

¿Qué plantas y remedios usas para conciliarte contigo mismo, con los demás, con el mundo?



Hacer memorias

Es el proceso de contarnos desde nuestras propias trayectorias y experiencias, enraizarnos entre territorios y seres presentes y ausentes para construir futuros posibles.

Las florecitas de *nomeolvides* que crecen entre los matorrales y en el filo de los caminos, son el símbolo del “Día nacional de la memoria y la solidaridad con las víctimas del conflicto armado” que se conmemora el 9 de abril, y representan el resurgimiento ante la adversidad

Preguntarse ¿Qué pasó ¿Por qué pasó? es necesario para narrar los factores que desencadenaron el conflicto y buscar diferentes formas de resolución.



MINISTERIO DE CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN



Voltear

Se trata de resignificar situaciones y verlas desde otros puntos de vista. Así es como indígenas de diferentes pueblos introducen su conocimiento y sus prácticas en espacios hegemónicos.

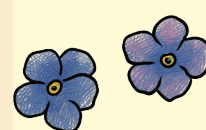
El achiote, además de ofrecer agradables sabores en la cocina, se usa para pintar el cuerpo y el rostro de un rojo intenso y cambiar de apariencia en los rituales.



Permítete ver de otro modo y haz un esfuerzo por comprender la perspectiva y las preocupaciones de la otra persona. Piensa también qué conflicto te dejó la mejor enseñanza al resolverlo.



¿Qué significa hacer las paces con la naturaleza?



Amanecer la palabra

Para la Gente de Centro, es el momento en que el pensamiento y la palabra se vuelven obra y se cosechan los frutos de un trabajo constante de cuidado de la vida.

La cosecha del maní y de otros frutos de la chagra simbolizan la abundancia para seguir sembrando buen pensamiento y buena palabra.

Aunque parezca difícil, los acuerdos surgen de imaginar tantas soluciones como se nos ocurran y son el resultado de la coherencia entre lo que se piensa, se habla y se hace. ¿Cuál es la importancia de cumplir nuestros acuerdos?

Parir

Es un acto creador de humanidad y una decisión de defensa de la vida y cuidado del territorio en situaciones de conflicto y deshumanización. Al nacer, las parteras envuelven cuidadosamente la nueva vida con plantas y tejidos.

La amapola rosada es usada después del nacimiento para limpiar el cuerpo de la mamá. Se toma la infusión de una florecita durante cuatro días.

Una vez se llega a un acuerdo, es indispensable celebrarlo y comprometerse a custodiarlo como apuesta hacia el futuro.



¿Qué otras palabras y prácticas relacionas con la construcción de paces?

HACER LAS PACES

prácticas cotidianas y rituales para la mediación de conflictos



Entretejer

Es unir los hilos que nos vinculan para crear comunidades que no excluyan la diferencia y que acepten el disenso.

En los relatos de origen wayuu, la araña Walekerü aprendió a tejer gracias a las enseñanzas de Maawüi, la planta de algodón. Los tejidos, además de entrelazar palabras y sueños, contribuyen a la construcción de equilibrios sociales.

Para resolver un conflicto, se requiere trabajar juntos para buscar una solución que satisfaga, al menos parcialmente, a ambas partes. Abraza de corazón a corazón a quien está frente a ti y comparte unos segundos la vida que se expresa allí.



La construcción de paz requiere procesos laboriosos, mediados y negociados.



Estar sentado/a

Para la Gente de Centro de la Amazonía esta noción indica, además de una posición del cuerpo, una disposición del alma y el espíritu para auspiciar la concentración y el diálogo.

El ambil, miel de tabaco mezclada con sal de monte, se usa cuando se requiere concentrarse, intercambiar la palabra y tomar decisiones importantes para la comunidad.

Una vez estés frente al otro, enfócate en el presente y escucha atentamente las palabras dichas.

Corazonar

Los indígenas Nasa relacionan el pensar y el sentir como movimientos imbricados: pensar es sentir, sentir es pensar. Corazonar integra la afectividad y la razón.

“Ajicito picantico que pone ardiente el corazón” es parte de un poema que la poetesa okaina-uitoto, Anastasia Candre, dedica a la planta de ají, definiéndola como fuerza femenina y verdadera enseñanza y conocimiento

En medio de un conflicto, las emociones que surgen, nos agotan. Considera el palpitante de tu corazón y el de quien está frente a ti. Regula las emociones y ordena las ideas.



Este material pedagógico surge del diálogo entre la exposición *Sanaduría: mediaciones para tejer sentidos plurales de la paz*, que aborda nociones sobre la paz de comunidades indígenas y sobrevivientes del conflicto armado colombiano y el proyecto *La Paz se toma la palabra*.

Las prácticas de mediación aquí descritas son prácticas vivas de comunidades sobrevivientes del conflicto e indígenas como los Wayuu, Camëntsá-Inga, Nasa, Gente de Centro* y Pastos que tienen un contacto cotidiano con las plantas a las que atribuyen funciones de sanación física, espiritual y social.



Juntanza

Es una práctica propia de mujeres del Pacífico colombiano que expresa el arte de reconocerse y crear en colectivo, de ofrecer consuelo y encontrar formas para sanar los dolores, de recordar y soñar en complicidad.

En nuestro país, muchas de nuestras juntanzas se realizan alrededor de una taza de café. Tomarse un café es la expresión de encontrarse, conversar y conciliar.

¿Con quién necesitas juntarte? Reúnete



Enfriar la palabra

Al permitir que nuestras palabras, sentimientos y acciones se apacigüen, expresamos un poder transformador. Esta noción está presente en variadas epistemologías indígenas de la Amazonía.

La albahaca, además de ser una planta utilizada para darle sabor a distintos platos, se usa en baños que calman el espíritu.

¿Has notado que cuando estás enojado/a, respondes impulsivamente? Inhala, exhala, regula el tono de voz y piensa en palabras con las que puedes apaciguar la calentura de un conflicto.



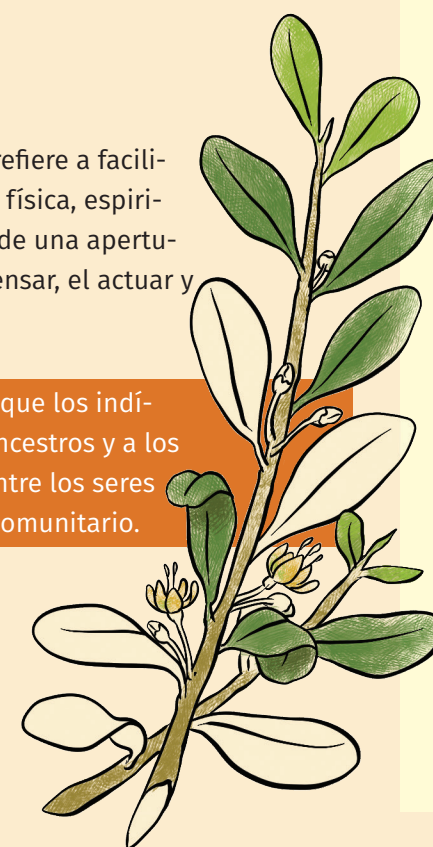
*Gente de Centro comprende diversos grupos étnicos de la Amazonía que, aunque hablan diferentes lenguas, comparten prácticas sociales y culturales. Entre ellos se encuentran los uitotos (murui-muina), los muinanes, los boras, los mirañas, los andoques, los nonuyas y los okainas

Abrir caminos

Entre los indígenas Nasa se refiere a facilitar los procesos de sanación física, espiritual y sociopolítica. Se trata de una apertura que construye desde el pensar, el actuar y lo poético: lo colectivo.

La coca es la planta sagrada que los indígenas Nasa ofrendan a los ancestros y a los espíritus para que medien entre los seres al iniciar un nuevo proceso comunitario.

¿Necesitas iniciar una conversación? ¿Qué ofrendarías? Da el primer paso

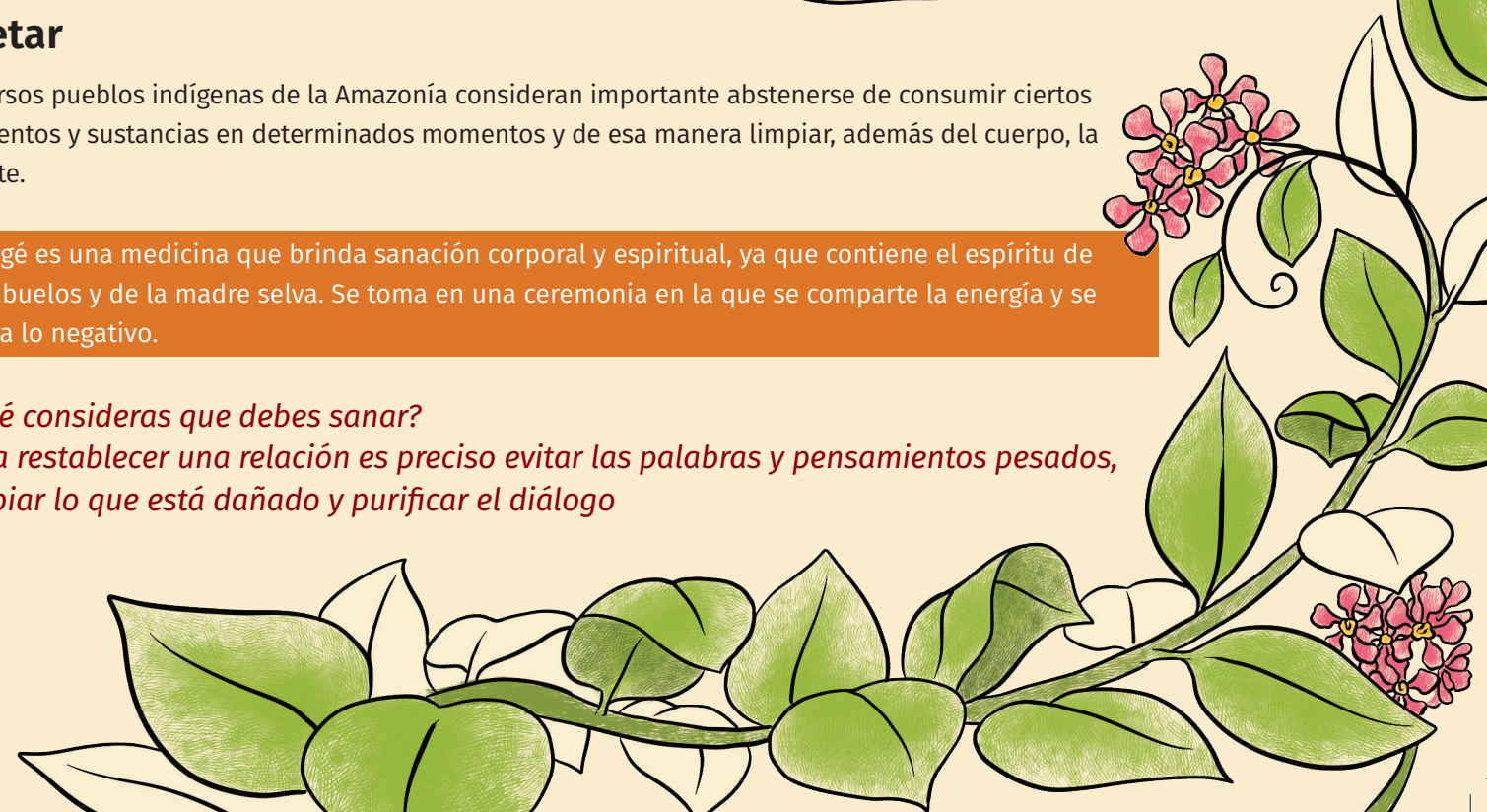


Dietar

Diversos pueblos indígenas de la Amazonía consideran importante abstenerse de consumir ciertos alimentos y sustancias en determinados momentos y de esa manera limpiar, además del cuerpo, la mente.

El yagé es una medicina que brinda sanación corporal y espiritual, ya que contiene el espíritu de los abuelos y de la madre selva. Se toma en una ceremonia en la que se comparte la energía y se libera lo negativo.

¿Qué consideras que debes sanar? Para restablecer una relación es preciso evitar las palabras y pensamientos pesados, limpiar lo que está dañado y purificar el diálogo



En este material encontrarás, en cada caso, la relación entre una experiencia ritual, una planta de mediación y una invitación a poner en marcha estas prácticas de negociación y de creación de convivencia.

Piensa en un problema que tengas con otra persona y selecciona entre estas las que te puedan servir para tramitarlo

La paz no es un estado al que se llega, es un trabajo constante de transformación del conflicto que no tiene una única fórmula

¡Puedes probar varias rutas posibles!

¿Con qué palabras y actos sueles abordar los conflictos?

