociedad (Lacomba, 1996). Al dejar su país en busca de una vida mejor, el migrante lleva consigo su identidad cultural y espiritual, pues son elementos esenciales que no abandona y que constituyen un vínculo constante con su tierra natal. La tradición cultural, en particular, se convierte en un anclaje que acompaña a la persona durante el proceso migratorio proporcionando estabilidad y sentido de pertenencia. En este sentido, la migración debe entenderse como un proceso transnacional (Levitt, 2007) que trasciende las fronteras físicas e impacta tanto en quienes emigran como en quienes permanecen en el país de origen. Este fenómeno genera una doble pertenencia que conecta al migrante con su nuevo entorno y con su lugar de procedencia. Levitt subraya que esta conexión se mantiene activa, especialmente a través de prácticas religiosas, que actúan como un puente cultural y espiritual entre ambos contextos.

Para muchas personas, la religión es lo que ha estructurado el centro de sus vidas y lo que ha definido las relaciones con las personas que le rodean. Muchos inmigrantes encuentran la religión como la única cosa que les ha ayudado a darle sentido a su vida, aunque no lo expresen de este modo. Por otro lado, la vivencia de la religión no solo ayuda a centrar la vida personal, sino también la vida comunitaria (Mathews, 2009). En concreto, poder seguir rituales o celebrar festividades en conjunto son actividades que ocupan un tiempo y un espacio, algo muy relevante para una persona que vive en una sociedad culturalmente diferente a la suya.

A menudo, la visión de la religiosidad de los inmigrantes está llena de estereotipos y de prejuicios que atribuyen características genéricas a un colectivo de personas muy heterogéneas (Lacomba, 1996) y que, a menudo, impiden atender las similitudes entre las culturas y contemplar las múltiples maneras de vivir la espiritualidad. Para avanzar hacia un diálogo intercultural de calidad es necesario considerar las tradiciones culturales, religiosas o espirituales desde la comprensión de éstas y teniendo en cuenta, como afirma Levitt (2007), que muchos inmigrantes provienen de países en los que la religión y la cultura van de la mano aportando así una concepción mucho más amplia de la religión y donde encontrarla. La socióloga norteamericana sostiene que el crecimiento de comunidades religiosas transnacionales contribuye a la diversidad religiosa en los

países receptores, promoviendo nuevas formas de pluralismo religioso y otros retos para las ideas tradicionales sobre identidad nacional.

En las investigaciones recientes sobre la relación entre espiritualidad y trabajo socioeducativo aparece una lamentación constante sobre la falta de formación en relación con la espiritualidad humana que reciben los profesionales (Callahan y Bener, 2018; Nilson, 2018; Oxhandler, 2017). A pesar de que hay un reconocimiento prácticamente unánime sobre el papel fundamental que puede jugar la espiritualidad en las estrategias de afrontamiento de la vulnerabilidad (Cosby, 2020; George y Ellison, 2015) la única formación que reciben los profesionales sobre este tema se produce a partir de asignaturas optativas o bien en la formación de postgrado. Hay pocas universidades que formen a los trabajadores o educadores sociales sobre espiritualidad en su formación básica.

El proceso migratorio tiene todas las características para ser un ámbito en el que la espiritualidad (más allá del contraste cultural) está muy presente. El poder antropológico, cultural, psicológico y espiritual de la ruta migratoria hace que el camino se convierta en una cuestión existencial (Palma, 2017). Cuando hacemos referencia a lo espiritual, gran parte de las tradiciones religiosas encuentran en el camino una experiencia fundamental de encuentro con lo sagrado, ya que tiene una simbología de aprendizaje y sabiduría. Es decir, se da especial importancia a la meta y al horizonte, y los anhelos se convierten en el motor de la búsqueda psicológica y espiritual. Del mismo modo, el proceso migratorio supone un trabajo de introspección con uno mismo y un encuentro con lo sagrado, derivado de la enseñanza que proporciona. Durante dicho proceso interfieren condicionantes que a menudo suponen una vivencia de búsqueda del sentido en dos manifestaciones: el puro instinto de supervivencia y el sentido espiritual relacionado con la vivencia del aquí y el ahora.

No cabe duda que emigrar conlleva el padecimiento de unos niveles de estrés de tal intensidad que llegan a superar las capacidades humanas de adaptación (Achoategui, 2006). Este conjunto de estresores da lugar al Síndrome de Ulises del inmigrante con estrés crónico y múltiple, el cual se caracteriza por dos principales matices, a saber: la persona sufre unos determinados estresores o duelos y entonces aparece un conjunto de síntomas psíquicos y somáticos que se encasillan en el área de la salud mental. Algunos de los estresores y duelos de los inmigrantes en situación extrema serían la soledad que conlleva la separación forzada de la familia y los seres queridos, el duelo por el fracaso del proyecto migratorio, la lucha por la supervivencia y el miedo. Un claro ejemplo de

estresor es el derivado del estrés laboral que sufre la persona inmigrante cuando se enfrenta a la problemática de inserción en el mercado.

La integración de una perspectiva basada en la espiritualidad puede ayudar al profesional social a poner en evidencia varios aspectos, desde la diversidad de las necesidades y las identidades, hasta la singularidad de los inmigrantes. Según diversos estudios (George y Ellison, 2015) la espiritualidad es útil en la toma de decisiones además de la creencia religiosa, pues ayuda a afrontar problemas, brinda la oportunidad de establecer contacto con otras personas en un país extranjero y contribuye a superar el dolor frente a las personas que los han lastimado u oprimido en el pasado.

A pesar de que a algunos expertos les pueda parecer que no hay una correlación entre la migración y la espiritualidad, Palma (2017) afirma que la mística de las grandes tradiciones espirituales supone una base y una especie de inconsciente colectivo a través de los cuales se construyen experiencias religiosas propias de estas situaciones. Además, se dan coincidencias en los condicionantes psicológicos que promueven tanto la experiencia mística como las experiencias espirituales, que pueden aparecer en determinadas circunstancias límites.

En esta investigación escuchamos la voz de cinco personas que vivieron hace algún tiempo la experiencia migratoria, con los siguientes objetivos:

Analizar cuál es el papel de la dimensión espiritual de la persona a lo largo de su proceso migratorio.

Identificar qué impacto tiene el hecho de tener una inteligencia espiritual trabajada y potenciada sobre la persona que emigra.

Reconocer la importancia de los profesionales de la acción social cuando tienen en cuenta esta dimensión en las personas con las que intervienen.

### **3. Método**

Para operacionalizar el concepto de espiritualidad en el presente estudio hemos identificado varios indicadores específicos, siguiendo la herramienta *Dirección Vital* (Benavent-Vallès et al., 2021). Los autores vinculan la dimensión espiritual con la toma de decisiones que orientan una vida y que están relacionadas con la identidad, el arraigo, la trascendencia, la capacidad de valorar y la toma de decisiones. Estos indicadores han

orientado la interpretación de las entrevistas para analizar los elementos que configuran la dimensión espiritual de la persona y así comprender cómo influye en la experiencia migratoria.

### *2.1.- Diseño de técnicas e instrumentos*

La metodología utilizada para esta investigación es cualitativa, pues se basa en poder realizar un análisis de la esfera introspectiva de la persona. Para ello, se concertaron cinco entrevistas semidirigidas abiertas centradas en tres ámbitos: la biografía, la dimensión espiritual de la persona y el proceso migratorio. Siguiendo las pautas de Roigé, Estrada y Beltran (1999) las entrevistas que realizamos se plantearon como una conversación entre iguales a partir de una pauta orientativa de preguntas y no como un intercambio formal de preguntas.

### *2.2.- Criterios de confiabilidad*

En esta investigación aplicamos los siguientes criterios de confiabilidad (Guba y Lincoln, 1989):

- Credibilidad: la investigación, aunque con una muestra pequeña, recoge suficiente información para dar respuesta a los objetivos a través del trabajo de campo.
- Transferibilidad: el proceso investigador anteriormente descrito es aplicable a personas de características similares, por tanto, puede ser replicado.
- Conformabilidad: la neutralidad en la recogida de los datos queda garantizada por las grabaciones y la posterior transcripción selectiva textual de las entrevistas, consensuadas por los entrevistados. Las personas que participaron en la recogida de datos y en el análisis parten de una visión antropológica que considera la dimensión espiritual de la persona interconectada con la biológica, la psicológica y la social.

### *2.3.- Participantes*

Como muestra para el estudio se han seleccionado distintas personas adultas que hayan emigrado de su país de origen y que actualmente viven en España. Las características de las personas participantes se presentan en la Tabla 1. A fin de garantizar la confidencialidad y protección de datos se ha decidido preservar el anonimato bajo una codificación de las entrevistas.

**Tabla 1. Datos demográficos y descriptivos de los participantes**

Codificación	Género	Edad	País de origen	Continente	Espiritualidad	Profesión
E1	M	44	Marruecos	África	Islam	Educador social
E2	F	43	Rumania	Europa	Espiritualidad no religiosa	Educadora social
E3	F	48	Venezuela	América	Cristianismo	Visitadora médica
E4	M	64	Cuba	América	Espiritualidad no religiosa	Pensionista
E5	F	56	Kuwait	Asia	Islam	Médico

Fuente: Elaboración propia.

Los participantes se han reclutado a partir de relaciones personales, con los siguientes requisitos como criterios de inclusión:

- Ser adulto (hombre o mujer). El interés de esta investigación se centra en el relato que hacen los adultos inmigrantes sobre su historia de vida, su manera de vivir la espiritualidad y la relación de ésta con su proceso migratorio.
- Haber nacido fuera de España y vivir actualmente en España. Se ha apostado por una visión interseccional del fenómeno migratorio, de modo que se han buscado perfiles de personas de diferentes continentes con distintas realidades, para garantizar así variedad histórica, social, cultural, económica y política principalmente en el país de origen.
- Estar dispuesto a participar en la investigación. La colaboración en el proyecto es totalmente voluntaria y los participantes tienen derecho a retirarse en cualquier momento sin que la retirada pueda influir negativamente en la persona en ningún sentido. En caso de retirada, el participante tiene derecho a que sus datos identificativos sean eliminados.

Para la selección de los relatos que serán objeto de análisis, se han considerado dos criterios más a destacar:

- Que la persona participante tenga un nivel lingüístico básico de catalán, castellano o inglés para poder garantizar una conversación fluida. Se considera relevante, que los participantes se sientan cómodos y se puedan expresar libremente.
- Que el sujeto entrevistado tenga o haya tenido una vida espiritualmente activa. Se ha buscado un perfil de participante con inquietudes espirituales, sean éstas religiosas o no.

#### *2.4.- Procedimiento.*

Toda la información se recogió entre octubre de 2021 y enero de 2022. Se realizó una entrevista con cada participante que fueron grabadas con audio, o con audio y video (Tabla 2). A lo largo de las conversaciones se iban tomando algunas anotaciones de los aspectos más relevantes. Dos de las entrevistas se realizaron presencialmente, otra se realizó por correo electrónico y las dos restantes por videollamada. Es destacable que la situación de emergencia sanitaria de COVID-19 fue un factor que condicionó la presencialidad y motivó a hacer estas entrevistas online.

Tras explicar el objetivo del estudio a los participantes y reservar un tiempo para aclarar las dudas se les comunicó que estaría garantizada la confidencialidad, que se preservaría la intimidad de la persona, que la participación en el proyecto sería anónima y se protegerían los datos personales en cumplimiento del Reglamento General de Protección de Datos y la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales. Además, se firmó un consentimiento informado para la grabación y la futura utilización de las informaciones obtenidas. El acuerdo fue que, tras terminar la investigación, se eliminarían estos materiales derivados de la investigación.

Durante las entrevistas, la escucha activa fue un elemento clave para poder dar pie a los participantes a que se dejaran llevar por la conversación. En primer lugar, se abordaron temas generales y comunes en la historia de vida de cada persona. Esta primera parte fue muy útil para hacer vínculo con la persona y crear un ambiente cálido y de confianza, para poder hablar más adelante de temáticas más profundas. El papel de la entrevistadora consistió en prestar atención a la información que la otra persona

ofrecía para hacer un retorno de preguntas no planteadas, con objeto de profundizar en las temáticas que los sujetos de investigación iban añadiendo.

**Tabla 2. Registros de las entrevistas de los cinco participantes**

Codificación	Fecha de realización	Duración de la entrevista
E1	10/12/2021	01:56:12
E2	13/12/2021	01:45:59
E3	21/01/2022	01:32:33
E4	28/01/2022	01:54:54

E5	17/01/2022	Correo electrónico. (2 pág.).
----	------------	-------------------------------

Fuente: Elaboración propia.

## 4. Resultados

Para analizar las entrevistas realizadas hemos codificado el contenido de los relatos a partir de los cinco indicadores propuestos en la herramienta *Dirección Vital*, que pone el foco en las capacidades espirituales de la persona (Benavent-Vallès, et al., 2021). Para estos autores, la dimensión espiritual de la persona está estrechamente relacionada con la toma de decisiones vitales.

### 4.1. Identidad

#### 4.1.1.- La dimensión familiar

La infancia y la adolescencia son etapas del ciclo vital que tienen una especial relevancia a la hora de determinar cómo será una persona adulta. Los informantes han expresado como se vivía la espiritualidad en sus hogares, normalmente regida por los criterios institucionales de cada tradición:

“La ética y los valores morales eran muy altos en las tradiciones familiares, la religión era respetada, pero no era muy esencial. Mis padres se criaron como musulmanes, no practicaban su religión rigurosamente, no iban a las mezquitas regularmente, pero el valor de la existencia de Dios o de poderes superiores se inculcó en nuestra crianza y en nuestra tradición”. (E5 p. 1).

“Nos han enseñado desde pequeños, que nos vayamos con nuestros padres a la mezquita por las mañanas, las fiestas del Eid, Ramadán...”. (E1 17:04)

Además, también han relatado como fue la educación espiritual que recibieron durante la infancia, que en algunos casos tenía un carácter más impositivo y en otros más laxo.

“Mi mamá me obligaba, todos los domingos yo tenía que ir a misa de nueve a diez”. (E3 47:15)

“Lo que hizo mi padre fue meternos en una asociación religiosa desde pequeños a mi hermano y a mí. Yo empecé con siete años y mi hermano con nueve, diez años. Más bien, empezamos en unos campamentos, que nos enviaban cada año, que organizaba una asociación religiosa, pero no de estas tan radicales. Ahí sí que nos enseñaron que era el Corán, nos levantaban por la mañana a rezar a las cinco de la mañana. Cuando íbamos a la playa nos llevaban a la que no estaba tan llena de gente... En este sentido nos enseñaban lo que es no poder bañarte con una mujer con bañador, hay que respetar el tiempo del rezo... En cuanto a la religión, ahí sí que hemos aprendido bastante, más que en casa”. (E1 22:01).

“Recuerdo que por navidades nos reuníamos con amigos y también teníamos cenas de Ramadán con vecinos y amigos, pero ninguna de estas creencias se impuso a mí o a mis hermanos.” (E5 p. 1).

Incluso apreciamos que en un entorno socialmente hostil a la religión hubo transmisión de valores espirituales.

“Era un entorno super cultural, lo normal era que en casa hubiese silencio y todo el mundo con un libro. También era el comunismo. (...) Porque en el comunismo, tres cuartos de las cosas eran ilegales, y la espiritualidad estaba muy coartada.” (E2 7:55).

La educación espiritual se asocia a menudo con las costumbres religiosas que vienen marcadas por la figura materna y paterna de la familia. De este modo, el tipo de contacto que tienen nuestros referentes con la espiritualidad influye en nuestra manera de pensar, en nuestra manera de hacer y nos educa con unos valores determinados.

“Yo vivía en un sitio donde tenía muchos amiguitos, y a todos nos mandaban de nueve a diez a ir a la misa, y todos íbamos. Y un día decidimos no entrar a misa, y la idea fue mía. Y yo me sentí de un mal, porque cuando llegué a mi casa, todos nos quedamos jugando en frente a la iglesia, en una plaza. Dijimos: No vamos a entrar, vamos a quedarnos todos en la plaza, que no nos va a pasar nada, nadie le va a decir a su mamá que no entró, ¿vale? En la tarde salí con mi mamá, y no sé quién de mis amiguitos, le dijo a su mamá que no entramos a misa. Mi mamá se enteró y no me dijo nada, pero entonces en la tarde fuimos a visitar a unos amigos, y estaba jugando con un niño y me pegaron con una piedra en la cabeza. Y mi mamá me dijo: eso es por no entrar a misa en la mañana. Y yo pensé: yo tengo que

entrar a misa, porque cada vez que no entre a misa me va a ocurrir algo así. Entonces imagínate, cómo creen ellos y cómo te lo inculcan a ti.” (E3 47:36).

#### 4.1.2.- La dimensión educativa

La escuela es otro de los agentes socializadores que más influyen en la formación de la identidad de la persona, ya que más allá de enseñar materias, también forma a personas. Tanto la relación con los iguales como con la institución influyen en las relaciones personales, por lo tanto, en la personalidad del individuo. Además de los contenidos curriculares se aprenden unos valores y unos conocimientos concretos, que pueden variar en función del tipo de escuela a la que haya asistido la persona. La socialización no será la misma para una persona que haya asistido a una escuela cristiana frente a una escuela islámica, una atea, etc. El centro educativo con un niño y el país donde se esté escolarizado son variables, pero determinan de nuevo a la persona:

“En mi escuela, era abierta, una mezcla de todas las religiones, el islam se enseñaba una o dos veces por semana, los estudiantes cristianos estaban excusados de asistir a estas clases si lo deseaban.” (E5 p. 1).

“Nosotros en Marruecos no tenemos escuela religiosa, tenemos la Mezquita donde se aprende lo que es la religión y el Corán. Se dice que es dar el Corán, La Casa del Corán. Luego, tenemos lo que es la escuela pública y privada, concertada ahí no tenemos. Aunque los colegios son laicos, hay lo que es la asignatura del islam, que se llama la Educación Islámica. Es una asignatura que se da dos veces a la semana, desde los 5 años hasta bachillerato.” (E1 9:06).

En algunos países, como por ejemplo Cuba, se puede considerar la religión como un tabú para la escuela:

“En el caso de Cuba, yo nunca tuve educación religiosa... Bueno, sí que la tuve, pero contraria a la creencia de que Dios existe, y que... No, no. Aquello era impensable, ese tipo de educación no existe.” (E4 1:20: 13).

A pesar del rechazo institucional por la religión, la iglesia católica sigue teniendo su espacio y las creencias espirituales autóctonas, también:

“El sistema comunista, por regla general, dicen ellos que son ateos. Pero en Cuba pasa una cosa curiosa. Allí hay un gran arraigo de las costumbres africanas.

Entonces, allí hay mucho santerismo, santería, rituales de santería. Entonces, eso está muy arraigado, y la revolución comunista no era que le gustara, pero tampoco dijera que ese tipo de manifestación religiosa no pudiera ser” (E4 30:21).

“La iglesia, la católica, nunca el gobierno cubano la quitó del todo, pero estaba mal vista. Entrar a una iglesia estaba mal visto, pero estaba. Entonces, los dirigentes políticos, los del partido comunista, se le tenía prohibido entrar a la iglesia y tener creencias religiosas.” (E4 33:05).

#### 4.1.3.- La dimensión laboral

El trabajo es uno de los motivos que impulsa a una persona a dejar su país e irse a un nuevo territorio a buscar nuevas oportunidades. Es decir, empezar una nueva vida implica enfrentarse a una situación laboral nueva a menudo llena de adversidades, dificultades e imprevistos:

“Comenzar de nuevo, encontrarte con que los permisos de trabajo tardan un tiempo, tardan aproximadamente seis meses. O sea, no es algo que tú dices: Bueno, no importa, trabajo en una tienda, trabajo... No sé, en cualquier cosa, no me importa. Y resulta que no, que hasta que no tienes una documentación, no puedes trabajar. Entonces, es un periodo de seis meses en el cual te tienes que mantener con tus ahorros, con lo que trajiste. Nosotros trajimos, pero si no ingresa nada, el dinero se va muy rápido” (E3 28:51).

Enfrentarse al proceso migratorio implica lidiar con diversas situaciones estresantes y de supervivencia que impactan en numerosos aspectos de la vida y que pueden perdurar durante largos periodos:

“Tienes que competir con chicos recién graduados, bilingües, con doble grado y es difícil el mercado laboral en España” (E3 31:06).

“Yo siento aquí, que hay un estrés laboral, porque los trabajos son de corta duración” (E3 36: 20).

## 4.2. *El arraigo y el desarraigo*

### 4.2.1.- El proceso migratorio

Las personas entrevistadas están de acuerdo en que el proceso migratorio es único y personal, así que no se puede definir como uno solo. Uno de los aspectos que pueden marcar una diferencia en la historia migratoria de una persona es el medio de llegada al nuevo país.

“No es lo mismo venir en el estrecho de Gibraltar en un yate, que venir en una balsa. El tratamiento es distinto, ya un moro no es el mismo” (E4 50:40).

“Nosotros nos vinimos como turistas, y entramos como turistas a España. Pero hay personas que no vienen como turistas. Hay personas que vienen aquí, los que llegan a las Canarias, llegan con una balsa. Mi experiencia no es la misma, que puede ser la de ellos” (E3 33:39).

“En la empresa en la que trabajaba, de electromedicina. Conocí a un español que tenía contacto con el gobierno de Cuba, le gustó el tipo de trabajo que yo hacía dentro de la empresa, y me hizo una invitación a Canarias. Yo la acepté como regalo de cumpleaños, porque era lo mejor que te podía pasar. Vine con ese convenio de un año de trabajo, y eso fue lo suficiente como para que me quedara. Tuve la oportunidad, que yo vine de esa manera, no fui el típico balseiro cubano que cruzó el estrecho de La Florida jugándose la vida. Yo siempre le digo a mis compañeros, cuando analizamos la historia de cada cual: Yo viajé en Iberia a España.” (E4 05:19).

Otro factor a tener en cuenta y que puede afectar de una manera u otra al emigrante, es en qué etapa de su ciclo vital está, cuando se produce este cambio en su vida. La experiencia de los niños que emigran no es la misma que la de los adolescentes, los adultos o los ancianos:

“Si ya has venido adulto, es peor. Porque cuando vienen los niños, los niños se adaptan, son como las esponjas. Aprenden el idioma mucho más rápido, absorben la cultura del país donde han llegado, y ya es distinto” (E4 51:59).

“Son situaciones desesperantes, sobre todo porque no tienes veinte años, y no vienes como: Ah bueno, tengo veinte años, voy a experimentar. No. Ya a los cuarenta, ya has pasado esa etapa de explorar, de venirte con una mochila... Si no que ya tienes una familia, es distinto. Llegas y te das cuenta de que no tienes donde llegar” (E3 25:58).

Por otro lado, el choque de realidad es algo que forma parte de la vida de todo inmigrante, ya que difícilmente coincide la idealización previa con la realidad encontrada posteriormente:

“Cuando llegas a este país (digo este país porque es mi experiencia, puede haber sido en otra). Piensas que puedes conseguir un permiso de trabajo de manera rápida, también tienes que ver qué profesión tienes, evalúas donde puedes trabajar, que puedes hacer... Todo este tipo de cosas, ¿No? Entonces digo, bueno, me gusta España, el idioma, lo hablé con mi familia, con mi esposo, con mi hija. Y después de descartar Argentina, Ecuador, Chile, pues decidimos España por el idioma, por la cultura, porque nos parecemos a ustedes... Pero cuando llegas es una realidad completamente diferente. Por ejemplo, lo primero que nos ocurrió, es que nos estafaron.” (E3 24:26).

Esta serie de cambio junto con el proceso de adaptación y el duelo migratorio afectan directamente a la salud mental de la persona, generando así desequilibrios mentales como los que explican los entrevistados:

“Si al país que tú llegas, no te recibe como tú crees que te va a recibir, y tú te sientes disminuido, y todo se te dificulta y todo es un problema. No me extraña que, entre los emigrantes y esto, haya mucha gente con desbalance psicológico” (E4 49:10).

“Es convivir con tus problemas como ser humano, con los de la familia, con los de tus hijos, con los de tu marido... Pero no es fácil, porque te encuentras con una cultura diferente, con un país diferente, una forma de hacer las cosas distinta y es diferente para todo el mundo, para el que se vaya. Siempre va a ser un impacto, porque no estás acostumbrada a ese país. Es esperar, es tener paciencia, es adaptarte a esa nueva situación, llevarla de la mejor manera posible” (E3 29: 56).

#### 4.2.2.- La espiritualidad y proceso migratorio

El fenómeno migratorio no siempre se concibe únicamente como un viaje físico en el que dejas de estar presencialmente en un lugar para estar en otro. Para algunas personas tiene un significado simbólico y puede comportar un viaje interior de forma paralela:

“La espiritualidad es como una brújula interna. Pero creo que, de cara al viaje migratorio, es mucho más que buscar estar económicamente bien. Hay refugiados que realmente huyen de una situación de vida y muerte. Pero hay

mucha más migración aparte de eso. Y entonces, es un viaje de transformarse, de simplemente ver que puedo llegar a ser y dónde puedo llegar y cuál puede ser mi contribución en este bonito mundo... Es como un diálogo con el universo y estar abierto a desnudarte. Y dejártelo todo para poder crecer, para poder inventarte, para poder, no sé... Vivir y comerme el mundo. Es eso, una gran aventura interior y de transformación.” (E2 49:02).

Este viaje interior puede impactar profundamente en la identidad de la persona, especialmente cuando se enfrenta a múltiples cambios en un corto periodo de tiempo. En este contexto surgen reflexiones significativas como las que presentamos a continuación. La conexión con lo más íntimo de uno mismo se revela como una poderosa fuente de resiliencia, capaz de fortalecer a la persona frente a los desafíos:

“En el proceso migratorio, también creo que hay unos valores, que son como pilares. Te das cuenta de tu esencia ¿Sabes? Es como que, exfolias tanto, y dejas atrás tanto, que realmente llegas a conectarte con tu esencia, con tu identidad. Y vuelves a construir desde allá. Lo tienes todo cuando no tienes nada, eres libre de ser cualquier cosa” (E2 1:00:34).

La manera de vivir la espiritualidad se ve afectada cuando la persona que emigra llega al nuevo país. Por un motivo u otro, los testimonios han coincidido en que, al llegar a España, la manera en la que concebían la espiritualidad o la religión cambió:

“Los inmigrantes marroquíes cuando llegan aquí, si estamos hablando de la religión... Los primeros años, como no tienen trabajo, no tienen una vida estable, económicamente fatal. Piensan más en buscar trabajo, que practicar la religión. Pero una vez estás estable, la primera cosa que piensas es en practicar el islam.” (E1 1:11).

“Particularmente creo en Dios. Sin embargo, cuando llegué a España y tenía tanto estrés por estar acá. O sea, por estar aquí, no... Por lo que me iba a encontrar. Yo estoy muy pendiente de Dios, pero cuando tienes tanto estrés, en ese momento, como que no piensas nada, como que vas haciendo las cosas en el día a día, porque es lo que va apareciendo. Y en ese momento, tuve un momento como que tenía la mente tan aturdida, con tanta preocupación encima, que creo que en ese momento no pensé en Dios, pero conseguí un trabajo sin poder trabajar, de llevar a un bebé a un colegio, de una familia que tenía un trabajo y no podía llevar al niño al colegio” (E3 40:40).

“Cuando estás en una situación de ese tipo, en que realmente estás pasando por algo que te transforma, los anhelos vienen del pasado y los sueños vienen del futuro. Creo que en aquel momento estás mucho más presente. No es un momento para anclarse en el pasado y no es un momento para aferrarse al futuro, es un momento para abrir paso en el presente, un momento de acción.” (E2 1:02:35).

El choque cultural influye en muchos ámbitos de la persona, por ejemplo, en el ámbito espiritual:

“Desde el punto de vista espiritual, le he preguntado a muchas personas con las que he trabajado, que qué religión tienen. Porque una cosa es lo que una lee, y otra cosa es cuando te encuentran. Y muchos me dicen: No, no creo en nada. Y me sorprende” (E3 36:51).

“No me gusta decirlo, pero pasaron algunos años que no hice ramadán cuando estuve en Madrid, en la época de juventud, más en un país no musulmán... La compañía también te ayuda, para no tal...” (E1 20:03).

#### 4.2.3.- El arraigo

Los lugares significativos ayudan a tener un sentimiento de arraigo y esto es especialmente importante cuando el desarraigo es el sentimiento predominante. Este se manifiesta de diferentes maneras, ya que la persona que emigra ve que no pertenece ni se identifica con el nuevo territorio donde habita y, a su vez, cuando vuelve o mantiene relación con su país de origen tampoco se reconoce en él ni se siente integrado:

“El revés de la moneda es que te encuentras siempre, toda la vida sin raíces. Porque no eres ni de aquí ni de allá” (E2 1:06:12).

“Siempre tienes el “Que no eres de aquí”, y hay un componente emocional, como esa alerta que tienes ahí. Entonces, cuando llamas a tu país o cuando vuelves a tu país, los de allá tampoco te ven de allá. Pero estás aquí, y tampoco eres de aquí” (E3 32:45).

“Durante mucho tiempo cuando emigras estás hablando de volver, pero es que no hay vuelta atrás, hay un camino adelante. Si volviese a mi país, sería otro proceso migratorio a otra cultura, yo ya no pertenezco a esa cultura... Son diecisiete años” (E2 1:06:58).

#### 4.2.4.- La estigmatización y el racismo institucional

Desde la mirada interseccional los inmigrantes, además de convivir con la opresión sistemática y estructuralmente racista, también tienen que convivir en el día a día con diferentes tipos de injusticias. Por un lado, la estigmatización mediática y por otro, la infravaloración de la persona:

“Dime un medio de comunicación que hable bien por ejemplos sobre un científico marroquí en España (y tenemos muchos). Nunca sacan esto. Pero ¿Cuándo hablan de los marroquíes? Cuando uno roba, cuando uno mata, cuando uno hace algo malo.” (E1 45:51).

“Yo me quería integrar aquí.... Me cuesta. Me cuesta mucho. Como que no valgo; ¿Sabes? Para lo que... Sé que tengo mucho talento y mucha formación, pero es que me encuentro puertas cerradas e indiferencia total, y es como que: Vale, me da igual que hables muchos idiomas, me da igual que sepas hacer esto y esto, es que... No.” (E2 45:08).

Por otro lado, los entrevistados expresan la experiencia de la discriminación y la infravaloración por parte de la administración, que genera una gran desigualdad por el hecho de vivir en España y haber nacido en otro país:

“Administrativamente, siempre vas a ser inmigrante, porque, aunque tengas la nacionalidad, para la administración eres inmigrante. ¿Hasta cuándo? Incluso a mi hijo, que ha nacido aquí, le llaman moro. ¿Por qué? Porque tiene un apellido de moro... Cuando él, no se siente marroquí.” (E1 50:37).

“No estoy completamente tranquila, porque siempre que estás en un proceso migratorio, siempre tienes que renovar permiso de residencia, permisos para trabajar... Entonces, es como que siempre estás pendiente y tu mente no descansa, porque siempre tienes el que no eres de aquí” (E3 32:32).

Los problemas para conseguir y mantener la documentación son recurrentes para este colectivo, y la situación se ha visto gravemente afectada a raíz de la crisis sanitaria de la Covid-19.

“Calculo que llevo en España entre veintiséis y veintisiete años... Estoy en el proceso de la nacionalidad española. Es un tormento. Llevo cinco años en que la he solicitado, cuando realmente los países del entorno (como Francia, Alemania),

se resuelve en seis meses. Yo llevo cinco años y todavía no se ha resuelto.” (E4 08:24).

### *4.3. La trascendencia*

#### *4.3.1.- La espiritualidad religiosa*

Una manera de vivir la espiritualidad y de tener contacto con esta dimensión de la persona puede ser la religiosidad. Las vivencias religiosas tienen un papel muy importante en la vida de algunas de las personas entrevistadas:

“Para nosotros la religión puede ser como la comida de cada día. Es algo importante, en el sentido de que te pueden echar la bronca por no rezar en todo Marruecos. Aunque en su constitución la religión es importante, no deja de ser un país laico.” (E1 14:44).

“Nosotros, respetamos todas las religiones, somos creyentes en la existencia de Dios y de los superpoderes, pero ninguna religión es superior a otra.” (E5 p. 1).

“En nosotros la parte espiritual siempre está, yo cada cosa que hago siempre pienso en Dios.” (E3 46:30).

Muchas veces, aquello que condiciona esta creencia en seres sobrenaturales forma parte de la socialización que se ha vivido a través de la familia, la escuela o el país de origen, así como las experiencias cercanas en relación a la religión y lo observado con una mirada crítica:

“La guerra civil en el Líbano creó diferentes grupos militares de cada uno de estos religiosos, los cristianos mataron a otros cristianos, los musulmanes mataron a otros musulmanes, los cristianos y los musulmanes se mataron entre ellos. En el nombre de Dios, cada uno tenía un dios diferente, creo, la gente mataba a sus vecinos y a sus amigos por el nombre de la religión.” (E5 p. 1).

“Entre la iglesia y las mezquitas siempre hay estas guerras, y no creo que acaben nunca hasta el fin del mundo. ¿Sabes? Nunca va a acabar. Y siempre hay esa guerra: El cristianismo quiere coger las riendas, y los musulmanes igual. ¿Y quién está en el medio sufriendo? Nosotros.” (E1 47:13).

La manera de vivir la espiritualidad y la creencia en una religión es algo que evoluciona a lo largo de la vida y, a medida que la persona crece comprende las cosas de otra manera, por tanto, viviendo esta experiencia de una manera más interior. Las personas entrevistadas no son recién llegadas pues hace muchos años que tomaron un rumbo distinto en sus vidas. Algunas pasaron por un proceso migratorio difícil que los llevó a vivir en un estado constante de alerta y de supervivencia. Esto, en ocasiones, relegó a un segundo plano la dimensión espiritual y/o religiosa, al menos desde una perspectiva institucional:

“Cuando crecí me despegué un poco de eso, porque creo que se puede creer en Dios (en lo que tú quieras, ¿Vale? Pero no tienes que demostrarlo con ir todos los domingos a misa. Tienes que sentirlo, creo que eso es algo interno.” (E3 49:07).

“Desde este fondo, de odio y crueldad por la religión, crecí, para no ser fanático de ninguna religión, y ser crítico para la existencia de una religión específica, aunque soy creyente de Dios y del poder superior, cuando necesito un tiempo de espiritualidad, puedo mirar a los cielos y orar, puedo entrar en una iglesia o templo o mezquita sin alianza con ninguna religión sino con mis propias creencias, que me confortan.” (E5 p. 1).

#### 4.3.2.- Los rituales y el rezo

La espiritualidad a menudo se vive a través de oraciones y rituales populares. A continuación, mostramos algunos testimonios que muestran cuales son las costumbres que forman parte de su día a día. En concreto observamos algunas prácticas asociadas con el entorno religioso tradicional y otras que se escapan del marco religioso institucional, incluso para abrirse a formas de espiritualidad no religiosas y de carácter esotérico:

“En el islam hay cinco pilares y tres de los más importantes son: Decir que Dios es uno y que Muhammad es su profeta, el rezo y ramadán. Todos los marroquíes lo hacen.” (E1 12:55).

“Cuando me comunico con él, es como si hablara con un amigo, como si fuese alguien de extremadamente mucha confianza.” (E3 51:59).

“Rezo en mi corazón, solo mirando los cielos cada vez que hago una cirugía en cualquier paciente, y conozco a algunos colegas que también hacen lo mismo.” (E5 p. 2).

“Ahora mismo he descubierto el tarot, y entonces tengo como una vez al día, un tipo de actividad que me ayuda a centrarme. Y a ver, ¿Qué puede pasar hoy? Y supongo que hago meditación, pero es una meditación informal, cada día.” (E2 52:07).

#### *4.4. Valorar la realidad*

Esta categoría hace referencia a la capacidad de identificar, comprender y priorizar las experiencias vividas, teniendo en cuenta que el hecho de tomar las riendas de la propia vida implica un trabajo constante de valoración y priorización:

“Es empezar con dos maletas y decidir qué te traes en esas dos maletas” (E3 26:16).

Las entrevistas muestran a través de los testimonios como la mayoría son personas acostumbradas a gestionar situaciones complicadas y a priorizar, teniendo claro hacia dónde quieren ir y a dónde no quieren volver. Esto lo podemos ver reflejado, por ejemplo, en una mujer entrevistada que explica que cuando se llega a un nuevo país se tiene que planificar muy bien económicamente, y hacer los trabajos que se pueda, aunque no siempre sean dignificados ni reconocidos:

“Comenzar de nuevo, encontrarte con que los permisos de trabajo tardan un tiempo, tardan aproximadamente seis meses. Y resulta que hasta que no tienes una documentación, no puedes trabajar. Entonces es un periodo de seis meses en los que te tienes que mantener con los ahorros, con lo que trajiste. Nosotros trajimos, pero si no ingresa nada, el dinero se va muy rápido. Entonces hay que planificarse.” (E3 28:59).

Los testimonios han reconocido situaciones valiosas y las aportaciones que otros han hecho en sus vidas, por ejemplo, cuando una de las entrevistadas pone en valor la manera de vivir que le enseñó su abuela y que, a pesar de que entonces no se dio cuenta, hoy se siente agradecida por ello:

“Mi abuela me enseñó una manera de vivir impresionante, muy tranquila... En aquel momento no me di cuenta. (...) A modo de religión, me enseñó el helenismo, que son los mitos griegos antiguos. Y esa religión básicamente no existía, pero me la enseñó para encontrarme la fe, supongo. ¿Sabes? Y situarme de alguna manera que no sea institucionalizada ni ilegal.” (E2 7:55).

A pesar de todo, entre las personas con experiencias vitales adversas se aprecia una gran sensibilidad y agradecimiento hacia las personas que encuentran por el camino, hacia la vida o hacia Dios. De hecho, apreciamos en estos testimonios la influencia de las vivencias espirituales y/o religiosas como una fuente de resiliencia, especialmente frente a la toma de decisiones:

“Me paro todos los días en la ventana, y todos los días doy gracias por ver ese cielo azul, por ver ese amanecer.” (E3 56:58).

“Cada vez que me pasan cosas buenas, siempre agradezco a Dios. Y cuando son malas, no digo nada, o sea, por algo me está pasando esto, tengo que vivirlo, tengo que aprender de esto que me está pasando. Así vivo la experiencia, la espiritualidad.” (E3 50:45).

“A ti te puede pasar una situación, y tú decides si aprendes de ella o si te molestan. Yo pocas veces me pongo brava, hay cosas que sí me molestan. Pero muchas veces, es como tomas las cosas (...), hay cosas que tú decides cómo actuar. Por ejemplo, la salud, yo decido tener buenos hábitos alimentarios, hacer deporte. Si que le pido a Dios [ríe] dame la fuerza para hacer todos los días ejercicio, pero eso es una decisión muy personal, no tiene que ver con Dios, tiene que ver con las decisiones que tomas. Cosas sencillas son las que tienen que ver con Dios como ver un amanecer, o comer con mi familia.” (E3 01:05:12).

En muchas ocasiones, vivir situaciones difíciles conlleva una gran capacidad de reflexión y de interiorización sobre la propia vida, que permite identificar los elementos positivos y negativos de su experiencia:

“Cuando me fui, cogía el taxi para llegar a la estación de tren. Y mi madre gritando desde el balcón: “ya verás como volverás llorando y sin nada, que aquí estás bien y allí estarás entre extraños que no te ayudarán y que intentarán hundirte”. Y claro, con veinticuatro años, recibir esto de mi madre, ya era muy malo, muy feo, muy tóxico. Y me di cuenta hace muy poco, que de hecho era su manera de decir: ‘tengo miedo de que te vayas’ ” (E2 26:22).

#### 4.5. *La toma de decisiones*

La capacidad de autodeterminarse, de orientar las propias acciones, incluso en las circunstancias más adversas, es una de las condiciones fundamentales del ser humano.

Por ejemplo, esto lo hemos visto reflejado en uno de los entrevistados, en concreto, cuando refiere que siempre trata de hacer las cosas bien, haga lo que haga, porque al actuar de buena fe siempre le va bien. Otro testimonio relaciona este hecho con el buen trato con las personas que se encuentra en el camino y forman parte de su entorno:

“Siempre hay que hacer las cosas bien, todo lo que hagas. Creo que cuando actúas de buena fe, siempre te va bien.” (E3 46:55).

“Trato de ser una buena persona, ayudar a las personas, ponerme en el lugar de los demás y actuar en consecuencia. Soy una persona muy práctica, perdonadora a la gente y muy crítica también.” (E5 p. 2).

La identidad espiritual se ve como un elemento clave para tomar decisiones y priorizar, aunque puede entrar en crisis al experimentar determinadas alteraciones vitales:

“Por lo menos, en esos primeros tres meses que tú llegas, es difícil porque estás pensando en tanto, que llega un momento en el que se te olvida hasta Dios.” (E3 42:43).

## **5. Discusión**

### *5.1. La identidad*

En nuestra investigación hemos visto que la propia identidad entra en crisis cuando se produce una situación de debilidad que afecta notablemente a las personas. Un proceso migratorio puede generar rupturas en este pilar fundamental de todo ser humano. Los profesionales que acompañan a personas inmigrantes deben poner su atención sobre las posibles debilidades relacionadas con la identidad, reconociendo las diferencias y actuando sin juzgar. Según George y Ellison (2015) es importante reconocer las fortalezas y capacidades de las personas atendidas, los valores y las opciones de los migrantes, y asegurarse de que no se ignoren o bien se excluyan si no coinciden con cierta concepción de normalidad en la sociedad receptora.

### *5.2. El arraigo y el desarraigo*

No se puede ignorar la importancia que tienen los lugares significativos, sobre todo para las personas que han vivido una deslocalización. El choque con la realidad que experimentan las personas migradas puede generar problemas de ansiedad, así como

otros desequilibrios mentales. Estar arraigado es una de las necesidades más importantes y menos reconocidas en la práctica socioeducativa (Crisp, 2010). Los lugares significativos pueden llegar a tener la connotación de “lugar sagrado” para algunas personas, no en un sentido religioso sino por la importancia que pueden tener en la configuración de la identidad. En este caso, el lugar es un elemento de consuelo y tiene una significación espiritual relevante. Sin embargo, hay que tener en cuenta la mirada opuesta, ya que el lugar también puede llegar a ser un elemento opresivo y generador de marginalidad. Por todo lo expuesto, consideramos que se deben tener en cuenta los lugares significativos por la importancia que poseen en la construcción de la intimidad de las personas atendidas, y ello resulta coherente con un trabajo que pretende acompañar a las personas de forma holística.

### *5.3. Valorar la realidad*

La capacidad de reflexión de las personas que han pasado por circunstancias de extrema dificultad acostumbra a ser muy notable. Los profesionales que acompañan a personas inmigrantes deben reconocer las necesidades específicas y distintas que éstas manifiestan, y mostrar respeto por las diversas experiencias culturales, sociales, raciales o étnicas, de género, sexuales y políticas que aparecen bajo la etiqueta de persona inmigrante (George y Ellison, 2015). Valorando estos factores, la acción profesional debe tener un enfoque relacionado con los siguientes elementos conceptuales: la reflexión de lo vivido, el orden de la escala de valores, la priorización de situaciones importantes, la aceptación de uno mismo y el aprender a valorarse.

### *5.4. La toma de decisiones*

En efecto, hemos partido de una idea de espiritualidad vinculada a la búsqueda del sentido vital y, por tanto, relacionada con la orientación de la propia vida hacia un horizonte de plenitud. Por ello, y de acuerdo con Cosby (2020), hemos constatado que es importante acoger la historia del otro con una mirada abierta a sus experiencias, a sus anhelos de sentido, a sus decisiones y a sus marcos culturales. Cada experiencia de migración es única y la misma narración que uno hace puede ayudar a deconstruir determinadas imágenes que él mismo ha creado. Por esto, el acompañamiento a personas inmigrantes contiene el discurso narrativo como una de sus bases.

### *5.5. La trascendencia*

Cuando se enlazan aspectos de vivencias humanas tan diversos como la inmigración y la espiritualidad observamos que la percepción de esta última dimensión no solo ayuda a centrar la vida personal del inmigrante, sino también la comunitaria. La religión es lo que ha estructurado la vida de algunas personas y en una situación de migración puede ser que solo en la religión puedan encontrar el vínculo con su identidad, o bien con el sentido de su vida (Cosby, 2020). Por todo ello poder encontrarse con personas creyentes de su misma religión y realizar acciones como ir juntos a las celebraciones y celebrar las festividades en comunidad pueden constituirse en elementos clave para soportar las incertidumbres de la nueva vida (Benavent-Vallès, 2013).

En los resultados obtenidos en esta investigación hemos podido observar que el fenómeno migratorio no se concibe únicamente como un viaje físico, pues también supone un viaje interior con un alto significado simbólico. Para algunas personas el viaje en sí mismo es tan importante como los puntos de partida y llegada. Por esto, coincidimos con Palma (2017) al considerar el poder antropológico, cultural, psicológico y espiritual de la ruta migratoria, pues ésta se convierte en una cuestión existencial. Del mismo modo, se puede establecer un paralelismo con las grandes experiencias de camino espiritual de las tradiciones religiosas, que narran una experiencia fundamental de encuentro con lo sagrado, ya que tiene una simbología de aprendizaje y sabiduría.

Uno de los hallazgos de esta investigación ha sido constatar cómo la experiencia migratoria transforma la vivencia de la espiritualidad. Al llegar a un nuevo país, el hecho de formar parte de una comunidad religiosa puede ofrecer un sentido de pertenencia y constituir en sí misma una red social inicial de apoyo, facilitando la integración social de las personas migrantes especialmente en las primeras etapas del proceso migratorio. Sin embargo, tal y como señala Levitt (2007), la religión trasciende los límites de los templos o espacios institucionales en las experiencias migratorias.

Los testimonios analizados corresponden a personas que llevan un tiempo considerable viviendo en España, y en ellos se puede observar el modo en que el papel institucional de la religión tiende a diluirse dando lugar a una vivencia espiritual más abierta y personalizada. Esta transformación, aunque enriquecedora, también puede generar reflexiones profundas sobre la identidad personal (Crisp, 2010), influyendo en las comunidades religiosas de origen (Levitt, 2007). Algunos reportaban que su concepción de la espiritualidad y/o la religión cambió tras su llegada a España. Durante los primeros momentos el instinto de supervivencia, las preocupaciones inmediatas y la

incertidumbre ocupaban el centro de su atención, relegando los aspectos más introspectivos y espirituales a un segundo plano.

Este cúmulo de dificultades en el camino junto con el proceso de adaptación, así como el constante foco en el presente y en la supervivencia suponen una intranquilidad constante en la vida del inmigrante. Como afirma Achotegui (2006) emigrar se convierte en un proceso que comporta unos elevados niveles de estrés que pueden producir que las personas que emigran se conviertan en candidatas a padecer el Síndrome de Ulises, ya que abandonar el país de origen supone un desgarró emocional, un cúmulo de problemas, pues al emigrar se porta una mochila de emociones que puede conllevar el padecimiento de problemas psicológicos.

## **6. Conclusiones**

En los resultados de la presente investigación se destaca que hay una gran diversidad de factores que intervienen en el proceso migratorio. Una mirada centrada en la espiritualidad puede ayudar al profesional a integrar la diversidad de las necesidades, identidades y singularidades de las personas inmigrantes.

En primer lugar, nos preguntábamos sobre el papel de la dimensión espiritual de la persona a lo largo de su proceso migratorio. Podemos concluir que esta dimensión humana forma parte de todas las personas, sean o no religiosas, pero hay distintas maneras de vivirla. Aunque todas las personas tienen inquietudes espirituales, no todas les prestan la misma atención o las reconocen como espiritualidad.

Así pues, el papel de la dimensión espiritual a lo largo del proceso migratorio depende de la atención que presta la persona a sus inquietudes espirituales. Las personas entrevistadas han revelado que el hecho de prestar atención a sus inquietudes espirituales sirvió para estructurar el centro de sus vidas y para definir las relaciones que establecían con las personas de su entorno. En definitiva, para muchas personas tener inquietudes espirituales comporta encontrar el sentido a la vida, aunque no se exprese explícitamente de este modo. La vivencia de la religión no solo ha ayudado a centrar la vida personal, también la vida comunitaria en tanto que seguir rituales o celebrar festividades de forma conjunta con la comunidad, constituyen actividades que ocupan un tiempo y un espacio muy concreto, algo muy relevante para una persona que vive en una sociedad culturalmente diferente a la de origen.

Sin embargo, la vivencia espiritual a lo largo del proceso migratorio se ha mostrado variable y adaptativa, debido a los elevados e intensos niveles de estrés padecidos por las personas migrantes al llegar al nuevo país. En nuestra investigación nos han mostrado que, a lo largo del proceso migratorio, los migrantes tuvieron que centrar sus pensamientos en la supervivencia, y por tanto, la dimensión espiritual pasó a un segundo plano. No obstante, la mayoría de las personas con inquietudes espirituales entrevistadas han confirmado que, una vez conseguida una mínima estabilidad, retomaron la atención hacia esta dimensión. De hecho, han mostrado que esa reconexión es un elemento que les ayuda a ser mejores personas, les reconforta y les ayuda en su vida de forma positiva.

En segundo lugar, queríamos valorar el impacto que este plano espiritual tiene sobre la persona que emigra, es decir, el hecho de tener una espiritualidad trabajada y potenciada. En este sentido hemos constatado un impacto muy positivo en la vida de las personas estudiadas, por tanto, prestar atención a esta dimensión humana favorece las vivencias positivas de la persona migrante, ya que aporta un propósito cultural y espiritual a su vida. Dichos propósitos están relacionados con la búsqueda de un sentido trascendental de la vida que se articula como fuerza primaria.

La espiritualidad está directamente relacionada con la manera en la cual los individuos se relacionan consigo mismos y con su entorno. Al fin y al cabo, los humanos somos seres sociales que tenemos la necesidad de la comunidad, es decir, de relación con los demás, así como de sentir que formamos parte de un grupo. Por lo tanto, estos elementos conforman una mirada introspectiva que ayuda a ser mejores personas y a ofrecer lo mejor de nosotros mismos en nuestras relaciones interpersonales.

Los factores estudiados han oscilado desde la esperanza, la proyección, la confianza y la perseverancia hacia una la dimensión espiritual concreta. Todos ellos son elementos clave para la vida de una persona migrante que puede sentir que está empezando de cero. De esta manera, hemos observado en nuestra investigación que la espiritualidad no hace más fácil el proceso migratorio, en cambio, proporciona herramientas para poder afrontar las dificultades que se encuentran en el camino.

Finalmente, queríamos valorar la importancia real que encierra que los profesionales de la acción social tengan en cuenta esta dimensión ante las personas con las que intervienen. Sobre este aspecto hemos comprobado que los principios orientadores de la acción socioeducativa están enfocados a la aproximación directa hacia las personas con las que se trabaja, favoreciendo en ellas los procesos transformadores que permitan un positivo crecimiento personal y una integración crítica en la comunidad. Como

profesionales es necesario tener en cuenta la totalidad de las dimensiones que influyen en la vida de las personas migrantes, desde los aspectos más básicos y fisiológicos hasta aquellos más profundos y abstractos.

La buena praxis del profesional social está estrictamente relacionada por el tipo de vínculo que se crea entre él y su usuario. Cuanto más profundo sea el vínculo entre ambos más aspectos de la vida de la persona se pueden trabajar, transformar y acompañar. Por todo ello, insistimos en la necesidad de tener en cuenta los aspectos que son relevantes para las personas con las que trabajamos, con el objetivo de favorecer el crecimiento personal y la mejor integración crítica en la comunidad receptora.

## 7. Referencias

- Achotegui, J. (2006). Estrés límite y salud mental: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Migraciones*, 19, 59–85. <https://revistas.comillas.edu/index.php/revistamigraciones/article/view/3083/2847>
- Benavent Vallès, E., Puig-Pey, M., Díaz, R., y Valcells, O. (2021). Dirección Vital. Propuesta de análisis para la detección de capacidades espirituales en la intervención social. *Trabajo Social Global-Global Social Work*, 11, 56–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.30827/tsg-gsw.v11.15735>
- Benavent Vallès, E. (2013). *Espiritualidad y educación social* UOC.
- Callahan, A. M., y Benner, K. (2018). Building spiritual sensitivity through an online spirituality course. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work*, 37(2), 182–201. <https://doi.org/10.1080/15426432.2018.1445574>
- Canda, E. R., y Furman, L. D. (2010). *Spiritual diversity in social work practice*. Oxford University Press.
- Cosby, R. (2020). Older African American adults: understanding the role of the Black Church's support in the community. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work*, 39(4), 353–371. <https://doi.org/10.1080/15426432.2020.1780183>
- Crisp, B. (2010). *Spirituality and Social Work*. Ashgate Pub.

- Crisp, B. R. (2020). Charting the Development of Spirituality in Social Work in the Second Decade of the 21st Century: A Critical Commentary. *The British Journal of Social Work*, 50(3), 961–978. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcaa015>
- Furness, S., y Gilligan, P. (2010). *Religion, belief and Social work*. The policy press.
- George, M., y Ellison, V. (2015). Incorporating spirituality into social work practice with migrants. *British Journal of Social Work*, 45, 1717–1733. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcu035>
- Gilligan, P., y Furness, S. (2006). The role of Religion and Spirituality in social work practice. *British Journal of Social Work*, 36(4), 617–637. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bch252>
- Guba, E., y Lincoln, Y. S. (1989). *Fourth generation evaluation*. SAGE Publications.
- Hodge, D. R. (2017). The evolution of spirituality and religion in international social work discourse: Strengths and limitations of the contemporary understanding. *Journal of Religion and Spirituality in Social Work: Social Work Thought*. <https://doi.org/10.1080/15426432.2017.1350125>
- Lacomba, J. (1996). Identidad y religión en la inmigración. A propósito de las estrategias de inserción de los musulmanes senegaleses. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, 4, 59–76.
- Levitt, P. (2007). Rezar por encima de las fronteras: cómo los inmigrantes están cambiando el panorama religioso. *Migración y Desarrollo*, 8, 66-88. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=66000804>
- Mathews, I. (2009). *Social work and spirituality*. Learning Matters.
- Nilsson, H. (2018). Existential social work and the quest for existential meaning and wellbeing: A conceptual framework. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work*, 37(1), 6476. <https://doi.org/10.1080/15426432.2017.1382428>
- Oxhandler, H. K. (2017). Social Work Field Instructors' Integration of Religion and Spirituality in Clinical Practice. *Journal of Social Work Education*, 53(3), 449–465. <https://doi.org/10.1080/10437797.2016.1269706>
- Palma, J. M. (2017). *Espiritualidad en las fronteras*. Punto Rojo Libros.

Roigé, X., Estrada, F., y Beltran, O. (1999). *Tècniques d'investigació en antropologia social*. Edicions Universitat de Barcelona.

Senreich, E. (2013). An inclusive definition of spirituality for Social Work education and practice. *Journal of Social Work Education*, 49, 548–563.

<https://doi.org/10.1080/10437797.2013.812460>

Sheridan, M. (2009). Ethical issues in the use of spirituality-based interventions in social work practice: what we are doing and why. *Journal of Religion and Spirituality in Social Work: Social Work Thought*, 28(1–2), 99–126.

<https://doi.org/10.1080/152630802643687>

Torralla, F. (2010). *Inteligencia espiritual*. Plataforma Editorial.

Vanistendael, S. (2003). *Resiliencia y espiritualidad: El realismo de la fe*. Oficina Internacional Católica de la Infancia. Bice.