

Propuestas Alternativas a la Violencia: Más que una metodología, una filosofía para la vida

Alternative Proposals to Violence: More than a Methodology, a Philosophy for Life

Recepción: 17/04/2024 • Revisión: 26/04/2024 • Aceptación: 28/05/2024

<https://doi.org/10.32719/29536782.2024.2.4>

 **Zaida Victoria Narcisca Betancourth Aragón**

Propuestas Alternativas a la Violencia
Quito, Ecuador
zaidabetancourtaron@gmail.com

 **Patricia Fernanda Gutiérrez Durán**

Propuestas Alternativas a la Violencia
Quito, Ecuador
patygu001@hotmail.com

Resumen

Este texto realiza una revisión teórica de Propuestas Alternativas a la Violencia (PAV), una metodología para debatir y trabajar alternativas a la violencia que se ve nutrida por los aportes de la educación popular y de Paulo Freire. El texto realiza una breve conceptualización histórica de PAV en Ecuador, y brinda una comprensión de la violencia y de los aportes de estas propuestas para el logro de una cultura de paz. Se detallan, complementariamente, los distintos elementos de la metodología PAV (afirmación, escucha y comunicación asertiva, construcción cooperativa, creación de comunidad) y, en particular, del poder transformador que integra cada uno de ellos. En la última parte, se presentan algunos testimonios de participantes y se discuten los alcances y desafíos para los actuales contextos de violencia en el país.

Abstract

This theoretical review of the Proposals for Alternatives to Violence (PAV) configures a methodology for debating and working on alternatives to violence, which is nourished by the contributions of popular education and Paulo Freire. The text makes a brief conceptualization of the PAVs in Ecuador, an understanding of violence and the contributions of these the contributions of these proposals for the achievement of a culture of peace. It is The different elements of the PAV methodology (affirmation, assertive listening and communication, cooperative construction, community building) and, in particular, the Transformative Power (PT), which integrates each element of the PAV. In the last part, we present some testimonies of participants and discuss the and discuss the scope and challenges they define for the current contexts of violence in the country.

Palabras clave

proyectos alternativos
a la violencia
violencia
cultura de paz
poder transformador
desafíos

Keywords

alternative projects
to violence
violence
culture of peace
transforming power
challenges

La violencia, una vez
desatada, no necesita
razones ni espera cauces;
se desboca por caminos
imprevistos y se esparce
por todo el desierto,
convirtiéndole en una gran
llanura de furia y llamas.

Laura Restrepo

Lo que hoy llamamos
“crecimiento” es en
realidad la consecuencia
de un aumento excesivo de
carcinomas que destruyen
el organismo social. Estos
tumores metastatizan sin
cesar y se multiplican
con una vitalidad
inexplicable y mortal [...]. El
capitalismo ha sobrepasado
hace mucho tiempo
este punto crítico.
Sus poderes destructivos
producen catástrofes
no solo ecológicas o
sociales, sino también
mentales. Los efectos
devastadores del
capitalismo sugieren
la existencia de un instinto
de muerte.

Byung-Chul Han

Propuestas Alternativas a la Violencia (PAV) en Ecuador es una iniciativa de formación por la no violencia, que realiza procesos de capacitación desde los años 90. Ligada a la red internacional de AVP, seguimos comprendiendo y accionando por la paz.⁴

En estos años, en el país, han sido diversos los espacios y los grupos de personas con quienes hemos trabajado. En su inicio, tuvimos una presencia importante en los centros de privación de libertad y seguimos realizando el último taller básico⁵ para mujeres privadas de libertad en la cárcel de Latacunga, que empezó en 2022 por invitación de la organización Mujeres del Frente.⁶

El trabajo se ha llevado a cabo en centros de educación básica, bachillerato y educación superior, y ha incluido a líderes y lideresas comunitarias de pueblos indígenas y afros; personas en movilidad humana; grupos de jóvenes de la Cruz Roja; personas con discapacidad visual; funcionarios y funcionarias de instituciones públicas (salud, educación, Defensoría del Pueblo), privadas y no gubernamentales; profesionales de la salud; mujeres indígenas y mestizas evangélicas; trabajadoras sexuales; entre otros. Cabe destacar que actualmente en Cotacachi se realiza un proceso sostenido con mujeres indígenas; en Quito, con la mesa intersectorial para prevenir la violencia; y también en otras ciudades como Loja y Cuenca.

En las universidades se han realizado jornadas con estudiantes y docentes, así como actividades de investigación y vinculación con la sociedad. El Programa Andino de Derechos Humanos de la Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, fue pionero en la introducción de PAV desde inicios de 2000, en cursos abiertos y en el nivel de posgrado, en la formación en derechos humanos. En Loja se han realizado acciones con la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL).

Durante la pandemia del COVID-19 se dio la posibilidad de desarrollar talleres virtuales, juntar

Algo de contexto

Los orígenes de Propuestas Alternativas a la Violencia —rama en español del Alternatives to Violence Project International (AVP)— datan de la década de los 70, cuando un grupo de cuáqueros¹ fueron invitados a trabajar en una cárcel de Nueva York para disminuir la violencia. En su experiencia, confirmaron que la violencia es una energía² que está ahí y debe ser administrada. Crearon entonces una metodología para profundizar en alternativas a la violencia, tomando como referencia a la educación popular y a Paulo Freire.³

1 Los cuáqueros son una comunidad religiosa que en su “Declaración al rey Charles II” dicen: “Es nuestro precepto, y siempre ha sido nuestra práctica, buscar la paz y seguirla”. George Fox y Richard Hubberthorn, “Declaración al rey Charles II, 1660”, *Squarespace*, accedido 10 de junio de 2024, <https://tinyurl.com/2frt8zs8>.

2 También se la considera una energía mental que propicia formas de percepción, representación y conocimiento de nosotros mismos, de los otros y de la comunidad, y conlleva prácticas y formas de relacionamiento.

3 Paulo Freire fue un epistemólogo del Sur comprometido con la vida. Brasileño, se lo considera uno de los mayores exponentes de la educación popular. Propuso una metodología que asumía a la educación como una práctica liberadora, no para transferir conocimiento como educación bancaria, sino como un proceso emancipador.

4 Para conocer más al respecto, acceder a <https://avp.international/ecuador>.

5 La metodología PAV contiene tres talleres: básico, avanzado y de entrenadores, cada uno con una duración de al menos dieciséis horas. Cumplidos estos talleres, quien desea facilitar y ser parte de la red debe realizar al menos dos talleres básicos acompañados de facilitadores entrenados. PAV, “Talleres”, *Propuestas Alternativas a la Violencia*, accedido 10 de junio de 2024, <https://tinyurl.com/bdfp82d9>.

6 Se trata de una organización feminista contra el castigo a mujeres excarceladas, comerciantes autónomas, recicladoras, estudiantes, profesoras, artistas, etc.

lazos con facilitadores de PAV en Latinoamérica y el mundo, y traspasar los límites físicos para reafirmar la convicción de que los problemas y conflictos se pueden resolver desde la no violencia. Hemos cofacilitado con pavistas centroamericanos en talleres básicos, avanzados, de facilitadores y de resiliencia al trauma, lo que permitió acompañarnos en la vivencia de la pandemia que nos enfrentó a la enfermedad, la muerte, el aislamiento y la incertidumbre. No obstante, reafirmó también la fuerza de las comunidades para el cuidado de la vida, para esperar lo mejor y fomentar la esperanza.

¿Cómo entendemos la violencia?

Johan Galtung plantea que violencia es todo aquello que impide al ser humano desarrollar sus potencialidades por una serie de fenómenos evitables; Lederach, por su parte, la define como “todo aquello que no respeta la dignidad humana del otro”.⁷ En ese sentido, la violencia no solo es la ausencia de la guerra, sino que es directa, estructural y cultural, pues limita o impide el cumplimiento de los proyectos de vida de las personas. Se relaciona con las formas en las que se resuelven los conflictos; es decir, podemos desaprender maneras violentas de reaccionar o enfrentar los problemas, y aprender nuevas maneras de relacionarnos y resolver los conflictos. Todo ello, con una perspectiva de derechos humanos, que implica dar y recibir un trato con dignidad (sujetos de derechos), igualdad formal y material (en derechos, obligaciones y oportunidades) y respeto a las opciones de libertad que cada persona ha elegido. Se trata de un gran desafío al momento de fomentar respuestas no violentas como una alternativa política a partir de la que construir una cultura de paz, pues no solo que nos enfrenta a una ardua tarea, sino a la asunción de una paz imperfecta.

La paz como un proceso inacabado, permanente, cotidiano y procesal se “aleja convenientemente de un utopismo maximalista y redentorista que podría ser potencialmente violento, pero también se distancia de un conformismo conservador que resultaría insoportable desde los valores de la justicia”.⁸ No obstante, nos coloca en el centro del conflicto y en el compromiso de resolverlo sin violencia.

La importancia de estos temas ha sustentado una normativa nacional e internacional que debería contribuir a conformar una cultura de la no violencia, además de ser el sustento de la implementación de políticas públicas y acciones como las de PAV. Se destacan, de la normativa, apenas dos:

El objetivo 16 de la Agenda 2030 de Desarrollo Sostenible de Naciones Unidas⁹ habla de “paz, justicia e instituciones sólidas”, y afirma la necesidad de promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficientes a todos los niveles. Por lo tanto, planes, programas, proyectos y servicios deben realizar acciones para implementar este objetivo en toda la sociedad.

Por su parte, el art. 3, num. 8, de la Constitución de la República del Ecuador establece como uno de los deberes primordiales del Estado garantizar a sus habitantes el derecho a una cultura de paz, a la seguridad integral. Por su parte, el art. 393 sobre seguridad humana señala que el Estado “garantizará políticas y acciones integradas, para asegurar la convivencia pacífica de las personas, promover una cultura de paz y prevenir la violencia y discriminación”.¹⁰

En definitiva, la violencia, presente en muchos ámbitos y formas, evidencia el rol del Estado ecuatoriano y la necesidad de que las universidades implementen estrategias, investigaciones, planes, programas y proyectos alternativos que garanticen el derecho a una vida libre de violencias y a la integridad personal, al tiempo que promueven una cultura de paz. En tal sentido, las aulas universitarias son un espacio en donde se puede desarrollar no solo una instrucción técnica y especializada, sino también una formación integral que se convierta en una opción de vida por los derechos. Además de capacitar a los alumnos, brinda herramientas de vida a profesionales que estarán en espacios de toma de decisiones, dando atención directa a las personas, y tendrán la oportunidad de transformar una cultura maltratante en otra que resuelva los conflictos de forma no violenta.

Para las autoras, encontrarnos con la metodología PAV ha sido un regalo, más que intelectual, de vida, para compartir experiencias, trenzar los

7 En Esteban Ramos, *Guía de capacitación I: Paz y violencia* (Tegucigalpa: Instituto Universitario en Democracia, Paz y Seguridad [IUDPAS] / Universidad Nacional Autónoma de Honduras, 2019), 28 y 46.

8 Mario López, “La no violencia como alternativa política”, en *La paz imperfecta*, ed. Francisco Muñoz (Granada, ES: Universidad de Granada, 2001), 181, <https://tinyurl.com/59kny5ah>.

9 ONU Asamblea General, *Transformar nuestro mundo: La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*, 25 de septiembre de 2015, A/RES/70/1, 29.

10 Ecuador, *Constitución de la República de Ecuador*, Registro Oficial 449, 20 de octubre de 2008.

“haceres”, incluir lo propio desde lo humano, lo cercano, lo cotidiano, tejer con las historias y potencialidades de cada persona y optar por alternativas a la violencia en la resolución de conflictos. Somos parte de una comunidad mundial que nos convoca a ser creativos y proactivos para transformar desde lo cercano (personal, familiar, laboral, colectivo, institucional) un *ethos* por la no violencia, en la que la educación juega un papel fundamental.

Por esta razón, nos parece un cometido compartir la metodología que usa PAV, en la que el conocimiento y la sabiduría se juntan desde la vida y establecen hilos sutiles que nos religan para afirmar la vida, a pesar de las pulsaciones de muerte y violencia existentes.¹¹

¿Qué aporta el PAV para una cultura de paz?

Más allá de establecer cómo se estructuran los talleres de formación¹² (niveles, horas y temas), se quiere colocar la metodología educativa desde el proceso vivido. Impacta así en otra forma de vivir, permitiéndonos “ser” más que “parecer”, en el aprendizaje cotidiano de gestionar nuestras emociones sin ocultarlas, sin hacer daño, y, ante todo, en el compromiso de transformarnos permanentemente.

Tiene como centro compartir la *experiencia de las personas* que participan. No se parte de un bagaje teórico como elemento central de lo académico, pues los talleres no inician con discursos teóricos o debates. El conocimiento de la *no violencia* parte de narrativas discursivas que intercambian experiencias, circulan conceptos útiles y acogen la sabiduría. No es un asunto de especialistas, sino de facilitadores de espacios de no violencia y paz, en donde nos acompañamos en un aprender constante y necesario.

El conocimiento circula a través de la experiencia, y lo central es la sabiduría de las personas, quienes comparten lo que las ayudó en su vivencia y en la comprensión de elementos, algo a veces doloroso, como lo que se vivió en la pandemia: enfermedad y muerte de seres queridos, pérdida de trabajo, endeudamiento, entre otros.

Paulo Freire dice: “La palabra no es un privilegio de algunos, sino un derecho fundamental y básico

de todos”.¹³ Y ciertamente quienes facilitamos nos concentramos la palabra, solo propiciamos el intercambio.

Se supera la educación bancaria, pues estamos convencidos de que no somos vasijas que deben ser llenadas de contenido por quienes supestandamente saben, y se trasciende la dicotomía educador-educando que tiene roles definidos para el pensar, el hablar, el enseñar, el aprender, el disciplinar, el optar y el decidir.¹⁴ Todas y todos somos aprendices de la no violencia.

En tal sentido, PAV asume una educación liberadora y dialógica, en la que emergen temas y preguntas generadoras. “El diálogo es el encuentro amoroso de los hombres [y las mujeres] que, mediatizados por el mundo, lo ‘pronuncian’, esto es, lo transforman y, transformándolo, lo humanizan para la humanización de todos”.¹⁵

No es un asunto de “inconciliables”; se da en círculo para recrear en cada acto educativo la esperanza¹⁶ y las transformaciones se van dando íntimamente, en sus contextos, y son útiles para caminar, más que en la resolución de un problema, en el compromiso de hacerlo sin violencia. De hecho, hemos compartido experiencias fuertes, a partir de las cuales las personas hablamos de nuestras potencialidades en contextos como el *apartheid* en Sudáfrica, los procesos centroamericanos, la pandemia, la familia, entre otros.

Este encuentro dialógico coloca a la *comunicación asertiva* como otro elemento central. Permite expresar lo que se piensa, siente, cree, quiere y espera sin ser agresor ni víctima. Una de las técnicas de esta comunicación asertiva es el “mensaje yo”, que es un mensaje responsable, que no acusa; por tanto, no es un “mensaje tú”. Su sentido es propiciar un diálogo para asumir el conflicto y llegar a acuerdos.

En los talleres son frecuentes los testimonios de personas que por mucho tiempo no podían decir cómo estaban, pero ahora pueden expresar lo que sienten. Escuchar al otro u otra, encontrar soluciones desde el ganar-ganar, cooperando, fortalece la relación de pareja, de padres e hijos, de compañeros de trabajo, de miembros de organizaciones. Alguna vez una participante dijo: “Yo no sabía que era un derecho expresar lo que siento

11 Byung-Chul Han, *Capitalismo y pulsión de muerte: Artículos y conversaciones* (Barcelona: Herder, 2022).

12 Para profundizar al respecto, acceder a <https://avp.internacional/ecuador/talleres>.

13 Paulo Freire, *Pedagogía de la autonomía: Saberes necesarios para la práctica educativa* (Buenos Aires: Siglo XXI, 1996), 10.

14 Paulo Freire, *La pedagogía del oprimido* (Barcelona: Biblioteca Nueva, 1969).

15 Paulo Freire, *¿Extensión o comunicación? La concientización en el medio rural* (Montevideo: Siglo XXI, 2004), 46.

16 *Ibid.*, 46.

o pienso”. Para muchas personas, los talleres PAV son un punto de inflexión para dejar el pasado, y lo expresan como “un antes y un después de PAV”.

Para comunicarnos hay que saber *escuchar* empáticamente; dejar que el otro diga lo que quiere, siente, piensa, sin interrumpirlo; tratar de entender lo que el otro dice, más allá de que se esté o no de acuerdo; prestar atención. “Escuchar con los ojos”, me dijo mi hija cuando tenía seis años. Ese día aprendí a estar presente con todo mi ser, a escuchar sin aconsejar, juzgar, interpretar ni ser invasiva: a tener tiempo para recibir la palabra del otro u otra.

Escuchar es un elemento fundamental de la actitud no violenta. Es abrirse al conocimiento o la sabiduría del otro, pues permite no solo recibirlo como nuevo, con asombro y no con prejuicio hacia la persona que habla, sino que asume que quien habla, a través de su palabra, manifiesta su ser. También es caer en la cuenta de que su experiencia resuena en mi cuerpo. En esa evocación nos encontramos profundamente y nos acogemos. Abrirnos a la escucha activa nos permite un diálogo real.

Cuando alguien nos habla y comparte su experiencia, está confiando su vida, abriendo su corazón. La escucha casi siempre expresa “sentires”, y a veces las personas nombran por primera vez su sentimiento y experiencia, y entonces se dan cuenta.

En los ejercicios (*acogidas, círculos concéntricos*, entre otros), los participantes indican que se sienten bien al ser escuchados, y afirman que el hecho de que los miren a los ojos y les presten atención es agradable. Les gustan los temas que comparten, que pueden ser personales y profundos, y sobre todo enfatizan en lo que sienten, cómo lo viven y cómo les ayudó a enfrentar sus conflictos sin violencia; es decir, son herramientas que nos permiten darnos cuenta de nuestra capacidad de resiliencia por la no violencia. “No era únicamente escuchar cómo me ve el otro o cómo le veo al otro, sino un transitar desde mi ser al ser del otro” (participante de un taller básico). “La escucha me permitió reconocermé, descubrirme, visualizar que lo no aceptado en mí es la cualidad que no reconozco en el otro; ¡ah!, nace el conflicto... mi lucha interna” (participante de un taller avanzado).¹⁷

Esta exquisitez de la escucha solo puede hacerse en un silencio atento. Es como disfrutar de

una cascada de información que viene del pasado, en que la compasión surge para recordar que ya no eres un niño o niña, sino adulto. Dejas de ser víctima, el tiempo circula, los vientos huracanados nos dejan y ahora son solo aire para respirar.

En la metodología PAV también se incorporan los *ligeros y divertidos*, dinámicas y juegos para reconocer que hay que aligerar el peso y que el humor es una excelente estrategia para alivianar algunos momentos de la vida.

Hay que valorar *la alegría y la risa*. La metodología permite transitar el dolor sin quedarse en el lamento o la denuncia. En diversas circunstancias aparece la alegría para mover el sufrimiento e interiorizar que esto también pasará. Pasamos del cerebro reptiliano (automático), al límbico, y finalmente al cerebro racional, para que la creatividad y la no violencia se hagan costumbre. De pronto comprendemos que un dolor del pasado hay que aceptarlo, integrarlo, soltarlo, que lo que se tiene es el presente. Doris Lessing, en su libro *Las cárceles que elegimos*, dice que la “risa es algo muy poderoso y solo una persona civilizada, liberada, libre, puede reírse de sí misma”.¹⁸

La metodología PAV es profundamente *intercultural*, pues el diálogo con el otro evoca en mí mi otro interno y el otro de los demás, con sus diversos matices de identidad y cultura, en un proceso constante de movernos hacia adentro y afuera. Ayuda a las y los facilitadores a plantearse el darse cuenta. En un taller básico que trabajamos con hombres y mujeres afro, en nuestra bella provincia verde en 2014, en el ejercicio de construcción cooperativa, cuya consigna era hacer un periódico mural, resultó que el material disponible (revistas, periódicos, boletines) tenía rostros blanco-mestizos. La discriminación a los afrodescendientes es evidente no solo en el material que ofrecimos, sino en sus relatos de exclusión y discriminación en las escuelas, en *resorts*, en la calle: las diásporas, una tras otra, en su historia, en sus testimonios y en la prensa escrita.

Cabe destacar que los afroecuatorianos, en los talleres, reafirman desde su cuerpo la alegría por la vida. Frente a la pregunta por un lugar preferido de su infancia, manifestaban la alegría frente a la lluvia y la hermosa costumbre de salir desnudos y desnudas a bailar con ella. “Nosotras no necesitamos paraguas”, repetían y se reían. Un frenesí que embarga a las facilitadoras: mi cuerpo

17 No se colocan los nombres de los y las participantes de los talleres, pues una regla de convivencia es la confidencialidad.

18 Doris Lessing, *Las cárceles que elegimos* (Barcelona: Debolsillo, 2022), 72.

se alimenta con la vida del otro, y me hace amar más el agua, desde el agua lluvia hasta la cascada, y me lleva a tener cuidado del agua de mi casa en las distintas formas.

Los ligeros y divertidos de los y las afro nos arrinconaron; fue una fiesta para ellos construir un mural humano, mientras que las facilitadoras temíamos que se cayeran. La naturaleza viva cercana y también lejana: playas contaminadas, bosques deforestados, mujeres y jóvenes asesinados. Y siguen bailando, cantando, riendo, construyendo redes de paz, disfrutando de la lluvia. Esa confianza y alegría vital nos enseña y compromete.

La diversidad es lo único que existe, y se *construye comunidad* afianzando las distintas formas de existir. Entonces vivenciamos construcciones cooperativas basadas en la confianza y la resolución de conflictos sin violencia. Aprendemos del perdón, la afirmación, la empatía en horizontalidad e igualdad, en que es importante la participación de todos y todas. PAV tiene un mandato: el que más comparte es el que más aprendizaje se lleva del taller.

Crear comunidad permite generar un espacio de encuentro entre seres humanos, en donde, más allá de hacer los ejercicios y de cumplir con la programación, importa el cuidado de cada uno y cada una de las participantes. Se acuerdan la confidencialidad y otras “normas” para vivir las jornadas en armonía, acompañados y seguros.

La metodología no se queda en la técnica, sino que a través de ella propicia que se abra un espacio confiado, de respeto, no violencia y diálogo afirmativo, y que se compartan las experiencias con el otro, se creen lazos invisibles que nos juntan en red y permanecen en el tiempo. Se construyen redes solidarias con cada una de las personas, independientemente incluso del idioma y del lugar donde viven.

Algunas experiencias hablaban al inicio de conflicto en las interrelaciones (estudiantes, docentes, autoridades, compañeros de trabajo u organizaciones sociales). No obstante, en el proceso de formación afirmaron que compartir les permitió conocerse, superar los prejuicios, reconocerse en confianza. Ponerse los zapatos de otro diluía la negación del valor individual y por tanto se reafirmaban al reconocer lo valiosos y valiosas que son.

La metodología PAV, sin ser terapéutica, es *sanadora*, porque logra entender el sufrimiento

al mismo tiempo que reafirma los instrumentos cotidianos que tenemos para resolver conflictos sin violencia. Los sociodramas ponen en práctica lo que aprendimos, a la vez que posibilitan mostrar nuestras habilidades y límites. El cuerpo dialoga con la energía no violenta, aprende, crea.

La pedagogía de “la liberación es un parto. El hombre que nace de él es un hombre nuevo, hombre que solo es viable en la y por la superación de la contradicción opresores-oprimidos que, en última instancia, es la liberación de todos”¹⁹

Una participante manifestó en un taller del PAV:

Me permitió mover el tiempo y mi historia; remover y volver a ubicar quizá los mismos dolores, heridas, situaciones, etc., en otro lugar de mi cuerpo; sentir y mirarlos desde otra parte de mi ser. Juntar en un momento del presente todos los tiempos, las cosas y recuerdos vividos. Fue aprender del dolor y de los demás, aprender a esperar y aceptar, aprender a confiar en la vida y en yo/otra, aprender a empezar y buscar.

Circulan técnicas, metodologías, experiencias, tiempos, mientras descubrimos nuestras capacidades y fortalecemos liderazgos no violentos. Todas estas herramientas se cobijan en un elemento central que es el poder transformador (PT), que amalgama cada elemento de la metodología PAV (afirmación, escucha y comunicación asertiva, construcción cooperativa, crear comunidad) como el cemento que amalgama la casa.

Figura 1

Mandala del poder transformador



Elaboración propia.

19 Freire, *La pedagogía del oprimido*, 45.

El PT es la convicción de que en cada ser humano y en el universo hay una fuerza autopoietica que es armónica y que es una guía que transforma la hostilidad, el odio, miedo y resentimiento, pues está en unidad con el todo. Es un poder que transforma, no que domina o controla. Este poder se fundamenta en el respeto por mí mismo, el cuidado por los demás, en esperar lo mejor, en escuchar antes de actuar o reaccionar, y en buscar respuestas no violentas.

Nos afianza en el hecho de que estar abiertos a la transformación y a la no violencia es un largo camino por aprender con creatividad la fuerza del PT que está en mí y el otro, una energía que nos rodea y nos ayuda si estamos abiertos a ella. No se puede manipular. Tampoco es pasiva, es activa; conlleva riesgos, pero no es violenta. Esta fuerza da el fundamento espiritual a la metodología PAV, que no es religión aun cuando nos coloca en la comprensión de quienes somos.²⁰

Una participante del taller avanzado dijo del PT: “Es como alquimia. Está la confianza de que siempre podemos renacer y que podemos encontrar la luz en todos y todas. Podrá también llamarse ‘amor transformador’”.

Los aprendizajes son nuevos en cada taller, y constituyen prácticas cotidianas que atraviesan nuestras relaciones y se convierten en filosofía de vida, para darnos cuenta de las formas en que percibimos el mundo y lo enfrentamos todos los días en todos los ámbitos, desde la no violencia. No es automático: requiere una intencionalidad, tomar una posición, practicar para estar abiertos al PT, ser constantes.

En el camino se siente satisfacción y felicidad, cuando compartimos las veces que pudimos resolver un conflicto sin violencia, utilizando la creatividad o el humor; cuando hicimos lo correcto, aunque sintiéramos miedo. Cuando nuestras miradas sobre los problemas y conflictos ponen la fuerza en las múltiples posibilidades, en las soluciones desde el ganar-ganar, en la cooperación, esperando lo mejor, surgen iniciativas.

Un ejemplo es cuando trabajamos con jóvenes de la UTPL en una actividad posttaller PAV en el festival de artes. Allí elaboramos frases con respuestas no violentas frente a conflictos cotidianos, enmarcados en los principios que se ubican en el mandala del poder transformador. Estas frases permitieron un diálogo con quienes participaban; con

entusiasmo y alegría, las personas se sorprendían sobre las nuevas opciones para resolver conflictos.

Para cerrar esta parte, se puede decir que algunos temas, que definen los asistentes, se incorporan en el segundo taller de PAV. Algunos que se han abordado han sido: poder, miedo, derechos, discriminación, violencia contra la mujer, comunicación, alimentación, salud sexual, respeto por las opciones de cada persona, igualdad, equidad, perdón y estereotipos.

La búsqueda de coherencia

Para las y los facilitadores, buscar la coherencia entre lo que vives, compartes, aprendes y desaprendes en cada taller es un reto. Verbigracia, ver *mis iras* y no solo las de los otros. Cotidianamente surgen preguntas sobre cómo hacer que la indignación no sea una negación del otro, una exclusión, una venganza o una asunción de enemigos: cómo caminamos hacia la compasión, la transformación, a entender lo que vivía y enseñaba Freire.

Cuando nos indignamos sentimos ira, rabia, dolor y miedo, lo que agranda la herida; las venas abiertas de América Latina se abren aún más. Estamos en una situación de guerra. ¿Será posible continuar así? ¿Cómo caminar hacia una comprensión y capacidad de compasión de los machismos, racismos, xenofobias y múltiples formas de exclusión y desprecio a la vida? ¿Cómo abordar la desigualdad e inequidad cuando la lucha de clases es permanente a nivel nacional e internacional? ¿Cómo desnaturalizar estas formas violentas?

La metodología PAV nos mueve adentro, y Freire resuena con nosotras. Afirman que fue un hombre que tenía rabia e ira, pero nunca dejó su postura amorosa y la comprensión de que la lucha se hace con el otro y la otra y con el mundo; por esto, uno de sus libros póstumos se llama *El grito manso*. Lo que lo salvaba y le permitía mantener la serenidad fueron la comprensión y las preguntas que pueden explicar hechos que indignan. En su carta a propósito del asesinato de un indígena en Brasil cometido por jóvenes, nos enseña sobre la comprensión y compasión:

Qué extraño divertirse matando a un indio, matando gente. Hundido en el abismo de una profunda perplejidad, espantado ante la perversidad intolerable de estos jóvenes despersonalizándose, pienso en el ambiente en que

²⁰ Jorge Arauz, “Proyecto Alternativas a la Violencia” (ponencia, Conferencia Internacional sobre la Situación de Cárceles en los Países Andinos, Quito, 2000).

han decrecido, en lugar de crecer [...]. Pienso en sus casas, en su clase social, en su barrio, en su escuela... en el testimonio que les hayan dado para pensar y sobre cómo pensar. La posición del pobre, del mendigo, del negro, de la mujer, del campesino, del obrero, del indio, en ese pensamiento. Pienso en la posesión materialista de la posesión de las cosas, en el desprecio de la decencia, en la fijación en el placer, en el desprecio del espíritu, consideradas de menos o ninguna valía. Adivino el refuerzo de este pensamiento en muchos momentos de la experiencia escolar en la que el indio sigue minimizado. Tengo en cuenta el todo poderosísimo de sus libertades, exentas de límites, libertades que se inclinan a la licenciosidad, riéndose de todo y de todos. Imagino la importancia de vivir fácil en la escala de sus valores... En su lugar, la ética del mercado, del lucro, el valor de las personas por el dinero que ganan al mes. La aceptación del otro, el respeto al más débil, la reverencia a la vida, no solo la humana, sino también la vegetal y la animal, el cuidado de las cosas, el gusto por la belleza, la valoración de los sentimientos carecen en absoluto o casi de importancia.²¹

Esto que es inhumano también es humano, y lleva a una comprensión amorosa. De pronto, la ética es un asunto que hay que potenciar para asumir que el ser humano es un individuo parte de una sociedad determinada, con autonomía para tomar decisiones, en donde la esperanza es que cada acto sea “de amor, no de miedo”, de compromiso con la humanidad y al servicio de ella. Nos une la confianza de que, así como aprendimos a actuar con violencia, podemos desaprender.

Nos sirven las metáforas de amor y perdón que han recreado las diversas disciplinas espirituales para caminar hacia acciones de liberación, trascender esa mirada de justicia centrada en cárceles y procesos jurídicos para encarcelar a “los culpables” como si estos no fueran productos sociales que se engranan en las instituciones de la sociedad “democrática”: la familia, la escuela, la Iglesia, entre otras. Allí emergen nuevos movimientos sociales que regresan la mirada a lo interno y alertan en el sentido de que la trasgresión sin hacer una diferencia puede ser un círculo vicioso que denuncia solamente, pero que se queda inmovilizada y atrapada en lo que ataca.

La esperanza va de la mano de la indignación, pero no de aquella que hace que esté enojado, resentido y con dolor todo el tiempo, sino aquella molestia que, siendo un grito (un grito manso), no deja de pensar el contexto y de protestar confiando en el cambio, testimoniando desde la vida con humildad en la aceptación de lo humano, por saber que el cambio se da en la frontera de la relación con mi mundo, nuestro mundo. Rehacerme cada día, si es necesario, dejando la prosa a ratos y volviendo a la poesía, como refiere Morin.²²

Afirmamos que, en la comprensión de lo humano, la metodología PAV tiene algo de pensamiento complejo, aun cuando no es “un cuerpo con una gran cabeza pero con manos pequeñas”,²³ pues tiene grandes pies y manos inspirados en técnicas educativas desde el sujeto, en una circularidad del tiempo y del conocimiento que tiene como punto de partida lo local, la búsqueda de libertad y el hacer de “manos ágiles y fuertes” que abrazan con amor y solidaridad, que deconstruyen el sentido de la dignidad-indignidad como un *continuum* que no se queda en el dolor de la pérdida, en el enojo, la rabia y la ira. Estas son indispensables, pero son solo momentos que trascienden a la esperanza, al avance hacia un nuevo horizonte, confiado, no planificado, soñado con el otro en su religación con la vida. Esto incluye la sanación interna, para dejar a la víctima, soltarla y reafirmar la vida en todas sus formas.

Desde la práctica, hay un acercamiento a los derechos de la naturaleza porque hay facilitadores que trabajan en proyectos de salud sexual y salud reproductiva, o en alimentación desde un enfoque de soberanía alimentaria, como en Manabí, donde se están haciendo talleres PAV. Se han visto los límites de la metodología, porque la mejor manera de trabajar la naturaleza desde adentro es hacerlo con el cuerpo, y ahí hay que alimentarse con otras herramientas como la rueda (terapia comunitaria integrativa sistémica), el yoga, técnicas de respiración, meditación y otras formas de conectarse con componentes esenciales de nuestra naturaleza (agua, tierra, aire, fuego y éter).

Para finalizar, manifestamos nuestro agradecimiento con este encuentro, que nos recuerda algunos pendientes metodológicos en este *continuum* de la energía de PAV para asumir riesgos y

21 Paulo Freire, *Pedagogía de la indignación* (Madrid: Morata, 2001), 77.

22 Edgar Morin, *Amor, poesía, sabiduría* (Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio, 1998).

23 Leonardo Rodríguez y Julio Aguirre, “Teorías de la complejidad y ciencias sociales: Nuevas estrategias epistemológicas y metodológicas”, *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas* 30, n.º 2 (2011): 11, <https://tinyurl.com/jbpeaupx>.

no necesariamente éxitos. Ayudadas por Capra,²⁴ esperamos que esta “mera hebra de la trama de la vida” de la que somos parte los humanos nos permita desde PAV profundizar en una metodología respetuosa con todas las formas de vida, incluida nuestra Gaia, desde el cuerpo.

Referencias

- Arauz, Jorge. “Proyecto Alternativas a la Violencia”. Ponencia presentada en la Conferencia Internacional sobre la Situación de Cárceles en los Países Andinos, Quito, 2000.
- Capra, Fritjof. *La trama de la vida: Una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Barcelona: Anagrama, 1998.
- Ecuador. *Constitución de la República de Ecuador*. Registro Oficial 449, 20 de octubre de 2008.
- Fox, George, y Richard Hubberthorn. “Declaración al rey Charles II, 1660”. *Squarespace*. Accedido 10 de junio de 2024. <https://tinyurl.com/2frt8zs8>.
- Freire, Paulo. *¿Extensión o comunicación? La concientización en el medio rural*. Montevideo: Siglo XXI, 2004.
- . *La pedagogía del oprimido*. Barcelona: Biblioteca Nueva, 1969.
- . *Pedagogía de la autonomía: Saberes necesarios para la práctica educativa*. Buenos Aires: Siglo XXI, 1996.
- . *Pedagogía de la indignación*. Madrid: Morata, 2001.
- Han, Byung-Chul. *Capitalismo y pulsión de muerte: Artículos y conversaciones*. Barcelona: Herder, 2022.
- Lessing, Doris. *Las cárceles que elegimos*. Barcelona: Debolsillo, 2022.
- López, Mario. “La noviolencia como alternativa política”. En *La paz imperfecta*, editado por Francisco Muñoz (pp. 181-251). Granada, ES: Universidad de Granada, 2001. <https://tinyurl.com/59kny5ah>.
- Morin, Edgar. *Amor, poesía, sabiduría*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio, 1998.
- ONU Asamblea General. *Transformar nuestro mundo: La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*. 25 de septiembre de 2015. A/RES/70/1.
- PAV. “Talleres”. *Propuestas Alternativas a la Violencia*. Accedido 10 de junio de 2024. <https://tinyurl.com/bdfp82d9>.
- Ramos, Esteban. *Guía de capacitación I: Paz y violencia*. Tegucigalpa: IUDPAS / Universidad Nacional Autónoma de Honduras, 2019.
- Rodríguez, Leonardo, y Julio Aguirre. “Teorías de la complejidad y ciencias sociales: Nuevas estrategias epistemológicas y metodológicas”. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas* 30, n.º 2 (2011). <https://tinyurl.com/jbpeaupx>.

24 Fritjof Capra, *La trama de la vida: Una nueva perspectiva de los sistemas vivos* (Barcelona: Anagrama, 1998).