

Prácticas sociales y cuerpos recuperados: reconfigurar lo propio para sobrevivir*

Práticas sociais e corpos recuperados: re-configurar o próprio de cada um para sobreviver

Social practices and recovered identities: reconfiguring what belongs to the individual in order to survive

Luz Cristina Barajas Sandoval**

DOI: 10.30578/nomadas.n45a16

El artículo analiza, desde la perspectiva de la teoría práctica, algunas experiencias colectivas de mujeres refugiadas y habitantes de la frontera Colombia-Ecuador y sus organizaciones, quienes recuperan algunas de sus prácticas sociales o se abren a adoptar nuevas para manejar la vulnerabilidad en la que se encuentran. Resalta la importancia de lo bio-psico-social en la restauración, que debe incluir abiertamente al cuerpo como primer receptáculo de la violencia, a partir de lo que las mismas colectividades han adoptado como estrategias para permanecer.

Palabras clave: enfoque de prácticas, teoría práctica, mujeres de frontera, bio-psico-social, cuerpo, frontera Colombia-Ecuador.

O artigo analisa, desde a perspectiva da teoria prática, algumas experiências coletivas de mulheres refugiadas e de moradores da fronteira Colômbia-Ecuador e suas organizações, que recuperam algumas das suas práticas sociais ou adotam umas novas a fim de controlar a vulnerabilidade de sua presente situação. Nessa restauração, deve-se destacar a importância dos elementos bio-psico-sociais, já que aquela deve incluir claramente ao corpo como o primeiro receptáculo da violência, partindo daquilo que as coletividades mesmas tem adotado como estratégias para permanecer.

Palavras-chave: enfoque de práticas, teoria prática, mulheres de fronteira, bio-psico-social, corpo, fronteira Colômbia-Ecuador.

This article analyzes, from the perspective of Practice Theory, some collective experiences of refugee women and inhabitants of the Colombian and Ecuadorian border, as well as their social organizations that recover some of their social practices or are willing to adopt new social practices to reconcile the vulnerable state they are immersed in. The article highlights the importance of the bio-psycho-social factors of restoration, which must include their bodies as the first receptacle of violence, and from what the communities themselves have adopted strategies in order to survive.

Key words: practice approach, practical theory, border women, bio-psycho-social, body, Colombian-Ecuadorian border.

* El artículo analiza datos recogidos en diferentes salidas a terreno en la región de frontera Colombia-Ecuador y en Quito, en el marco de la investigación "Derechos de salud sexual y reproductiva femenina y la migración sur-sur". Los testimonios, relatos y descripciones aquí abordados han sido expuestos ampliamente en artículos anteriores.

** Docente-investigadora de la Facultad de Ciencias Sociales, Humanidades y Arte (FCSHA), Universidad Central, Bogotá. Antropóloga de la Universidad Nacional de Colombia, Magíster en Desarrollo Rural de la Pontificia Universidad Javeriana, candidata a Ph.D. de la Radboud Universiteit (Países Bajos). E-mail: cbarajass@ucentral.edu.co

original recibido: 08/07/2016
aceptado: 23/09/2016

nomadas@ucentral.edu.co
Págs. 253~262

El horror de la violencia que se ha padecido a los dos lados de la frontera Colombia-Ecuador, como todas las violencias, se halla corporizada en quienes la han padecido. Sus experiencias individuales y colectivas han dejado huellas muy profundas que remiten necesariamente a los mecanismos de exclusión, impunidad, despojo e injusticia social que caracterizan la historia de los dos países. Sus condiciones nos cuestionan acerca de la vida y los derechos de quienes moran o pasan por allí buscando sobrevivir. Ante tanto dolor y miedo, frente a este gran malestar, cabe preguntarse: ¿a quién corresponde reconstruir la vida rota de los millones de personas afectadas por la violencia infringida por el conflicto armado colombiano? ¿En quién confiar? ¿A quién acudir? ¿Quién se hace cargo del dolor? ¿Quién se hace cargo de tanto miedo? ¿En últimas, cómo se puede vivir con las huellas de tantos actos violentos?

Si estas preguntas ya son complejas para ciudadanos/as colombianos/as en su propio país, ¿qué decir de quienes se han visto forzados a cruzar sus fronteras? La condición de desarraigo en sí misma ya tiene efectos nefastos en la cotidianidad y en la salud física y emocional; si a ésta se le suman características tales como el ser mujer, extranjera, campesina o indígena, quizás analfabeta, se suman e intersectan vulnerabilidades y aumenta el riesgo de no tener acceso a la satisfacción de los derechos fundamentales, entre otros el de la salud (Barajas y Barten, 2011; Barajas, 2013, 2014).

Desplazarse es moverse de lugar, de los espacios vividos, alejarse de las relaciones conocidas, cambiar de sitio, dejar el territorio. Moverse bajo la presión de la guerra modifica la representación de sí mismo, es decir, altera y genera otra identidad. El horror, la persecución y las amenazas modifican las representaciones de lugares, cosas, personas, y genera mecanismos de protección para esconder y recrear referentes de identidad

de manera conveniente en función del riesgo percibido y vivenciado. En otras palabras, quien migra de manera forzada, encarna la extrañeza frente al otro, tanto por la divergencia de historias individuales como por la ausencia de memorias compartidas que permitan entender los códigos de vida y de convivencia del lugar al que se llega¹. Se da, entonces, una pérdida dramática de identidad y de significados, y a nivel más amplio, una ruptura del tejido social que afecta a personas que contaban con algún grado de cohesión como colectividad. Podríamos hablar incluso de la configuración de un trauma cultural o social.

A pesar de este oscuro escenario, es fundamental reconocer que las personas sobrevivientes de la violencia no son exclusivamente sujetos traumatizados o profundamente afectados por el daño² en sus diferentes modalidades, sino que también poseen y usan recursos propios de índole social, simbólica y corporal, con los que han afrontado de manera creativa las acciones violentas que pusieron en riesgo su existencia y que acabaron con la de sus allegados. En este sentido, poseen experiencias de resistencia y valor; reconocerles desde esa condición es propiciar un espacio para resaltar el valor de la vida y de las capacidades del ser humano, que se aleja de la categoría de *víctima*, la cual, si bien ha sido necesaria y útil para efectos de gestionar sus derechos, también les ha estigmatizado y muchos no se identifican con ésta.

Si bien podría decirse que los Estados son quienes deben actuar, existen iniciativas colectivas que reconociendo y sumando experiencias individuales, logran trascender ese ámbito y dar un espacio de contención al dolor y al miedo, a través de la recuperación y reconfiguración de prácticas para la elaboración del dolor físico y emocional. En efecto, ante la dificultad y demora para que las políticas estatales de restauración se plasmen en acciones concretas, muchas mujeres y or-

ganizaciones han adoptado o recuperado prácticas que les permiten reconocer y liberar su dolor acudiendo a la sabiduría de sus tradiciones y de sus cuerpos. De esta forma lo han hecho históricamente para solucionar los obstáculos en ese contexto de enclave en que han vivido, es decir, al estar al margen de los Estados ecuatoriano y colombiano, acuden a sus propias prácticas, o se disponen a adoptar otras para sobrevivir y manejar la vulnerabilidad acentuada por sus circunstancias de vida de los últimos años. En estos procesos lo colectivo es focal; el trabajo comunitario les permite resignificar el sufrimiento, crear o renovar vínculos y activar redes de apoyo para sobrevivir. En últimas, estas negociaciones y prácticas sociales están generando compromisos políticos más allá de situaciones coyunturales particulares en la búsqueda del respeto a la diferencia. Abren sus experiencias de vida colectiva e individual a otras posibilidades de ser en el mundo, desplegando una gran capacidad de reconstruirse, de recuperarse.

En este artículo, inicialmente enuncio de manera muy general algunos de los efectos sociales de eventos violentos, resaltando la importancia de lo colectivo, posteriormente hago un recuento de los principales elementos y características del enfoque de prácticas que he usado para analizar los ejemplos de los recursos de sobrevivencia a los que se ha acudido, expongo esos ejemplos y, finalmente, doy algunas conclusiones.

De lo individual a lo colectivo a través del cuerpo

Ante una calamidad, en sociedades indígenas o campesinas, que están en su propio territorio, es posible acudir a redes sociales étnicas, de parentesco, vecindad, compadrazgo, que se activan fácilmente porque el grupo y sus relaciones se ven afectadas directamente, por ejemplo, ante la enfermedad de uno de sus miembros. La importancia que la colectividad le da a eventos fortuitos como la enfermedad o la muerte se expresa de manera simbólica y mediante acciones concretas porque de una u otra forma, el conjunto social ha sido afectado; en ese sentido, esos eventos reconstruyen o reafirman la solidaridad y refuerzan compromisos de unión y servicio que se evidenciarán con la reciprocidad. Por ello, se puede hablar de la existencia de formas de seguridad social no institucionales, basadas en las relaciones humanas y económicas que han permitido en

extensas zonas rurales, a sus habitantes y sus afiliados en zonas urbanas, subsistir al margen de las formas establecidas por los Estados (Barajas, 2000). Sin embargo, el desplazamiento de millones de personas en el marco del reciente conflicto armado colombiano tiene características nefastas que dejan a las comunidades en una situación de mayor vulnerabilidad cuando lo colectivo se desdibuja e incluso se desvanece y debe reformularse, configurarse de nuevo con otros elementos.

En el dolor individual se pierde el rastro de lo sucedido como hecho social, en la medida en que está fragmentado y se procesa según vivencias particulares. Sin embargo, los relatos personales expresados ante otros, con otros, al ser compartidos, permiten restablecer y elaborar el dolor. Saber qué pasó y cómo se afectó el conjunto social posibilita una perspectiva totalizante del hecho. La vivencia personal se vincula entonces con los trayectos históricos recorridos de los demás miembros del grupo en tanto colectivo social dinámico; se convierte en experiencia transversalmente compartida, en experiencia colectiva de gran valor para la construcción o reconstrucción del tejido social. Esa experiencia convertida en colectiva es un proceso interactivo de autoconocimiento y mutuo conocimiento que posibilita aumentar el grado de conciencia, autoría y organización (Elizalde, 2008). Así, se genera un nuevo contexto, una perspectiva colectiva con otra forma de interpretación de la violencia y de sus consecuencias. Lo colectivo aporta entonces un espacio de contención donde es factible establecer lazos de empatía con el dolor de los otros, lugar en el cual puede surgir algún tipo de identificación entre las personas que se hallan en situaciones semejantes y una identificación con el dolor sufrido por unos y otras.

Los efectos sociales de la violencia son múltiples, heterogéneos, situados; en tanto experiencia colectiva, se pueden constituir con el paso del tiempo en lo que algunos autores denominan *trauma social*. El concepto de *trauma* es tomado por las ciencias sociales de la medicina, para referirse a los efectos de cambios sociales repentinos, inesperados, que pueden producir efectos severos en el tejido social y cultural de una colectividad. Se refiere a una desorganización de las reglas culturales que produce desorientación individual y que conlleva la pérdida de identidad. Según el evento que la haya producido, puede llegar a afectar toda la visión del mundo de la vida de las personas (Sztompka, 2000).

A diferencia del trauma psicológico o físico que es individual, y en la medida en que el trauma social produce una ruptura del tejido social y la pérdida de identidad y de significados que unen a un grupo, no necesariamente todos sus miembros deben haber vivido directamente el evento traumático para que les afecte; el efecto, al ser social, se puede tener sólo por la pertenencia al grupo y altera su núcleo, rompe la estructura de significaciones (del cuerpo, la muerte, la vida...) y sus normas fundamentales (lo aceptado, lo permitido o no), es decir, cambia su sistema de valores.

Como hecho social, es necesario que un evento o una serie de eventos sean considerados colectivamente como la causa del trauma social o cultural, es decir, el significado debe ser establecido y aceptado como tal, proceso que requiere tiempo. En efecto, las consecuencias del trauma pueden cubrir a varias generaciones; a pesar de ello y de los efectos nefastos que puede acarrear el trauma social, es susceptible de convertirse en un agente movilizador de la creatividad social, y generar nuevas formas de ser en el mundo para los integrantes del grupo (Sztompka, 2000). Veremos ejemplos de ello en seguida.

Ante la ruptura de tejidos sociales propia de la violencia que ha azotado a la zona en los últimos años, algunas organizaciones, particularmente indígenas, mediante procesos de resignificación, renovación, actualización de sus tradiciones, mediante reiteraciones colectivas buscan fijarlas y convertirlas en parte de su cotidianidad. Otros grupos acogen actividades colectivas nuevas como forma de reconstrucción de lo social. Para acercarnos a comprender este fenómeno, la teoría práctica o enfoque de prácticas es bien pertinente. Este enfoque se centra en la forma en que los humanos como seres sociales, con su diversidad de motivos e intenciones, logran acuerdos para transformar el mundo en el que viven, mediante sus actividades. Inicialmente haré un acercamiento a dicha teoría, para luego hablar de los casos que la ilustran.

Teoría práctica³

Esta teoría surge del interés por lo contingente, con antecedentes en la teoría de la acción de Weber, y con desarrollos importantes a partir del giro interpretativo de Wittgenstein. Aporta una nueva imagen de lo social

y del agente humano, al incorporar la conceptualización del cuerpo y su estrecha relación con la mente, su relación con las cosas, y al presentar una forma particular de conocer y lograr que el discurso pierda su relevancia, así como presentar las estructuras/procesos y al agente desde otra dimensión. Con base en autores como Foucault, con su teoría nietzscheana del cuerpo, Garfinkel (etnometodología), Judith Butler (estudios de género) y Charles Taylor (filosofía social, agencia humana y lenguaje), el filósofo social Theodor Schatzki formuló una teoría de la práctica enfatizando en la posibilidad de apartarse de las dicotomías habituales, tales como holismo/individualismo, estructura/agencia, macro/micro y la mente/acción. Este autor subraya el carácter colectivo de las prácticas y explica que el solo individuo —como cuerpo/agente con mente— actúa como el “portador” de una práctica —y, de hecho, de muchas diferentes prácticas que no necesitan ser coordinadas entre sí—. Desde esta lógica, como cada agente realiza una multitud de diferentes prácticas sociales, el individuo es el único punto de cruce entre éstas, a través de rutinas cuerpo-mente (Bartiaux, 2013).

Podemos decir que el término *práctica social* se refiere al comportamiento rutinario con varios elementos interconectados entre sí: formas de actividad mental/formas de actividad corporal/cosas y sus usos/saber cómo, *knowhow*/estado de las emociones/conocimiento motivacional. Reckwitz (2002) compendia estos elementos y hablaba de la práctica como un modo rutinario en que los cuerpos son movidos, los objetos manipulados, los sujetos tratados, las cosas descritas y el mundo entendido. Lo social está inscrito en las prácticas y las prácticas siempre son sociales. Así, las prácticas son centrales, fundamentales para entender lo social.

Este enfoque da cuenta de y a la vez supera la dialéctica entre estructura social y agencia humana en la medida en que comprende no sólo las habilidades desarrolladas por los individuos, sino que también tiene en cuenta los conocimientos tácitos y las presuposiciones que apuntalan las actividades humanas. Adicionalmente, las prácticas no sólo se constituyen en lo humano, también comprenden aspectos de lo no humano, al interactuar con máquinas, artefactos y objetos para transformar el mundo. Por ello, un punto central en esta teoría es el de la función que desempeña el cuerpo en la práctica: la mayoría de autores que trabaja con este enfoque coincide en que la

acción transformadora está corporizada (*embodied*) y mediada por artefactos, híbridos y objetos naturales. El enfoque de prácticas conjuga así la tríada cuerpo-actividad-sociedad. Reúne fenómenos de lo humano (emociones, afectos, etcétera) que generan conflictos, tensiones, retos que suponen y reclaman procesos deliberativos, de negociación y, en consecuencia, dinámicas que permitan afrontar las posibilidades del cambio, la continuidad y la adaptación.

Schatzki acuña el concepto de *prácticas* como el “conjunto organizado de acciones —haceres y decires— ordenados por entendimientos, reglas y estructuras teleoafectivas” (Schatzki, 2003: 73). Aquí hay al menos tres elementos para resaltar: a) el nexo entre lo que se dice y lo que se hace que es sustancial en este concepto, al cual otros autores actualmente suman objetos y/o acuerdos y materiales que permiten que lo dicho se convierta en hechos. Las actividades colectivas son entonces centrales y se interrelacionan estrechamente con las formas verbales que las han expresado. b) Entendimiento es la forma inicial de conocimiento de cómo hacer algo. Las reglas son formulaciones explícitas que se dirigen a qué debe ser hecho, incluyendo no solamente las regulaciones sino también definiciones, instrucciones, conceptos, etcétera. Y c) el concepto de *estructuras teleoafectivas* se refiere al ordenamiento de fines, proyectos y tareas unidas a emociones; estas estructuras están incorporadas y expresadas en la actividad de las personas, pertenecen a las prácticas y varían en cada individuo. La única característica universal de la teleoafectividad es la presencia de la afectividad: la actividad humana continuamente expresa las emociones, estados de ánimo y sentimientos. Puede considerarse que casi todas las acciones, incluyendo las rutinas, expresan condiciones de vida y son gobernadas teleoafectivamente. Sin embargo, la afectividad no es inherentemente teleológica, puede expresarse independientemente o en ausencia de un fin.

Al entender las prácticas como el conjunto de conocimientos y presuposiciones que apuntalan actividades, la discusión conduce al análisis de las habilidades y el cuerpo o la incorporación-corporización como expresión de la conexión individuo-sociedad y mente-actividad, lo que en últimas alude a la relación cuerpo-sociedad. Las habilidades corporales son el punto de encuentro entre la mente y la actividad y entre la actividad individual y la sociedad, de manera que las

experiencias corporales y las estructuras físicas son focales en esta teoría.

El cuerpo humano es entonces el punto de conexión entre individuos y el eje múltiple de lo social. Las prácticas son actividades corporales rutinarias que incluyen actividades mentales y emocionales que son también corporales. Las prácticas como actividades mentales implican maneras rutinarias de entender el mundo, de desear, de saber cómo hacer algo. Las prácticas sociales son entonces no sólo una red de actividades, sino de interrelaciones, resultado de nuestras historias biológicas y culturales, que nos permiten expresar y conocer las representaciones de los modos de ser y vivir en el mundo.

Desde esta perspectiva, analizo ahora algunas de las prácticas que ya existían en el acervo cultural indígena tales como la ingesta del yagé (*Banisteriopsis caapi*), los círculos de palabra y de tejido, la medicina tradicional, entre otras.

Como había anotado en un artículo anterior (Barajas, 2014), la región de transición entre montaña y selva, al oriente de los departamentos colombianos de Nariño y Putumayo y la provincia ecuatoriana de Sucumbíos, tiene una gran biodiversidad y sus moradores indígenas poseen conocimientos muy valiosos acerca de los usos medicinales de flora y fauna. Las mujeres, que de tiempo atrás han cuidado y domesticado algunas de esas especies en sus chagras, generalmente no han salido de sus comunidades para difundir esos conocimientos; esa tarea la han realizado principalmente los hombres, quienes viajan llevándolos a ambos lados de la frontera, recorriendo largos trayectos entre los dos países, en donde son reconocidos ampliamente. Ahora, ante el confinamiento al que las ha sometido la violencia y como forma de resistencia a algunos rasgos de dominación masculina, han decidido profundizar en esos conocimientos y aplicarlos de manera decidida en sus propias comunidades, recuperando además prácticas corporales como las del cuidado de la menstruación y su ofrenda a la tierra, que se habían sustituido por prácticas occidentales⁴. “Las mujeres hemos roto nuestra ley natural en torno a la menstruación... nos han hecho perder nuestras costumbres, nos hemos vuelto consumistas y así perdemos también nuestros propios recursos...”. Estos conocimientos se intercambian y refuerzan en los “círculos de tejido” en los cuales, mien-

tras tejen y se habla de lanas y puntadas, se enfatiza en la importancia de volver a los cuidados tradicionales del cuerpo y de las formas de hacer y de estar en sus ciclos, se intercambian semillas, esquejes, plantas y sus usos, conocimientos todos que enriquecerán sus posibilidades de subsistencia y la de sus chagras. “Tejido, fogón, chagra, son la base para construir y recuperar nuestras tradiciones”. No sólo constituyen una práctica la repetición o la rutina, así como tampoco las interacciones que las detentan, sino la dinámica que cada colectividad les pueda dar a éstas. Como forma de asegurar su permanencia en el tiempo, esa recuperación de saberes implica revivir o fortalecer otras prácticas que se relacionan y entrelazan entre sí (aquí, por ejemplo, los círculos de tejido y los círculos de palabra⁵), actividades que se intersectan con otras propias de otras prácticas. Es decir, la práctica de estos círculos refuerza y permite la circulación de los conocimientos para el ejercicio de la medicina tradicional.

Sea que se hable de rutinas, trayectorias, ritmos, momentos, patrones, repeticiones, reproducción o reaparición de acciones, no habrá dos acciones exactas de una misma práctica. En efecto, la mayoría de las prácticas mantienen relaciones en su interior (entre sus componentes) y relaciones con el entorno, y tienen vida propia; esa vida no es exactamente siempre la misma, a pesar de que la práctica se repita y sea capaz de resiliencia, pues está inmersa en un contexto de normas e ideologías (con las contradicciones inherentes a éstas) que han de tenerse en cuenta, ya que pueden cambiar de acuerdo con el tiempo y el espacio. Esas reuniones, a la vez que formas de difusión de normas, estrechan los lazos de amistad, de afecto y de pertenencia a la vereda, al grupo, a la etnia, y se han convertido en una rutina dentro de la mayoría de sus comunidades, como antaño. En el caso de mujeres pasto, por ejemplo, gracias a estos círculos se ha logrado poner en funcionamiento la Escuela de Mujeres o la formación de redes de mujeres, que han logrado incidencia en políticas de género a nivel municipal y departamental, y han buscado influir a partir de sus experiencias colectivas, en la situación de reetnización a los dos lados de la frontera. Sus representantes han logrado visibilización a nivel nacional, y trabajan en nuevas propuestas que mejoren el nivel de vida de las demás mujeres de sus comunidades (Barajas, 2014).

Otra forma de reconfiguración de elementos de medicina propia se ha dado entre indígenas awá con

el establecimiento de sus centros de atención en salud bajo la modalidad de cooperativas⁶. En este caso, además de los aciagos efectos de la violencia sobre esta etnia, ejercida por parte de diferentes grupos armados, su amplia distribución geográfica ha incentivado la necesidad de volver a sus propios recursos, ya que la distancia y dificultad de acceso a un centro de salud, así como la ausencia de personal médico en los pocos centros de atención de los sistemas ecuatoriano o colombiano les ha llevado a recuperar sus tradiciones médicas y a practicarlas. Han acudido entonces no sólo a revivir sus conocimientos de plantas, sino a la tradición de colaboración mutua, y han establecido sistemas de préstamo para el pago de los servicios de salud propia con que cuentan, en los que no solamente se alberga al enfermo sino a familiares o allegados que les cuiden, manteniendo y reproduciendo los esquemas de cuidado y de solidaridad propios de sus núcleos domésticos tradicionales.

De otro lado, la etnia Inga perdió a muchos de sus taitas mayores (chamanes) perseguidos por diferentes grupos armados en las últimas décadas. Con ellos se perdieron conocimientos invaluable de su medicina tradicional que deben ser adquiridos a lo largo de la vida del chamán en un arduo proceso de autoconocimiento y de trabajo con plantas en curaciones colectivas. Para recuperar esos conocimientos y lograr de nuevo la cohesión social, han establecido alianzas con etnias del valle del Sibundoy que aún mantienen muy viva la tradición de ingesta del yagé o ayahuasca, para recuperar la práctica de su consumo y los conocimientos que conlleva su uso. Ésta planta (*Banisteriopsis caapi*) es una especie vegetal utilizada de manera tradicional combinada con otras especies. Es denominada *el remedio* por excelencia en amplias extensiones de la selva amazónica, la Orinoquia y el piedemonte de los Andes septentrionales. Sus efectos de alteración de la conciencia y de purga física, así como el contexto mítico que la rodea, hacen que sea valorada como una planta sagrada. El etnobotánico Evans Shultes la estudió *in situ* (Shultes y Hoffman, 1982), y luego, mediante estudios en laboratorio se determinó que su principio químico principal es la telepatina o harmina, entre cuyos efectos está el debilitar la noción del yo y permitir de esa forma acciones colectivas, ya que fomenta la empatía y la conexión entre personas y de éstas con la naturaleza. Su uso se ha interpretado como una forma de tecnología de la mente para organizar la sociedad, o una forma de mediación

para lograr el control social, ya que diluye la frontera de los egos y permite la interrelación entre quienes componen un grupo (Baptiste, 2016).

La circulación de una práctica como la ingesta del yagé implica su transformación de acuerdo con los flujos de significados en el mundo al que llega; esas transformaciones son de vital importancia para su reproducción y su permanencia a través del tiempo y el espacio. Así, los ingas han establecido espacios particulares para la toma del remedio, de manera separada para mujeres y hombres, y lo ingieren actualmente como forma regular de consulta para la toma de las decisiones colectivas más importantes. Su ingesta particularmente parece dejar huellas en los cuerpos-mentes-emociones, de manera que con su uso reiterado se asegura su inclusión en la colectividad como una práctica social; según la frecuencia de las ceremonias, que siempre son grupales y bajo la guía del taita, se asegura su memoria colectiva y su permanencia en el tiempo.

En estos tres casos de recuperación de formas de medicina tradicional, se acude a la memoria de tradiciones y conocimientos pasados para usarlos en el presente y sobrevivir con la esperanza de construir un futuro. Si bien, la mayoría de las memorias son colectivas, en la medida en que las experiencias y las prácticas lo son, los cuerpos de cada uno de los miembros del grupo deben entrenarse y recuperar las huellas que tengan de esas actividades tanto en su propia historia como en la experiencia colectiva. De esta forma, se van reestableciendo como prácticas sociales que, a la manera de capas, se asientan en el colectivo a través de los cuerpos de los individuos que conforman la comunidad. Así como la violencia marcó esos cuerpos, las prácticas propias de estas etnias son una forma de liberarlos y a la vez producir cohesión en su forma colectiva de vida. Ante la erosión cultural producida por la violencia del conflicto armado que les ha azotado al acabar con vidas humanas, con la naturaleza, la ruptura de tejidos sociales y todos los conocimientos asociados con éstos, estas etnias encuentran en sus tradiciones no sólo formas de sobrevivir, sino que a través de sus prácticas renovadas aseguran que no se sigan acabando sus conocimientos, y tienen la posibilidad de evadir su fosilización, muerte o decadencia. Seguramente la práctica de estas formas de medicina tendrá nuevos elementos en este momento, es decir, hay que resaltar, como dije antes, que las prácticas pueden no ser siempre exactas, no son inmutables,

al contrario, muy seguramente tendrán variaciones, ya que son susceptibles de cambiar, de ser reformadas y, por qué no, deformadas según las necesidades del grupo y de los objetos, lo no humano que se involucre en éstas. En este sentido, son entidades situadas.

Al volver a lo propio, a sus prácticas, estas etnias se afianzan en su forma de existir y relacionarse, en el derecho a la diferencia, y profundizan sus proyectos de reetnización, entre otros.

La memoria del cuerpo

En los actos violentos se desarrollan estrategias para producir dolor, para cosificar el cuerpo: la tortura, el boleteo, la persecución, las amenazas, el confinamiento, la imposición de normas de conducta arbitrarias, la coerción, el secuestro, el reclutamiento forzoso, el desplazamiento forzoso, la violación, los abusos sexuales, etcétera, son todas técnicas para deshumanizar lo humano⁷. Esa deshumanización se da no sólo en las víctimas, sino en el acto violento mismo, de manera que también el victimario se deshumaniza para actuar, para consumir los hechos violentos que deshumanizan al otro, a la víctima. Por ello, se puede afirmar que los cuerpos de las víctimas de actos violentos llevan incorporada la crueldad. Los cuerpos son el objetivo de la violencia, y ésta se inserta en ellos. A pesar de lo anterior, siendo el cuerpo el primer receptor de los actos violentos, a diferencia de los ejemplos de prácticas étnicas descritos atrás, muchas de las acciones de la llamada *reparación psicosocial* en Colombia lo han ignorado⁸. Sólo recientemente el sujeto biológico se ha comenzado a tener en cuenta en algunas formas de reparación que usan terapias corporales que entienden al sujeto en sus aspectos físico, psicológico, emocional y social. En seguida, dos ejemplos de ello.

Los ejercicios para la liberación de la tensión y el trauma (TRE, por sus siglas en inglés) constituyen una técnica de autoayuda para individuos y grupos, que utiliza una serie de ejercicios físicos para liberar al cuerpo de tensiones generadas, ya sea cotidianamente o en experiencias dolorosas de tensión sostenida a lo largo del tiempo que pueden generar trauma. Los ejercicios evocan algunos mecanismos naturales de relajación de la tensión muscular y emocional producidos por eventos de alerta o amenaza para la supervivencia, y posibili-

tan su transformación en una forma de autocuración, cuando son usados regularmente. De acuerdo con los estudios realizados por David Bercei (2011), creador de la técnica, las condiciones de violencia prolongada, por ejemplo, en la guerra, dan origen a tensiones musculares crónicas en el cuerpo, que aíslan a las personas de los dolores físicos y de los efectos emocionales, y que les impiden readaptarse saludablemente a la vida cuando salen de ese contexto. Las tensiones sostenidas en sus músculos adormecen su dolor y mantienen su cerebro en alerta de peligro permanente, y le impiden relajarse y vivir plenamente. Los trabajos de Bercei han demostrado la posibilidad de salir de esa situación, a partir de la capacidad natural del cuerpo para liberar espontáneamente las tensiones musculares mediante temblores.

La Fundación El Alumbrador se creó para llevar esta técnica a sobrevivientes del conflicto armado colombiano, entre otros sitios en el departamento de Putumayo, enseñándola a sobrevivientes de las masacres de El tigre y El Placer, y formando facilitadores locales para replicarla en la región⁹. El efecto de los ejercicios es tanto físico como emocional: disminución o desaparición de dolor de cabeza, mejores condiciones de sueño, disminución de dolores musculares particulares, reducción del miedo, la tristeza, la rabia, la angustia, el estrés, disminución de la desconfianza, un estado general de relajación y posibilidades de mayor concentración, entre otros. Según lo expresado por el grupo, lograron un mayor sentido de autoconfianza y autovaloración manifestando “me siento más complacido conmigo mismo”, “he comprobado que el control de todo está en mí”. En efecto, los trabajos de Bercei, realizados con muchas personas de diferentes partes del mundo, reportan que la técnica fomenta el autoconocimiento y la autorregulación, en la medida en que para realizar los ejercicios no se depende de un facilitador o un terapeuta, sino que se pueden realizar de manera autónoma una vez aprendida la secuencia. Al recurrir a la memoria muscular para la liberación de las tensiones que las situaciones violentas hayan dejado, no es necesario narrar los eventos violentos, lo que podría llevar a procesos de revictimización. Con el ejercicio reiterado de la técnica se reactiva la memoria corporal de las huellas que la violencia ha dejado en los cuerpos-mentes-emociones a nivel muscular, para liberarlos de los efectos de eventos violentos.

La técnica permitió en estos grupos de sobrevivientes del conflicto armado colombiano el establecimiento de lazos de empatía con el dolor del otro, sufrimiento que se tornó común una vez expresado por sus cuerpos, en la medida en que todos/as de una u otra forma lo habían experimentado. El efecto de este proceso ha sido el fortalecimiento de algunas redes informales de apoyo, y el consiguiente refuerzo de la pertenencia a sus comunidades, a pesar de que, entre los participantes, había personas pertenecientes a grupos que podrían ser antagónicos ideológicamente. A partir de su experiencia individual, quienes se formaron como facilitadores lo hicieron con el objetivo de transmitir su experiencia a otros en la búsqueda de beneficios colectivos: “[...] la técnica no solo ayudará a las víctimas, sino a toda la población sin discriminación alguna”, “la técnica ayudará a otros así como me ha ayudado a mí”; servirá “para liberar tensión de la comunidad”, elementos todos que posibilitan la reconstrucción del tejido social.

De otro lado, en Quito, con base en la experiencia de trabajo con mujeres sobrevivientes de violencia sexual en Guatemala, la ONG Asylum Acces, con el apoyo del Consejo Noruego para Refugiados de Ecuador, realizó varios talleres con mujeres colombianas refugiadas usando la metodología de terapia del reencuentro y las terapias corporales, explorando el cuerpo emocional a través del autoconocimiento, los vínculos afectivos y los duelos. Esta metodología parte del cuerpo y de sus experiencias, de la reconstrucción de historias corporales con el criterio de que, si en el cuerpo se gestaron el miedo, la rabia, la humillación generados por la violencia, es en éste donde se deben deconstruir. Según el reporte de esta ONG, los talleres aportaron un espacio de confianza, en el cual las mujeres tuvieron la oportunidad de sentirse parte de un grupo y gestar procesos de cambio en sus vidas y en las vidas de otras mujeres (Aguilar, 2012), un ambiente para el reconocimiento del dolor individual que también se tornó colectivo a través del trabajo corporal y emocional.

A manera de conclusión

¿En quién se puede confiar para reconstruir las vidas y los tejidos sociales rotos por la violencia? En lo propio: en el cuerpo y sus posibilidades naturales de liberación del trauma y de las huellas de la violencia, en saberes

médicos tradicionales, en el yagé como planta de poder, en lo fundamental de lo social, o sea en sus prácticas sociales, en lo ya conocido que se recupera y que se adecúa a las nuevas circunstancias.

En ese sentido, la comprensión del ser humano como un organismo vivo, que por naturaleza posee recursos autónomos que le protegen ante las amenazas a su supervivencia, es fundamental para que un proceso de reparación de los efectos de la violencia sea realmente efectivo. La utilización de los recursos naturales corporales de protección y liberación de los efectos de la violencia debería ser focal en cualquier política de atención a sobrevivientes y víctimas que quiera darles la posibilidad de vivir plenamente e integrarse a la sociedad de forma autónoma, segura y efectiva.

De otro lado, parece que si bien las políticas son importantes, necesarias, no siempre (casi nunca) se traducen en hechos cotidianos, en prácticas sociales, y frecuentemente no pasan de ser enunciados que por sí

mismos no logran erradicar la opresión, la exclusión, el racismo, el sexismo, la discriminación de seres humanos (Barajas, 2013). No se convierten en parte de la vida de los seres humanos para quienes se han formulado. De manera completamente informal, pero en el núcleo de colectividades como las aquí mencionadas, las interacciones entre sus miembros y las actividades que realizan de manera reiterada, la forma como se relacionan, las acciones corporeizadas, sus entendimientos, decires y haceres, el acervo de emociones logra traducir normas en acciones, en cohesión social y, en últimas, en una reactivación política para permanecer en el mundo con su propia forma de vivir, para permanecer en su diferencia.

Las prácticas sociales desde el enfoque aquí analizado, cuentan con elementos materiales e institucionales, con fenómenos y repertorios culturales, formas diversas de conocimiento que éstas generan y que permiten su permanencia en el tiempo, fenómenos todos que evidencian su pluralidad y que pueden conducir a una comprensión más amplia y totalizante de lo social.

Notas

1. Flor Edilma Osorio (2006) profundiza en los efectos del desplazamiento en su libro *Territorialidades en suspenso*.
2. El daño del conflicto armado se ha entendido en Colombia como interrupción-alteración del disfrute de vida, sus significados y el deterioro de proyecto de vida y existencia digna. Se ha identificado tanto en lo material —no tierra, destierro, desarraigo, desapego—, como en el ámbito moral, sociocultural, político. Véanse los trabajos del Grupo de Memoria Histórica.
3. Esta teoría se conoce también como *enfoque de prácticas*. Un análisis profundo y pormenorizado de esta perspectiva se encuentra en el primer capítulo del diseño del programa de pregrado de Trabajo Social de la Universidad Central, de cuyo equipo formo parte y en donde he trabajado este tema.
4. En adelante las frases entre comillas corresponden a testimonios recogidos en entrevistas y grupos focales durante el trabajo en terreno realizado en diferentes momentos (2011-2013). Por respeto a la privacidad, no aparecen los nombres.
5. Los círculos de palabra son una tradición entendida principalmente como masculina en la región, sin embargo, cada vez más la usan las mujeres de diversas etnias, véase Barajas (2014).
6. Véanse detalles de la organización de sus centros de salud tradicional en Barajas (2014).
7. El Centro Nacional de Memoria Histórica en sus numerosos reportes ha dado cuenta de ello.
8. La atención psicosocial en Colombia busca “mitigar, superar y prevenir los daños e impactos a la integridad psicológica y moral, al proyecto de vida y la vida en relación, generados a las víctimas” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2015).
9. Participé en este proyecto en el 2013 como facilitadora TRE de segundo nivel. Los talleres se realizaron con 40 personas (mujeres y hombres entre 8 y 73 años) habitantes de las inspecciones El Tigre, El Placer y de zonas urbanas de La Hormiga y La Dorada.

Referencias bibliográficas

1. AGUILAR, Yolanda, 2012, *Sanar nuestros cuerpos, reconstruir nuestra memoria*, Quito, Asylum Acces.
2. BAPTISTE, Luis Guillermo, 2016, “El jaguar y la telepatina del yage: Amazonía perdida”, en: Parque Explora, video, obtenido de: <<https://www.youtube.com/watch?v=gK3BWngw7oI>>.
3. BARAJAS, Cristina, 2000, *Sentir verano: significaciones de la enfermedad y su curación en los andes colombianos*, Bogotá, Centro Editorial Javeriano.
4. _____, 2013, “Derechos en el contexto de la ley, no de la vida”, en: *Nómadas*, No. 38, Universidad Central-Iesco, pp. 255-266.
5. _____, 2014, “Fronteras múltiples y medicina propia”, en: *Nómadas*, No. 41, Universidad Central-Iesco, pp. 255-265.
6. BARAJAS, Cristina y Françoise Barten, 2011, “Grey Area of Rights and Knowledge: Displacement in Colombia, South-South Migration and Health Equity”, en: *Desafíos*, No. 23-1, pp. 149-174.
7. BARTIAUX, Françoise, 2013, “Moving to a Life with no Car in a System of Automobility? A Practice Theory Approach”, conferencia presentada en Rethink, Renew, Restart. Proceedings of the ECEEE summer study 2013, Presqu’île de Giens, Toulon, France, obtenido de: <www.irsr.eu/issue03/08_Bartiaux_p133-154.pdf>.
8. BERCELI, David, 2011, *Liberación del trauma*, Santiago de Chile, Cuatro Vientos.
9. ELIZALDE, Silvia, 2008, “Debates sobre la experiencia, un recorrido por la teoría y la praxis feminista”, en: *Oficios Terrestres*, No. 23, UNLP, pp. 18-30.
10. MINISTERIO de Salud y Protección Social, 2015, “Atención psicosocial a víctimas”, en: *Minsalud*, obtenido de: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/Victimas_Atenc_Psicosocial.aspx>.
11. OSORIO, Flor Edilma, 2006, *Territorialidades en suspenso: desplazamiento forzado, identidades y resistencias*, Bogotá, Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento.
12. RECKWITZ, Andreas, 2002, “Hacia una teoría de las prácticas sociales: un desarrollo en teoría cultural”, en: *European Journal of Social Theory*, Vol. 5, No. 2, Londres, pp. 243-263.
13. SCHATZKI, Theodor, 2003, *The Site of the social. A philosophical account of the constitution of social life*, University Park, PA, Pennsylvania State University Press.
14. SHULTES, Richard y Albert Hoffman, 1982, *Plantas de los dioses*, México, Fondo de Cultura Económica.
15. SZTOMPKA, Piotr, 2000, *The Ambivalence of Social Change. Triumph or Trauma?*, Institute of Sociology Jagiellonian University, obtenido de: <http://miszlivetzferenc.com/wp-content/uploads/2012/01/Sztompka_The-ambivalence-of-social-change.pdf>.