

## UNA SONATA EN LA ORILLA DE CÁDIZ

### A sonata on the shore of Cadiz

Autor: Francisco Navas Montalvo

Maestro y Máster Interuniversitario en Cultura de Paz, Universidad de Cádiz, España

E-mail: [franavasmontalvo@gmail.com](mailto:franavasmontalvo@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-9675-0847>

Recibido: 26/10/23 Revisado: 30/10/23 Aceptado: 03/11/23 Publicado: 30/11/23

#### Resumen:

Este artículo se revela como una perspectiva autonarrativa, un viaje al corazón de la vida en Cádiz. El autor, invita un viaje. Desde las playas azules hasta las calles empedradas, la esencia de Cádiz se revela como un caleidoscopio infinito, donde cada mirada es fuente de asombro. Como un folleto de recuerdos, cada rincón de esta ciudad milenaria se revela al autor, que a su vez los comparte con nosotros. Cádiz, como una musa esquiva, es como un lienzo en constante reinvención, una sinfonía de colores y formas en perpetua metamorfosis. La brisa que acaricia su fachada marítima revela cada día un rostro diferente, mientras las olas del mar modelan y remodelan sus playas de arena dorada, borrando las huellas del tiempo. A lo largo de los siglos, la arquitectura nos ofrece un fresco evolutivo, testigo mudo de las civilizaciones que han dejado su huella. Y a medida que el lector sigue los pasos del autor, descubre la magia de una ciudad viva, siempre en transición, una aventura que se extiende como las olas del mar.

**Palabras clave:** Cádiz, autonarrativa, cultura y experiencias.

#### Abstract:

This article reveals itself as a self-narrative perspective, a journey into the heart of life in Cádiz. The author invites a journey. From the blue beaches to the cobbled streets, the essence of Cádiz is revealed as an infinite kaleidoscope, where every glance is a source of wonder. Like a booklet of memories, every corner of this millenary city is revealed to the author, who in turn shares them with us. Cadiz, like an elusive muse, is like a canvas in constant reinvention, a symphony of colors and shapes in perpetual metamorphosis. The breeze that caresses its maritime façade reveals a different face every day, while the waves of the sea shape and reshape its golden sandy beaches, erasing the traces of time. Over the centuries, architecture offers us an evolving fresco, a mute witness to the civilisations that have left their mark. And as the reader follows in the author's footsteps, he discovers the magic of a living city, always in transition, an adventure that spreads out like the waves of the sea.

**Keywords:** Cádiz, self-narrative, culture and experiences.

### **Cómo citar:**

Navas, F. (2023). Una sonata en la orilla de Cádiz. *Gaditana-logía. Estudios sobre Cádiz*, 3 (5), 17-25. <http://doi.org/10.25267/Gadit.2023.v3.i5.04>

## **1. LA AUTONARRATIVA**

Fundamentación teórica del tema a tratar, presentando aportaciones de autores y autoras actuales y de interés para la temática.

En el reino de la introspección y el autodescubrimiento, se despliega un tapiz de palabras tejido con los delicados hilos de las experiencias personales y las reflexiones introspectivas. Este es el arte de la escritura autonarrativa, una metodología poética que invita a los individuos a embarcarse en un profundo viaje de autoexpresión y autorrevelación. Para Kennedy-Lewis (2012) la autonarrativa es un método autorreflexivo que explora cómo la identidad de un investigador se entrelaza en su proceso de investigación, especialmente en la investigación-acción. Formenti (2009) afirma que “La perspectiva autonarrativa crea múltiples niveles de narración” (p.273) y para Bettaglio (2021) “por autonarrativa queremos decir que se trata de la práctica de contar historias acerca de nosotros mismos (p.57). Para mí, la autonarrativa consiste en que el investigador comparta sus experiencias vividas en una narración en primera persona.

Aunque esta metodología trasciende la mera narración; es una exploración de la topografía del alma. Al final, la metodología de la autonarrativa es una odisea del yo, una peregrinación poética a través del paisaje de la historia personal y un testimonio del poder de las palabras para dar voz al intrincado tapiz de la propia existencia. Igualmente, la autonarrativa tiene:

...que ver con la capacidad de las historias para provocar, en quien las cuenta y en quien las escucha, un abanico de posibilidades y de posicionamientos cognitivo-emotivos que van de la compasión a la comprensión, del reconocimiento a la aceptación, de la reflexión a la meta-cognición, de la explicación a la transformación... Son pasos que contribuyen a la co-construcción de sentido y de significado necesarios no sólo para la convivencia humana en general, sino indispensables para cualquier proyecto de cura, de apoyo, de reeducación. (Formenti, 2009, p. 279).

Y como no podía ser de otra establece una forma muy sutil de establecer vínculos con la sensibilidad y con el deseo de compartirla.

Con la gracia del amanecer y el tintero de la memoria, comienzo mi historia. Esto es una exploración de uno mismo, un tapiz de experiencias y un viaje poético a través del alma humana atravesando Cádiz.

## 2. ACUNADO POR EL ATLÁNTICO

Así comenzó mi odisea, una conexión duradera con esta encantadora ciudad de Cádiz. Desde el momento en que respiré por primera vez en los pasillos sagrados del Hospital Universitario Puerta del Mar, he permanecido atado a mi ciudad natal, sin



aventurarme nunca demasiado lejos de la cuna de mis orígenes. Para Quiroga et al. “La unidad de la identidad implica la afirmación de sí mismo, el reconocimiento de sí como ser único y diferente, respondiendo a la pregunta ¿quién soy?” (2021, p. 4). Para mí, descubrir “quién soy” está siendo una pregunta larga de responder, aunque hace relativamente poco que empecé a saborear de verdad las exquisitas maravillas entretejidas en esta antigua ciudad, me encuentro en la incipiente fase de comprender mi papel dentro de este intrincado mundo, discerniendo las sutilezas de mis inclinaciones y disposiciones.

El año pasado, mientras hacía mis estudios de máster en Cultura de Paz, Conflictos, Educación y Derechos Humanos, descubrí con renovada claridad el encanto del esplendor costero de Cádiz. Mientras me mezclaba con estudiantes extranjeros, que habían viajado desde tierras lejanas para participar en el encanto de Cádiz, el propio mar nos atraía con una llamada irresistible, encantándonos con su proximidad y la maravilla de su presencia.

Fue entonces, en medio de mis ocupaciones académicas, cuando me encontré desenrollando los hilos del tiempo, volviendo sobre mis pasos hasta las costas que durante tanto tiempo había dado por sentadas. Mientras las arenas de la costa gaditana se extendían ante mí, me convertí en un guía involuntario para estos nuevos compañeros, guiándoles en mis horas de ocio para explorar la belleza prístina que a menudo había pasado por alto. Fue entonces cuando, como si se descorriera un velo, llegué a comprender la profunda maravilla que había estado esperando silenciosamente a mi puerta.

En esta revelación, descubrí la profunda verdad que a menudo se nos escapa hasta que nos separamos de ella. Nos damos cuenta de que rara vez comprendemos la magnitud de lo que poseemos hasta que se nos escapa de las manos, dejándonos con una conmovedora sensación de pérdida. En el caso del mar, llegué a comprender que las maravillas del hogar habían estado ocultas bajo el barniz de la familiaridad, y fue la presencia de nuevos ojos y la compañía de extraños lo que arrojó una nueva luz sobre las maravillas que siempre había apreciado. Leyendo a Irazusta y Martínez (2014, p.15) consigo la inspiración para recordar que los tesoros más extraordinarios suelen estar



escondidos en lo ordinario, esperando la alquimia de la percepción para ser desvelados y apreciados. Así, mi viaje por la vida y mi autodescubrimiento se entrelazaron inextricablemente con el redescubrimiento de mi querida Cádiz.

### 3. SUSURROS MARÍTIMOS

El mar, ese eterno compañero de mis días, ha estado entrelazado con el tapiz de mi existencia desde los albores mismos de mi vida. En el tierno abrazo de la infancia, mi madre, con su suave mano, me introdujo en las aguas ilimitadas, una iniciación a la profunda afinidad entre un alma y el mar. A la tierna edad de tres años, yo, un viajero novato, me embarqué en mis primeras lecciones en el arte de la natación, y así comenzó un parentesco duradero con el océano.



Desde entonces, cada vez que mis viajes me acercan al mar, una llamada indomable resuena en mi corazón. Las sirenas siempre han sonado como un reclamo en los cuentos de fantasía, Pellicer (1998) dice que “la mención a las sirenas es simplemente un referente a la armonía de una música o canto producido por el hombre” (p.128). Para mi es una llamada que resuena con una urgencia imperiosa, obligándome a dejar a un lado todas las preocupaciones terrenales y a escuchar el canto de sirena de las olas, a sumergirme en su abrazo, a rendirme a su encanto intemporal.

El sonido del mar, esa sinfonía de olas, es una paradoja armoniosa, una orquesta de calma y caos, un ballet incesante de fluidez y tumulto. Cada ola, un estribillo único, resuena con su propio ritmo, una canción que lleva la esencia del momento. Porque, a medida que las orillas bañadas por el sol ceden ante el precipicio de los miradores de la costa, la voz del mar altera su cadencia, murmurando un verso diferente a los ansiosos oídos del oyente.

Así, no hay dos sonidos idénticos, ni dos emociones encendidas por la música del mar que sean iguales. El mar, musa en constante transformación, revela a cada viajero una faceta distinta de su carácter. Para el marinero que navega por la obsidiana mortaja de una noche sin luna, puede ser una sonata tempestuosa, una serenata temible y formidable, un testamento del poder y lo caprichoso de la naturaleza. Sin embargo, para el navegante que encuentra su barco acunado por las suaves ondulaciones de un día tranquilo, el canto del mar se convierte en una canción de cuna de serenidad, una garantía de que, en medio de la grandeza de sus extensiones, existe un reino de tranquila armonía.



El mar, un reino de melodías siempre cambiantes, se convierte en parte integrante del alma del viajero, un compañero eterno cuyas innumerables voces tejen una sinfonía profunda y evocadora. Cada encuentro con el mar, ya sea en la orilla, desde el precipicio

o a bordo de un barco, es un nuevo verso de una oda atemporal, un testimonio del infinito arte del mundo natural.

### 3.1. Para los gaditanos

Para muchos, la playa es un paraíso inalcanzable, un reino perpetuamente relegado a las efímeras vacaciones de verano. Sin embargo, estas limitaciones no afectan a los afortunados gaditanos. En el abrazo de esta ciudad andaluza, la playa está tan cerca que, a veces, parece como si la propia tierra conspirara para llevarnos a sus arenosas orillas, como si el propio mar llamara, susurrara su canto de sirena y el alma se sintiera atraída inexorablemente hacia su extensión turquesa. Y no es algo que yo comente por ser gaditano, Marchena (1996) parafrasea lo siguiente “no acierto a explicarme la tan decantada decadencia de Cádiz. Esto es un paraíso.” (p.160) aunque el texto original es de un extracto de la serie de artículos titulados: «Cádiz feliz, impresiones de un forastero», publicados en *El Liberal Reformista*, en marzo de 1889. Lo que nos da una idea, del tiempo que lleva corriendo el rumor de lo preciosa que es la ciudad de Cádiz y lo bonitas que son sus gentes.

La playa puede parecer un punto de encuentro esporádico, para algunas personas, un lugar de citas fortuitas, un escenario para escapadas fugaces, pero para una cohorte significativa se convierte nada menos que en un santuario sagrado, una morada sagrada, una encarnación de la propia existencia. En los radiantes días de verano, cuando el sol asciende a su cenit, estas familias, estos guardianes de la orilla, asumen un papel de



suma importancia. En esencia, actúan como los guardianes temporales, los custodios de la playa que se extiende a lo largo del litoral gaditano. Con una devoción ritual, estas familias se convierten en los ardientes abridores y solemnes cerradores de este paraíso costero. Cuando las primeras luces del alba bañan las arenas con un tierno resplandor, se disponen a desentrañar el enigmático encanto de la playa. Desencadenan las verjas, despliegan las sombrillas y colocan las hamacas en hileras ordenadas, creando un atractivo cuadro para los ansiosos visitantes del día. Y cuando el crepúsculo tiende su suave velo, estas mismas familias, con reverencia y gratitud, recogen sus pertenencias y envuelven con ternura la playa en su sueño nocturno.

No se puede negar el encanto de contemplar una puesta de sol desde lo alto de una montaña, donde el mundo se desvanece poco a poco en un tapiz de colores y sueños. Sin embargo, lo que un gaditano te dirá es que hay una verdad inquebrantable que hechiza a todos los que se sienten atraídos por la costa, una verdad que se graba indeleblemente en el alma. Porque, en ese reino sagrado donde la tierra se encuentra con el mar eterno, donde el cielo y el agua comulgan en una danza armoniosa, no hay lugar más apropiado, más etéreo, para observar la despedida diaria del sol.

¿Qué santuario podría rivalizar con el majestuoso y eterno mar en la búsqueda de la paz y la tranquilidad interiores? ¿Qué altar de serenidad puede eclipsar las ilimitadas y ondulantes aguas que se extienden hasta el infinito, susurrando secretos de eones pasados y albergando sueños aún por descubrir? Es la sinfonía de las olas, la danza de las mareas y el horizonte infinito lo que invita al alma a encontrar consuelo, un consuelo que reside en el rítmico arrullo del mar. Así, es en el abrazo perenne del océano donde estas familias, estos guardianes de la playa, orquestan la apertura y el cierre de sus corazones, porque aquí, junto a la orilla de Cádiz, encuentran un santuario donde convergen la paz y la eternidad.

### **3.2. Para mí**

Para mí, la playa se ha convertido en mucho más que un destino; se ha transformado en un reino al que viajo en busca de tranquilidad y solaz. Es el refugio que frecuento cuando las implacables olas de la vida se vuelven abrumadoras y me llaman a sus orillas para liberarme de mis cargas y encontrar un respiro. Sin embargo, la playa, en su majestuosa versatilidad, sirve no sólo como santuario de reposo, sino como lienzo de las ocasiones de la vida, escenario de la poesía de la propia existencia.



No importa la agitación que pueda sentir en mi interior, incluso durante las horas más oscuras, cuando un amigo me hace la invitación de presenciar la puesta de sol en la playa, se produce una notable transformación, es como si la propia llamada llevará el bálsamo calmante de la sabiduría ancestral, llegando a lo más profundo de mi ser para calmar la tempestad de mis penas. La mera perspectiva de estar allí, contemplando el horizonte mientras el sol descende, insufla vida a los fragmentos de mi espíritu, uniéndolos con la promesa de un nuevo día. Y en ese momento, me veo incapaz de negarlo, ya que el encanto de esas impresionantes vistas es una fuerza irresistible que me acerca a la profunda belleza de la vida.

En el abrazo de la playa, descubro la tranquilidad y el espectáculo de una puesta de sol junto a la playa, encuentro la promesa de renovación, un testimonio tácito del ciclo eterno del día y la noche. La playa, con sus arenas besadas por las mareas y sus cielos pintados con los tonos del crepúsculo, se convierte en el tapiz sobre el que se tejen las historias de nuestras vidas, cada capítulo lleno de la magia de estos momentos compartidos.

## **4. UNA OBRA DE ARTE VIVA**

Aunque me inclino a hablar del mar y las playas, Cádiz trasciende esos estrechos límites. Es una ciudad de múltiples facetas, un tesoro de riqueza cultural que seduce los sentidos y cautiva el alma. Sus habitantes, caracterizados por su espíritu efervescente y su carácter hospitalario, han demostrado en mis andanzas ser de las personas más amables y cordiales que he tenido el placer de conocer.

El calendario gaditano se ve salpicado por una profusión de fiestas, cada una más vibrante y animada que la anterior, que atraen a peregrinos de todos los rincones del planeta. Marchena (1996) considera “la fiesta del Carnaval gaditano como un resorte más de ingresos, en la onda de las grandes celebraciones folklóricas del país” y la equipara con el Corpus granadino, el Pilar de Zaragoza o la Feria sevillana, aunque exalta “los valores intrínsecos del gaditano que hace la ciudad más hospitalaria” (p.161). Este tapiz de celebraciones culturales adorna las calles de la ciudad con un manto de inclusividad y multiculturalidad, testimonio de sus brazos abiertos y su abrazo acogedor. De hecho, entre las laberínticas callejuelas del casco antiguo, un viaje salpicado de historia y maravillas, un encantador laberinto de caminos empedrados, se puede recorrer sin sombra de inquietud. Las magníficas torres vigías de la ciudad y la resplandeciente catedral, centinelas y faros de la grandeza gaditana, sirven de guía en este laberinto evocador.



Es una verdad indiscutible que Cádiz no presume de una profusión de monumentos ostentosos, pero ahí radica la esencia misma de su belleza. Porque Cádiz es en sí misma un monumento, un mosaico opulento donde cada calle empedrada, cada patio recoleto, cada terraza bañada por el sol y cada nicho verde, en sinfonía con sus ingeniosos adornos, elaboran un exquisito tapiz de encanto urbano. Es en la totalidad de Cádiz donde se despliega su verdadero arte. La ciudad, una obra maestra que respira y vive, es una obra de arte compuesta por su propia existencia, un lienzo abierto que invita al caminante a explorar, a perderse en su elegante gracia y a experimentar una especie de poesía viva que trasciende los límites de la mera arquitectura.

Cádiz no es un monumento singular, sino una vasta composición de encantos, una ciudad donde las calles resuenan con el latido colectivo de sus ciudadanos, donde los ritmos de la vida y el arte de vivir se entrecruzan en una danza sin fisuras. Cádiz, la suma de sus partes, es la encarnación de una gran obra maestra, una sinfonía de la existencia tejida en el propio tejido de su paisaje urbano, un testimonio del espíritu indomable de una ciudad que se ha convertido, en sí misma, en una obra de arte viviente.



## **5. CADENCIA ETERNA**

Para terminar, rescato esta línea de Ortega (2010), donde dice que el “epílogo es por definición el fin de un drama, la conclusión de una narración.” (p.228). En las líneas finales de esta narración, al reflexionar sobre la profunda conexión con Cádiz, la playa, el mar, la brisa y las olas, desvelamos un vínculo eterno, una fusión de lo terrenal y lo etéreo que trasciende los confines del tiempo y el espacio. Es una historia que susurra a

orillas intemporales, a aguas esmeralda que acunan el alma y a céfiros que tejen su suave abrazo a través del tapiz de nuestra existencia.

Cádiz, una ciudad que no se define sólo por sus límites físicos, sino por el espíritu que anima sus calles, se ha grabado de forma indeleble en los corazones de quienes han deambulado por sus confines. El mar, con su extensión ilimitada y su cadencia rítmica, se ha convertido en el confidente silencioso de nuestros sueños, en un espejo de nuestros deseos más íntimos y en un santuario para la introspección y el consuelo. La playa, donde nos refugiamos de las tempestades de la vida, se ha convertido en un puente entre lo finito y lo infinito, un lienzo siempre cambiante sobre el que inscribimos los capítulos de nuestra existencia.

La brisa, suave musa, nos ha susurrado los secretos del mundo, llevando consigo los aromas de tierras lejanas y la promesa de nuevos horizontes. Y las olas, eternas en su danza, nos han serenado con la sinfonía de la creación, con sus armoniosas melodías resonando en las cámaras más profundas de nuestro ser.



En esta conexión eterna con Cádiz, la playa, el mar, la brisa y las olas, hemos descubierto un amor profundo y duradero con la vida misma. Es una oda a la cadencia imperecedera del océano, un ritmo que refleja el latido de nuestros corazones, una melodía que resuena en nuestras almas. Porque, en el abrazo de las encantadoras costas gaditanas, encontramos no sólo un destino, sino un viaje del espíritu, una odisea del corazón y una historia de amor con el mundo. Es un testimonio del vínculo perdurable entre la humanidad y el mundo natural, un vínculo que trasciende lo efímero y resuena a través de la eternidad.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bettaglio, M. (2021). Innovación social a través de la narrativa gráfica: periodismo gráfico, autonarración y testimonios para el cambio social. *Revista Iberoamericana de Economía Solidaria e Innovación Socioecológica*, 4(1). <https://doi.org/10.33776/riesise.v4i1.5302>.
- Formenti, L. (2009). Una metodología autonarrativa para el trabajo social y educativo. *Cuestiones Pedagógicas*, 19, 267-284. <https://institucional.us.es/revistas/cuestiones/19/15Formenti.pdf>
- Irazutza, I., & Martínez, M. (2014). Presentación. De la identidad a la vulnerabilidad. La cuestión de la inmigración y las irrupciones en el nosotros. I. Irazutza y M. Martínez (Coords.). *De la identidad a la vulnerabilidad. Alteridad e integración en el País Vasco contemporáneo* (pp. 9-37). Editorial Bellaterra.
- Marchena Domínguez, J. (1996). *Burgueses y caciques en el Cádiz de la Restauración. Cádiz*. Servicio Publicaciones de la Universidad de Cádiz.

- Ortega Navarrete, L. (2010). *Homenaje a Valentín Paniagua Corazao*. Capítulo 26. Pontificia Universidad Católica del Perú. Fondo Editorial
- Pellicer, R. (1998). El canto de las sirenas (textos hispanoamericanos). En *Mitos: actas del VII Congreso Internacional de la Asociación Española de Semiótica* (Investigaciones Semióticas VII) celebrado en la Universidad de Zaragoza del 4 al 9 de noviembre de 1996 (pp. 348-355). Universidad de Zaragoza.
- Kennedy-Lewis, B. L. (2012). When a teacher becomes a researcher: Using self-narrative to define one's role as participant observer. *Theory into practice*, 51(2), 107-113. DOI:10.1080/00405841.2012.662865
- Quiroga, F., Capella, C., Sepúlveda, G., Conca, B., & Miranda, J. (2021). Identidad personal en niños y adolescentes: estudio cualitativo. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(2), 320-344. <https://dx.doi.org/10.11600/rlcsnj.19.2.4448>