

La paz consciente: de la posibilidad al reconocimiento

Conscious Peace: From Possibility to Recognition

LUZ MARINA VÉLEZ JIMÉNEZ

Colegiatura Colombiana

lm.velez2@gmail.com

ENRIQUE ANTONIO YEPES CORREA

Colegiatura Colombiana

enriqueyepes1@gmail.com

Resumen

La investigación realizada durante un año de estudio bibliográfico, de elaboración y aplicación de una encuesta-taller autoexploratoria, así como de entrevistas a líderes en la pedagogía de la paz consciente en la Colegiatura Colombiana, muestra un vínculo indisoluble entre la paz y la consciencia. Tras un resumen de los modos en que se ha conceptualizado la paz, en diversos marcos culturales y teóricos, se analiza el recorrido gráfico que hicieron las personas encuestadas sobre sus niveles de paz en distintas esferas y situaciones, evidenciando que dichos niveles dependen, sobre todo, de una vivencia deliberada y expansiva de sí. Esto se confirma tanto en las formulaciones con que los encuestados sintetizaron el concepto de paz consciente en forma de ecuación como en las observaciones de los entrevistados, que se enfocan en el reconocimiento y cultivo de un estrato de paz que cobija a la consciencia, el cual no depende de las circunstancias temporales, aunque permite acogerlas con lucidez. Estos hallazgos nutren la praxis pedagógica en la Colegiatura y se sintetizan aquí en un manifiesto centrado en resignificar la vida a partir de valorar la evidencia de que somos paz consciente, no solo como potencia, sino, sobre todo, como reconocimiento en expansión.

Palabras Clave: Paz, Consciencia, Reconocimiento, Subjetividad, Pedagogía

Abstract

A year-long research—which included bibliographical review, the elaboration and application of a workshop-survey for self-exploration, as well as interviews to leaders of conscious-peace pedagogy in Colegiatura Colombiana— shows an indissoluble link between peace and consciousness. After a summary of the ways in which peace has been conceptualized in different cultural and theoretical frameworks, this article analyzes the graphic trajectory offered by the survey respondents on their peace levels through various spheres and situations. Such peace levels turn out to be mostly dependent on a deliberate, expansive experience of self. This is also confirmed in the equations the respondents elaborated to formulate their concept of peace. Similarly, the interviewed leaders focused on recognizing and cultivating a peace stratum which wraps consciousness and which does not depend on temporary circumstances, although it allows for a lucid handling of such circumstances. These findings nourish the pedagogical practice at Colegiatura and are synthesized here as a concluding manifesto. It hinges on re-signifying life through valuing the recognition that we are conscious peace, not just as a potentiality, but, more importantly, as an expansive awareness.

Keywords: Peace, Consciousness, Awareness, Subjectivity, Pedagogy

1. Introducción

La quietud es tu naturaleza esencial: ese espacio interior o consciencia en que las palabras de esta página están siendo percibidas y se hacen pensamientos. Sin esa consciencia, no habría percepción ni pensamientos ni mundo. Tú eres esa consciencia, disfrazada de persona (Tolle, 2003: 13).

¿Qué es la paz consciente? ¿Cómo se puede experimentar y cultivar? ¿Qué tipo de acción pedagógica la favorece? ¿Cómo se concibe, vive y fomenta en la Colegiatura Colombiana? Este fue el tema del semillero de investigación InterCrea, cuyos hallazgos se consignan parcialmente en el presente artículo¹. La paz es un saber útil, aparentemente inútil, como observa Ordine en *La utilidad de lo inútil* (2013), pues:

Existen saberes que son fines por sí mismos y que (...) pueden ejercer un papel fundamental en el cultivo del espíritu y en el desarrollo civil y cultural de la humanidad. En este

contexto, considero útil todo aquello que nos ayuda a hacernos mejores (p. 18).

El tema de la paz es particularmente relevante en la Colegiatura Colombiana, comprometida con una pedagogía de la conscienciación de sí. El Proyecto Educativo parte de las siguientes preguntas: “¿Qué es la vida?”; “¿Quién soy?”; “¿Cómo soy?”; “¿Cuál es mi naturaleza?”; “¿Qué es educar?”. Desde sus respuestas se funda el pensamiento institucional de “Ser Humano - Ser Origen” como “la fuerza interna que expande su potencial ilimitado y lo transforma conscientemente” (Colegiatura Colombiana, 2020a: 7), encaminada a un ejercicio de la paz individual y social a través de la emoción, el pensamiento, la acción y la palabra.

El programa OtroMundo para la Paz Consciente busca consolidar discursos y prácticas de paz aplicables en diferentes contextos. Entendida como una práctica de autorreconocimiento y corresponsabilidad, en las áreas relacional, física, lúdica, laboral, intelectual y de la abundancia, esta búsqueda se

¹ El semillero de investigación-creación InterCrea se consolidó con la convocatoria “La paz consciente: de la posibilidad al acto sensible” (No 002 del 12 de febrero de 2020, diseñada por la Especialización en Intervención Creativa), a la que acudieron dos egresados, dos estudiantes y dos docentes de la Colegiatura Colombiana. El equipo reflexionó en torno al concepto y a la práctica de la paz consciente, teniendo como referencia al Pensamiento Institucional, desde donde se concibe como un asunto connatural a los seres humanos. En una apuesta de formación de recurso humano, apropiación social de conocimiento y producción de nuevo conocimiento, el Semillero desarrolló las siguientes actividades: 1) 100 encuestas-taller “Tú y tu paz”, con la metodología *Art Thinking*, aplicadas a estudiantes, docentes y directivos de la Institución; 2) entrevistas a profundidad a tres líderes en la pedagogía de la paz consciente en la Colegiatura; 3) una ruta cartográfica de las nubes de conceptos asociados; 4) lectura, discusión y elaboración de fichas bibliográficas sobre artículos académicos acerca del tema. Los hallazgos fueron comunicados por los siguientes medios: a) repositorio bibliográfico; b) instrumento pedagógico de autorreflexión “Tú, tu paz y la paz”; c) video “Tú y tu paz”; d) participación en la 8ª Fiesta de la diversidad 2020, con el video “YOtro”; e) Presentación en el evento académico internacional OtroMundo 2021: *Perfil original para una nueva humanidad*; f) elaboración del presente artículo.

despliega en microcurrículos institucionales, proyectos de cocreación, voluntariado, entrenamiento, facilitación, acompañamiento y cualificación académica. También incluye sesiones de yoga y meditación guiada, como parte de la cultura organizacional, entre otras estrategias. Por ejemplo, existen iniciativas para desarrollar la paz territorial con escuelas; hay una red de nutrición (“Comida vital”) y una “Cocina viajera”, para fomentar la alimentación consciente, especialmente en poblaciones con menos acceso a los medios para proveerla. Se han emprendido proyectos vinculados con los comités de reconciliación en Colombia, se ofrecen programas de liderazgo sustentable y está en ciernes un diplomado en estrategias creativas para la paz consciente.

La Especialización en Intervención Creativa, a su vez, está comprometida, desde sus objetivos y su práctica académica, con la paz en cuanto experiencia consciente que permita tender puentes entre el pensamiento racional, el pensamiento sensible y el encuentro interpersonal. Su formación en creatividad supone una valoración de alternativas que posibilite “sentir-pensar” la paz (Martínez, 2001).

2. Marco conceptual: algunas maneras de concebir la paz

Aunque la paz es vivencia, no concepto, el modo en que se la piensa influye sobre la apertura que se tenga para experimentarla. Es provechoso, por ello, dar una mirada a algunas concepciones que circulan hoy, a partir de visiones prevalecientes en grupos humanos del pasado y del presente. Hablar de paz y de “paces” implica hablar de fenomenología y morfología, historia e historicidad, institucionalización, mediación simbólica e internalización emocional y cognitiva.

Según Galtung (1980), la paz es una característica de un sistema, un conjunto de normas y procedimientos que regulan el funcionamiento de los individuos, grupos o colectividades; cada sistema la forma en función de sus hábitos, usos, costumbres y tradiciones. Martínez (2017), por su parte, revisa el concepto en la cultura occidental e identifica un eje lineal en dicotomías tales como centro - periferia, arriba - abajo, dentro - fuera, nosotros - ellos. Arrupe (2010), señala que, para Oriente, la paz se vive de forma incluyente, cerrada. Es un esfuerzo centrípeto para vivir en armonía, no homogeneizando el mundo, sino expandiendo las relaciones que conectan cada ser con el universo. De manera similar, Trifu (2018) habla de “paces energéticas” —un concepto desarrollado por Dietrich (2012)— como imágenes primigenias del mundo, desde donde se interpreta la paz como la vibración armoniosa, doblemente relacional, entre los seres vivos y el universo: Todo - Uno. En contraste, Ardila (2001) apunta que la “Psicología de la paz” es el campo de investigación y aplicación que utiliza los hallazgos científicos, los métodos y las teorías de la Psicología para la comprensión y modificación de los problemas asociados con la paz, la guerra, la violencia, la agresión y los conflictos entre grupos, comunidades, instituciones y naciones.

En cuanto a su dimensión social, Galtung (1990), profundizó sobre el concepto de “paz negativa” —entendido, inicialmente, como ausencia de violencia directa en todas sus manifestaciones—, asociándolo con la superación de la violencia estructural y cultural. Trifu (2018), al indagar sobre el trabajo de Martínez (2006), rastrea el concepto de “paz negativa directa” como la eliminación o, cuando menos, la reducción de todo tipo de violencia directa, tanto a gran escala (entre estados o dentro de ellos), como es el caso de

la violencia de género, un campo de reflexión y de acción del pensamiento feminista de paz. También concluye que el reconocimiento del valor de las prácticas pacíficas favorece la consolidación de la paz desde un *empoderamiento* de las personas –entendido en el sentido de Paulo Freire (2005)–, una toma de conciencia del potencial mismo de la paz.

Muñoz y Martínez (2001) sostienen que la “paz positiva” es el resultado de la construcción consciente de una paz basada en la justicia, generadora de valores positivos y perdurables, capaz de integrar política y socialmente, de generar expectativas y de contemplar la satisfacción de las necesidades humanas. Dietrich (2012), por su parte, dice que la “paz imperfecta” pretende el reconocimiento de la *imperfección de la condición humana*, vista como un proceso inacabado que se construye día a día aceptando las limitaciones de los sujetos y las de sus contextos. Señala la “paz imperfecta” como el móvil de la transformación hacia situaciones lo más pacíficas posibles. Al respecto, Comins (2002) propone destacar los momentos de paz asumiendo sus imperfecciones, y sostiene que la “paz imperfecta” es la única característica que tienen en común la multitud de paces pequeñas, cotidianas.

Sobre el rico pensamiento de diversas culturas originarias del continente americano respecto a la paz, Cardoso-Ruiz, Gives-Fernández, Lecuona-Miranda y Nicolás-Gómez (2016) lo sintetizan en el concepto del Buen Vivir –*Sumak kawsay* (quechua), *Suma*

qamaña (guaraní), *Kyme mogen* (kolla), *Ti nûle kûin* (ngäbe), *Lekil kuxlejal* (tzeltal), *Raxnaquil* (maya kaqchikel), *nenulang* (kogi, arawako) y *kalykno* (murui), entre otros– que, en términos generales, es “la vida en plenitud” desarrollada en armonía con el espacio vital, su cuidado y conservación, así como el respeto y el equilibrio entre todas las cosas. El Buen Vivir es un concepto en construcción que ha sido incorporado en la Constitución ecuatoriana de 2008 como guía para mejorar condiciones de vida y proteger la biodiversidad. Uno de los aspectos innovadores es la incorporación de los “Derechos de la Naturaleza”.

En cuanto a la visión futurista, Fisas (1998) sintetiza la definición que ofrece la UNESCO sobre una cultura de paz. Esta se construye en la negociación y el diálogo con base en los derechos humanos, la democracia, la libertad, la justicia, la solidaridad y la tolerancia. Sus objetivos incluyen aprender a vivir juntos, reemplazar la cultura de la guerra, fomentar economías colaborativas, resolver conflictos de modo no violento, generar aprecio por la identidad y la diversidad cultural, y establecer la paz en la mente humana.

Estas aproximaciones a la esencia, la experiencia y la trascendencia del tema se podrían sintetizar bajo los rótulos de paz griega, paz romana, paz en Oriente y en comunidades originarias, paz de Dios, paz condicionada y paz consciente. Estas pueden esquematizarse así:

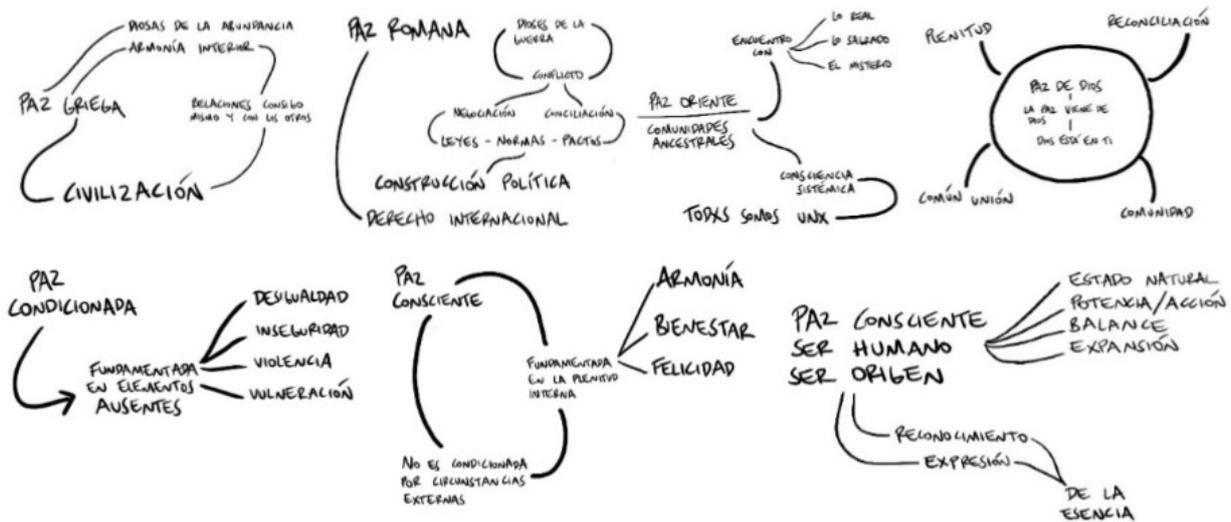


IMAGEN 1. DIVERSAS CONCEPCIONES DE LA PAZ (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 3)

Este ejercicio consciente de elaboración y vivencia de un concepto implica, según Deleuze y Guattari (2002), “una experiencia de intervención interna (sujeto), una experiencia de intervención externa (contexto) y una experiencia de intervención en espiral (flujo)” (p. 89). En términos de Foucault (1982), es “un desplazamiento sobre el que es propicio interrogarse, pues a través de lo que un sujeto narra, también va hacia sí mismo” (p. 118). Desde estas ópticas emerge la interacción como un ir y venir entre la fuente de la narración (deseo, intención), el escenario (tiempo, espacio y fenomenología), la modalidad y el resultado (Vélez, 2018a).

3. Metodología

La encuesta-taller “Tú y tu paz” (Semillero de investigación-creación InterCrea, 2020), diseñada a través de la metodología *Art Thinking* y de la ruta cartográfica de las “4 Erres” (una manera de investigación-creación en la Colegiatura Colombiana), y que en sí misma es un instrumento pedagógico de autorreflexión sobre la vivencia de la paz, recogió cien testimonios escritos e ilustrados

sobre los estados, los niveles, los cambios, las manifestaciones y las ecuaciones de aquella como experiencia de los estudiantes, los docentes y los directivos de la Institución. Esta encuesta-taller cultiva un pensar sensible para acoger múltiples maneras de ser en el mundo y de configurar y conocer ese mundo; además, fructifica en una pedagogía comprometida con el asombro, la subjetivación o la ampliación de la consciencia, de los saberes marginados por el predominio de la razón matemática y de la voluntad de ser agente deliberado en las dinámicas de creación social.

Además de la aplicación de la encuesta-taller, el grupo de investigación entrevistó a tres figuras de singular influencia en las iniciativas pedagógicas hacia la paz consciente en la Colegiatura. Tales iniciativas han venido surgiendo a la luz de los microcurrículos de los *escenarios de expansión* “Ser Humano - Ser Origen” y “Pensamiento Creativo”, que son fuente de estimulación de la concienciación de sí y de la acción, en coherencia con las dimensiones personal, profesional y laboral de los estudiantes. El formato de entrevista se diseñó a manera de conversación, como

herramienta de cocreación y expansión empática de lógicas y praxis particulares.

La ruta metodológica orientó la reflexión-acción de los participantes en tres momentos: “concepciones y prácticas de la paz”, “estados de paz en diferentes esferas de acción” y “paz consciente como ecuación”. El primer momento planteó cinco preguntas; el segundo, dos; y el tercero, una. La estructura narrativa del cuestionario invitó a responderlo de manera escrita y pictórica –con dibujos coloreados–, lo que permitió evidenciar, en términos etnográficos (testimonios), estadísticos (números) y sensibles (los dibujos), un profundo nivel de introyección y una especial expresión creativa en las respuestas. Este tipo de investigación-creación propicia la sensibilización y concienciación del concepto a nivel individual y colectivo; también contribuye a formar públicos y a producir nuevo conocimiento sobre la paz consciente y sobre cómo acontece en el ámbito educativo.

4. Resultados

Tras esta visión panorámica sobre cómo se ha concebido la paz en distintos contextos culturales y teóricos, se consigna a continuación un resumen de las respuestas obtenidas a partir de la encuesta-taller que diseñó el semillero. Las respuestas indican dos concepciones diferentes de la identidad como categoría de nivel abierto y cerrado. El 76% de las respuestas se asocia con la identidad abierta (que no se limita a definiciones rígidas, tales como “movimiento”, “creador”, “posibilidad”) y el 24% con la identidad cerrada (que se define según factores externos, tales como “estudiante”, “docente”, “colombiana”). Estas dos concepciones de la identidad pueden analizarse en términos de cómo se concibe al sujeto. Por un lado, está el sujeto sujetado, por

medio del control y la dependencia, constreñido a su propia identidad, a la conciencia y a su propio autoconocimiento. Por otro lado, se encuentra el sujeto agente, competente para subjetivar su experiencia y sus significados, con capacidad de optar, que puede verse presionado por las estructuras y a la vez resistirlas, en un espacio de posibilidad de acción (Cornejo, Albornoz y Palacios, 2016). La búsqueda de la paz “romana” o social estaría en el ámbito del sujeto sujetado, de las identidades cerradas o predefinidas por los roles sociales. En contraste, el aspecto consciente de la paz habría de cultivarse en el ámbito del sujeto agente, de las identidades abiertas en que hay al menos coautoría entre individuo y sociedad.

4.1. Concepciones y prácticas de paz: estados con relación a la propia vida

En la primera parte de la encuesta-taller, tras consignar su nombre y datos personales, a cada persona encuestada se le hizo una pregunta inicial: “¿Quién soy?”, que invita a la reflexión sobre el sí mismo. Se propuso el arte gráfico de un “Yo soy” (un palíndromo vital) en flujo, equivalente a la suma de percepción, inteligencia y conciencia sobre un presente continuo. Como punto de partida y de llegada, autodescribirse valida la sensibilidad de la vivencia, la creatividad de los testimonios y el aprendizaje generado: es un paradigma formativo aplicable a la realidad, según Gayá (2017). Narrarse es mostrarse, aparecer ante sí, entregarse a la mirada y a la escucha del otro, atestiguar, más que la importancia de la actividad que se describe, la cualidad de un modo de ser, de sentir. El relato de sí entraña una inquietud y una práctica de sí que revela maneras de estesis (sensibilidad del sujeto ante el contexto en el que está inmerso), de autoconocimiento y cuidado. Es un texto

abierto a múltiples interpretaciones (Vélez, 2018b). La siguiente figura ilustra el modo en que se presentó gráficamente la pregunta y la

nube de conceptos que se construyó al sistematizar las respuestas:



IMAGEN 2. PREGUNTA: “¿QUIÉN SOY?” Y NUBE DE CONCEPTOS RESULTANTE DE LAS RESPUESTAS (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 4).

De esta coautoría entre cómo me relatan y cómo me relato a mí mismo dan cuenta las dos preguntas siguientes de la encuesta-taller: “¿Cómo te sientes cuando estás en paz?” y “¿Cómo te sientes cuando no estás en paz?”. Las respuestas permiten establecer qué

emociones o estados se asociaban con la paz. De nuevo, la figura muestra, a la izquierda, el modo gráfico en que se presentó la pregunta y, a la derecha, las respuestas en forma de nube de conceptos:



IMAGEN 3. PREGUNTA: “¿CÓMO TE SIENTES CUANDO ESTÁS EN PAZ Y CUANDO NO ESTÁS EN PAZ?” Y NUBES DE CONCEPTOS RESULTANTES DE LAS RESPUESTAS (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 5).

Es interesante el inventario de estados mencionados. Los asociados con la paz tienden a recurrir a pocos términos, casi siempre sinónimos. Los asociados con la ausencia de paz abundan en terminología y matices emocionales. He aquí el inventario total:

- En paz: “feliz”, “tranquilo”, “potente”, “plena”, “afortunado”, “libre”, “optimista”, “creativa”, “livianito”, “alegre”, “fluida”, “sereno”, “coherente”, “entusiasta”, “comprensiva”, “llenito”, “abierta”, “bienestar”, “posible”, “cosmos”.
- No en paz: “ansiosa”, “angustiada”, “triste”, “nerviosa”, “estresado”, “cansada”,

“aburrido”, “inquieta”, “intranquilo”, “incómoda”, “cargado”, “encerrada”, “perdido”, “vulnerable”, “atado”, “bloqueada”, “desesperada”, “insegura”, “distráido”, “abrumada”, “preocupada”, “desconcentrada”, “tenso”, “mal”, “desesperado”, “asustado”, “confundido”, “agitada”, “desasosiego”, “ensimismado”, “negativo”, “caótico”, “malgeniado”, “desmotivado”, “débil”, “reactivo”, “perturbado”, “agobiado”, “desafinado”, “temeroso”, “ofuscada”, “dispersa”.

Los diferentes estados responden tanto a un relato o narración que se hace de sí mismo como a una reflexión sobre la propia identidad. En términos de Bruner (1997), “el Yo es un producto de nuestros relatos y no una cierta esencia por descubrir cavando en los confines de la subjetividad” (p. 122), de tal modo que “alimentamos nuestra identidad con nuestras conexiones y, sin embargo, afirmamos que también somos otra cosa: nosotros mismos”

(Bruner, 1997: 139). De manera comparable, el camino a la paz consciente implica reconocer el “sabor” de la paz, narrar lo que le dé sentido y generar conexiones que favorezcan la expansión de los estados deseables.

Estas conexiones remiten a las situaciones con que se hace depender el estado de paz. A esto se refiere la siguiente pregunta de la encuesta-taller: “¿De qué dependía y de qué depende que yo esté en paz?”. Esta suscita una reflexión sobre los factores externos que pueden influir sobre los estados de paz. Al mismo tiempo, al comparar los factores de hace diez años con los de hoy, la persona encuestada podría hacerse consciente de un elemento determinante que atribuye valor causal a dichos factores: el yo mismo, que asocia su estado de paz con ciertas circunstancias en diferentes momentos de su vida. La figura que sigue muestra las preguntas y respuestas sistematizadas en nubes de conceptos:



IMAGEN 4. PREGUNTAS: “ESTAR EN PAZ, ¿DE QUÉ DEPENDÍA HACE DIEZ AÑOS? ¿DE QUÉ DEPENDE HOY?” Y NUBES DE CONCEPTOS RESULTANTES DE LAS RESPUESTAS (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN – CREACIÓN INTERCREA, 2020: 6).

Como se ve, los principales factores externos mencionados fueron “familia”, “entorno y contexto”, “pareja”, “belleza”, “salud”, “viajes” y “bienes”. Los principales internos incluyeron: “actitud”, “consciencia”, “productividad”, “decisión” y “claridad”. De nuevo, además, el inventario es mucho más rico al referirse al hoy que a hace diez años, lo

cual indica que el abanico de posibilidades para dinamizar la paz es mayor en el presente – de hecho, es en el ahora que se hace posible la paz–.

Por otro lado, las fuentes externas ocupaban un 79% de las respuestas sobre el pasado (de qué dependía tu paz), y solo un 39% de las referentes al presente (de qué

depende tu paz). Paralelamente, la mención de fuentes internas aumentó en un 11% del pasado al presente. Todo ello indica que la mayoría de las personas encuestadas dan hoy menos peso a los factores externos para su capacidad de experimentar paz. De ahí se puede concluir que, o bien las personas encuestadas han cambiado su enfoque hacia factores internos en el presente, o bien consideran que sus circunstancias externas son hoy más favorables

para su estado de paz. En ambos casos, la paz parece ser algo más factible en el presente.

Ya en un contexto específico, la siguiente pregunta se dirige a una reflexión sobre si ser parte de la Colegiatura Colombiana ha tenido influencia en la manera en que cada persona concibe la paz: “¿Ha cambiado tu comprensión de la paz desde que haces parte de la Colegiatura y cómo?”:

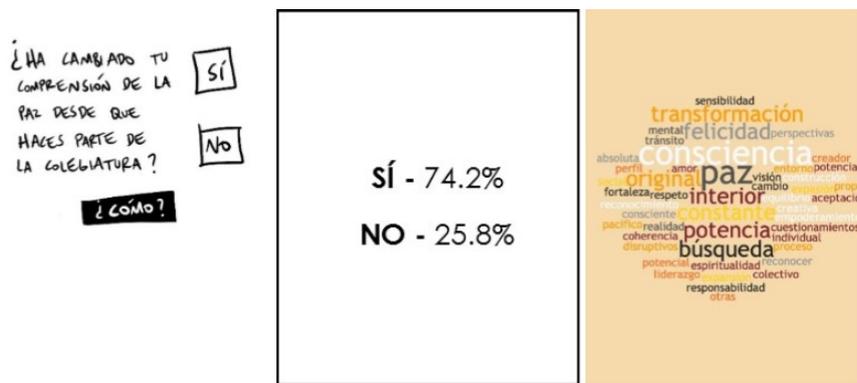


IMAGEN 5. PREGUNTAS: “¿HA CAMBIADO TU COMPRENSIÓN DE LA PAZ DESDE QUE HACES PARTE DE LA COLEGIATURA? ¿CÓMO?” Y NUBE DE CONCEPTOS RESULTANTE DE LAS RESPUESTAS (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 7).

Es claro que la mayoría considera que su presencia en la Institución ha contribuido a elevar su comprensión de la paz.

En cuanto a “cómo” ha cambiado esta comprensión, pueden destacarse los siguientes testimonios respecto a su conexión entre la paz y la consciencia:

- “He aprendido a asimilar y comprender que la vida en estado de paz consciente es plenitud absoluta”.

- “Entiendo que la paz es un estado de consciencia”.

- “Un mayor nivel de conciencia desde mi interior me permite poner la paz dentro de mí, no fuera de mí”.

- “Entendí que puedo crear mi propia realidad desde la paz”.

- “Comprendo la paz como una decisión y una responsabilidad personal”.

- “He aprendido a centralizar y a entender la paz como efecto de un diálogo conmigo misma, como la posibilidad de diálogo entre distintas instancias internas”.

- “Estar en paz es estar en plenitud por lo que soy; cuando genero paz desde mi interior proyecto paz al exterior”.

La pregunta final de esta primera sección de la encuesta-taller investiga de qué maneras se pone en práctica la paz en la vida de las personas encuestadas, particularmente en relación con su vida cotidiana (“¿Cómo aplicas la paz en el día a día y cómo la aplicas en el trabajo/estudio?”):



IMAGEN 6. PREGUNTAS: “¿CÓMO APLICAS TU PAZ EN ACCIÓN EN EL DÍA A DÍA? ¿CÓMO LA APLICAS EN EL TRABAJO O EN EL ESTUDIO?” Y NUBES DE CONCEPTOS RESULTANTES DE LAS RESPUESTAS (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 8).

Estos testimonios, en correlación con las respuestas de toda la encuesta-taller, ofrecen una cartografía de los sentidos (canales de percepción), del sentido (deber ser) y de lo sentido (estética) que constituye la base consciente para la paz. Esta es una suerte de biografía deliberada, en el sentido de que exige “escribir” la propia vida en una dirección deseada y deseable en términos de bios (vida), thymos (ánimo), kynesis (movimiento), metabolé (cambio), téchne (entendimiento) y copertenencia dinámica. En su ritmo de contracción y expansión, afirmación, negación y duda de sí, una narración autobiográfica es una perpetua transformación dialógica y dialéctica que engendra sucesivas interpretaciones. Al cumplir la doble función del lenguaje –del diálogo y del monólogo–, funda “desde el primero, la pluralidad; y, desde el segundo, la identidad” (Paz, 1999: 316).

Las manifestaciones mencionadas pueden resumirse así: “rituales”, “nuevos aprendizajes”, “respiración”, “escucha”, “motivación”, “emprendimiento”, “oración”,

“productividad”, “generación de energía y buen humor”, “expresión de sí”, “disfrute del presente”, “buen manejo del tiempo”, “reposo”, “trato cordial o amable”, “trabajo en equipo”, “comunicación”, “creatividad”, “ayuda a otros”, “tolerancia”, “liderazgo”, “planificación” y “actitud amorosa”. Estas manifestaciones siempre incluyen, por tanto, una interacción con los demás (paz) y con uno mismo (consciencia).

4.2. Estados de paz en diversas esferas de acción

Un segundo ejercicio de la encuesta-taller fue invitar a la observación de “mis niveles de paz”, dibujando círculos de acción o dimensiones de expansión creciente y coloreándolos según el nivel de paz percibido en cada dimensión, de acuerdo con los matices de una paleta cromática que se presentó como referencia. La siguiente figura muestra cómo se presentó el ejercicio:



IMAGEN 7. EJERCICIO “PONLES NOMBRE A TUS DIMENSIONES Y COLOREA CADA UNA SEGÚN TU ESTADO DE PAZ ACTUAL” (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 9).

La dimensión del “yo” como centro irradia, recrea y recoge a las demás (mi hogar, mis seres queridos, mi contexto, mi ciudad, mi país, mi planeta y mi galaxia). A su vez, el conjunto multidimensional de imágenes evoca la resonancia entre ellas, esa interconexión de todo con todos a la que se va abriendo la consciencia de la humanidad en la época contemporánea (manifiesta, por ejemplo, en el pensamiento ecologista). La figura esférica indica una expansión creciente, desde lo íntimo hasta lo cósmico, pasando por lo colectivo o público. De este modo, guía hacia una exploración reflexiva sobre los estados de paz,

haciendo consciente su presencia o ausencia en diferentes niveles. El ejercicio mismo permite visualizar las implicaciones éticas que tienen la presencia o la ausencia de paz en la vida personal, social, planetaria y universal.

Los dibujos seleccionados a continuación recogen la tendencia de las respuestas a la pregunta “¿Qué tan en paz me siento en mis diferentes dimensiones?” En la esfera individual del “yo” priman los tonos de azul (mayor nivel de paz), en contraste con la esfera de “mi país”, en la que predomina el rojo (“sin paz” o menor nivel en paz):

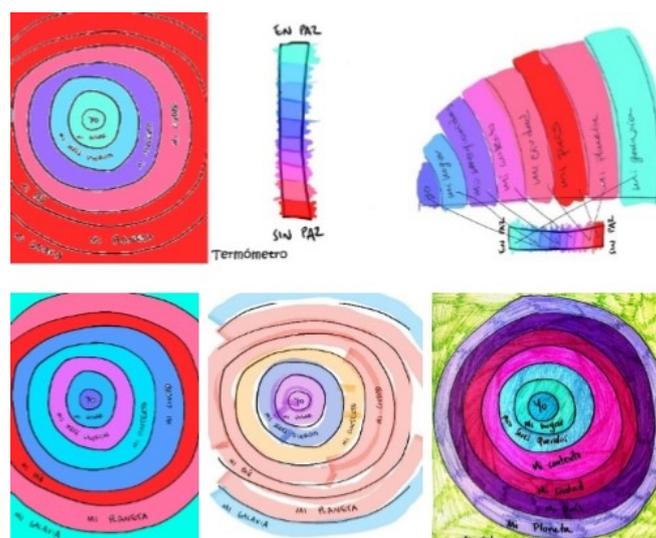


IMAGEN 8. ALGUNAS RESPUESTAS AL EJERCICIO DE NOMBRAR Y COLOREAR LAS ESFERAS DE VIVENCIA SEGÚN EL NIVEL DE PAZ EN CADA UNA (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 10).

Este termómetro sugiere cómo, en general, la paz resulta más accesible en el espacio interior: una sensación y una relación consigo mismo. En cambio, en el espacio exterior, manifestado en creencias, pensamientos, intenciones y juicios (Muñoz, 2000), se advierte una conciencia emotiva-cognitiva y valorativa de “no paz”.

Todo el conjunto de respuestas constituye un bello espectro gráfico de la paz como estado y fenómeno en sus dimensiones íntimas, privadas, públicas, planetarias y galácticas. Cada respuesta, y el mosaico de todas ellas, configuran una obra de arte. Es una expresión visual que comunica de manera original una estética –una aproximación sensible traducida en un conjunto de elementos estilísticos y de sentido– que desencadena un saber contemplativo afianzado en un tono de

asombro. Ese saber contemplativo constituye, en sí mismo, un ejercicio de paz consciente.

4.3. Comparación de estados de paz en tiempos de rutina y tiempos de ocio

Además de la exploración interdimensional comentada anteriormente, la encuesta-taller se dirige a la dimensión temporal como factor de reconocimiento, búsqueda y encuentro de la paz. Con la pregunta “¿Qué tan en paz te sientes en tiempos de rutina y de ocio?” se invita así a reflexionar sobre el estado de paz que puede experimentarse en diversos tipos de actividad o inactividad, permitiendo observar hasta qué punto cada individuo asocia la paz con determinadas circunstancias del entorno. También aquí se propone una escala cromática para indicar el nivel de paz o la ausencia de ella en cada situación:

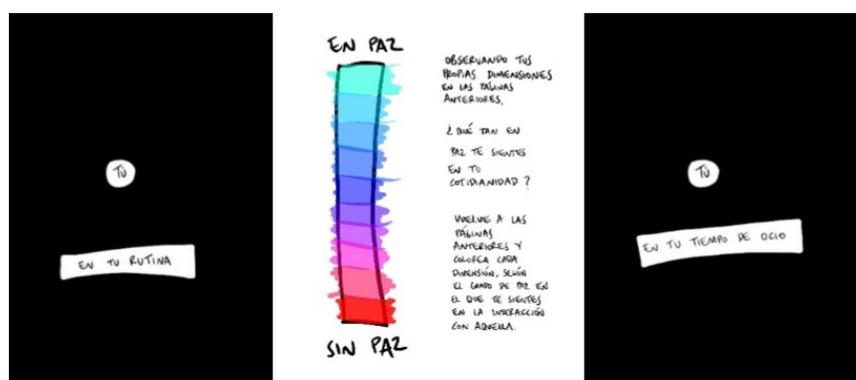


IMAGEN 9. PREGUNTA: “¿QUÉ TAN EN PAZ TE SIENTES EN TU RUTINA Y EN TUS TIEMPOS DE OCIO?” (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 11).

Las respuestas revelan un diálogo con la identidad que desemboca en un flujo entre mismidad, otredad y alteridad creativa y ética. Los testimonios seleccionados son una muestra representativa de los estados “sin paz”, en relación al tiempo de rutina y de ocio. La valoración otorgada a las dimensiones y a los estados “sin paz en tiempos de rutina” se calificó de mayor a menor grado en la progresión mi país, mi ciudad, la cuarentena,

mi trabajo, mi estudio, mi pareja, mis hábitos, mi cuerpo, mis pensamientos y yo. En cuanto a la relación tiempo de ocio - estado “sin paz”, la sucesión de las dimensiones fue mi país, mi contexto político-cultural, mis redes, mi trabajo, mis compañeros.

Estas relaciones se convierten en datos psíquico-culturales, detectables de manera implícita o explícita. Son presupuestos discursivos que devienen en fenómeno, es

decir, no solo narran la experiencia, sino que se convierten a su vez en experiencias o vivencias. Constituyen, entonces, historias sobre la paz como un saber de sí mismo, de la historia y de la cultura, de acuerdo con el tiempo vivido como rutina (que puede asociarse con el automatismo o la respuesta a expectativas de otros) o como ocio (que puede asociarse con el uso autónomo del tiempo). Esto se confirma al notar qué lugar ocupa el “yo” como esfera de paz en cada categoría.

Obsérvese que, en la lista de las dimensiones del estado “sin paz” en tiempo de rutina, el “yo” se ubica en el último lugar, es decir, se percibe mucha más ausencia de paz en esferas colectivas, como el país, la ciudad y el trabajo. En contraste, el “yo” desaparece de la lista de esferas “sin paz” en tiempo de ocio, lo que indica que los tiempos de ocio se experimentan en una relación elemental con el

“yo”, relación que se asocia con la armonía, con estados de paz.

Por otro lado, las esferas que tienen que ver con contextos sociales o colectivos (ciudad/país) se ubican en el primer lugar del estado “sin paz”, tanto en tiempos de rutina como de ocio. Esto muestra que esos contextos sociales, en la medida en que parecen sustraerse al control del “yo”, tienen una relación compleja y conflictiva con aquellos estados que generalmente se asocian con la paz. Esta multidimensionalidad implícita y explícita evoca experiencias psicosomáticas de supervivencia y evolución de la humanidad (Schlüter, 2001), cuya relevancia en la mente de cada individuo determina si su estado de paz se ve más o menos afectado por tales experiencias.

He aquí una muestra de los resultados gráficos compartidos por diversas personas encuestadas:

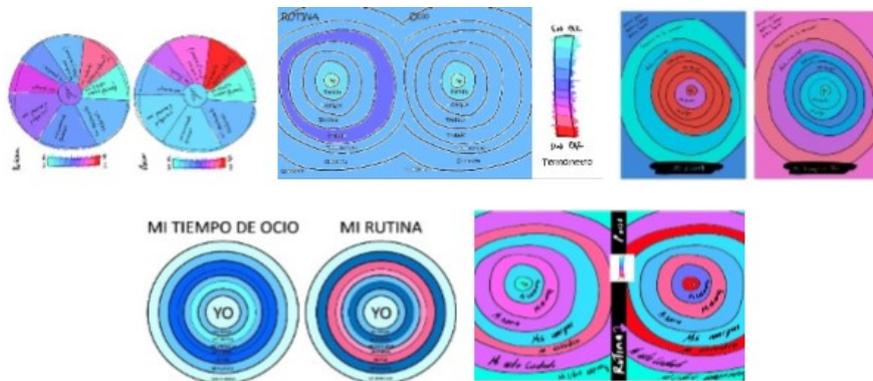


IMAGEN 10. ALGUNAS RESPUESTAS AL EJERCICIO DE COLOREAR LAS ESFERAS DE VIVENCIA, SEGÚN EL NIVEL DE PAZ EN TIEMPOS DE OCIO Y DE RUTINA (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 12).

No es de sorprender, entonces, que el “yo” y el ocio, como esferas que convencionalmente se asocian con un nivel de consciencia más libre, autónomo o deliberado, sean las dimensiones en que más a menudo se marca el “azul” de la paz en las respuestas a la encuesta-taller. Más allá de las reflexiones sobre si el entorno y el contexto determinan el estado personal, lo que sí parece claro es que, para casi todas las

personas encuestadas, a mayor consciencia –en autonomía, libertad o deliberación–, mayor paz.

4.4. La paz consciente como ecuación

El tercer ejercicio de la encuesta-taller propuso plantear la vivencia de la paz consciente desde la metáfora de una ecuación (incógnitas,

operaciones y magnitudes que intervienen en un fenómeno). La pregunta “¿Cómo sería una ecuación de paz consciente?” entraña el desafío de proponer una solución en términos de lo real y lo simbólico, lo psíquico y lo físico, lo temporal y lo espacial; algo así como una constelación de representación y de relación. Como dice Schlüter (2001), la paz como objeto de estudio exige, más allá de diagnosticar fenómenos, abrirse a nuevos paradigmas que

señalen maneras de deconstruir o reconstruir lo que se conoce y se puede conocer vivencialmente acerca de la paz. Estas maneras deberían resaltar el punto de vista del participante, los valores, la relación razón-emociones-sentimientos, la comunicación, la intersubjetividad, el cuidado, la diversidad, las categorías de género, la unión naturaleza-ser humano y la construcción social de la naturaleza.



IMAGEN 11. INVITACIÓN A CREAR UNA ECUACIÓN DE LA PAZ CONSCIENTE (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 13).

Las ecuaciones concebidas reflejan un grado de homogeneidad: el 100% de ellas plantea el reconocimiento de la mismidad y la corresponsabilidad sistémica como suma, multiplicación, común denominador o potenciación. También reflejan un grado de diversidad en términos de los agentes que interactúan: yo, yo superior, los otros, lo otro, el conocimiento, las emociones y la comunicación esencial, entre otros. Estas ecuaciones contribuyen a una cultura autoafirmativa alrededor del reconocimiento y la integración sujeto - buen vivir, en clave de consciencia, desarrollo de las virtudes, presencia en el presente, equilibrio y armonía.

Al preguntarnos qué es la paz, movilizamos recursos de varios fenómenos humanos, de acciones antropogénicas. Somos conscientes de que la paz existe, de que es un fenómeno real que permea la vida y, también, de que somos capaces de hacerla, ejecutarla y

disfrutarla; así mismo, somos conscientes de que tenemos una palabra (paz) que nombra esa realidad. De acuerdo con Muñoz (2000), tomamos consciencia de un ente que reclama nuestra atención y al cual dirigimos nuestra mirada intencional. Dicho ente, a su vez, juega el papel de mediación simbólica del objeto intencional, es decir, sirve para presentar ese objeto intencional ante la consciencia mediante símbolos y conceptos (que finalmente se transforman en autoconsciencia del propio acto reflexivo de preguntar).

Las ecuaciones que se incluyen a continuación recogen un ordenamiento del mundo, en el cual la paz consciente es una solución universalista y deconstructiva alrededor del sujeto. Es decir, estas operaciones expresan una búsqueda del alma que adopta la forma de un cambio de mentalidad, lo que puede analizarse como expresión de un nuevo estilo de vida, una nueva manera de examinar

las prioridades y el vivir en la que la paz, más que estructura, cultura y sistema pacífico, es

biografía:

$$\begin{aligned}
 & \text{PAZ CONSCIENTE} = \\
 & \text{CONEXIÓN CONMIGO + EQUILIBRIO +} \\
 & \text{CONEXIÓN CON EL ENTORNO} \\
 & \text{CONCIENCIA} \\
 & + \\
 \text{PAZ CONSCIENTE} = & \text{TIENTO} \\
 & + \\
 & \text{REALIDAD} \\
 \text{PAZ CONSCIENTE} = & \frac{\text{YO (MENTE + CONCIENCIA + CONOCIMIENTO)}}{\text{TIENTO + EXPERIENCIAS}} - \frac{\text{REMORDIMIENTO + COMPARACIÓN}}{\text{PERDÓN + ACEPTACIÓN}} \\
 \text{PAZ CONSCIENTE} = & \frac{\text{ARMONÍA (INTERNA Y EXTERNA)}}{\text{PENSAMIENTO (RAZÓN Y EMOCIÓN)}} \times \text{COMUNICACIÓN} \\
 & \text{ESENCIAL} \\
 \text{PAZ CONSCIENTE} = & \frac{\text{YO (YO + YO SUPERIOR + EL OTRO, LO OTRO)}}{\text{HABITAR LA PALABRA Y EL ACTO EN CUIDADO PRESENTE (PAZ)}}
 \end{aligned}$$

IMAGEN 12. ALGUNAS ECUACIONES DE LA PAZ CONSCIENTE (RESPUESTAS A LA ENCUESTA-TALLER) (FUENTE: SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN-CREACIÓN INTERCREA, 2020: 14).

Estas ecuaciones dibujan imágenes del presente de los encuestados en clave biográfica. Y la persona, dice Hillman (1999), no es un proceso ni un desarrollo, es una imagen esencial que se desarrolla. Tal es la naturaleza de esta imagen, de cualquier imagen: que todo está implícito en ella. Estas ecuaciones –imágenes biográficas, dibujos de vida– son el resultado de una emersión y una esperanza que revelan un tránsito de búsqueda y de encuentro, y pueden inspirar una cotidianidad fundada en ellas. Parafraseando a Jung (1994), la paz es algo viviente por sí que nos hace vivir; es una vida detrás de la consciencia y de la cual procede la consciencia.

Finalmente, en la sola ecuación de reconocimiento consciente de lo que es, cada ser expande la paz. Esto podría sintetizarse en una ecuación del tipo:

(Yo + reconocimiento de lo que soy) - ideas sobre mí = PAZ CONSCIENTE

Es en el proceso de reconocer nuestro estado natural pacífico, soltando poco a poco conceptos limitantes sobre nosotros mismos, que emerge la paz consciente o la consciencia

de la paz. Este es el común denominador de lo expresado en las entrevistas que resumiremos en el siguiente numeral; también es la base del manifiesto que se presentará al final de este artículo y que sintetiza tanto el trayecto investigativo del semillero como el camino por recorrer para que se manifieste ese “objeto intencional” de la paz.

4.5. Hacia una pedagogía de la paz consciente

En la primera conversación, Julio Salleg, rector de la Colegiatura, enfatiza que la paz es “una potencia connatural al ser humano” que, “en un estado consciente, permite asumirse y asumir al otro en armonía, permitiendo un desarrollo equitativo y una transformación individual y social”. Tras una retrospectiva sobre el proceso de gestación del pensamiento institucional, apunta: “A partir del análisis del pensamiento institucional de ‘Ser Humano - Ser Origen’ y de la matriz estratégica ‘OtroMundo’, se configura el concepto de paz consciente como un programa que estimula el

autorreconocimiento de nuestra potencialidad ilimitada como seres humanos, su manifestación y corresponsabilidad sistémica”. Finalmente, invita a reflexionar sobre la paz consciente, en esa tensión entre el mundo interior y el exterior que aparece con frecuencia en las respuestas a la encuesta taller mencionadas arriba. Al plantear la pregunta “¿Por qué no he llegado a la paz?”, hace la siguiente propuesta: “Porque la estoy buscando afuera de mí, en el hacer y en el tener, no desde el ser”. Esto le permite, a manera de conclusión, afirmar que “para poder estar en paz o aportar a la paz, primero tengo que estar en paz conmigo, porque ¿cómo quiero construir paz contigo si no la he construido conmigo?”.

En la segunda conversación, Omaira Mora, directora de las Escuelas de la Felicidad y de la Comunicación Esencial en la Colegiatura, indica que la paz consciente es para ella estar en unión consigo, “centrada, serena, en reconocimiento de la naturaleza trascendente y sistémica de cada uno”. Reconocer esto, enfatiza, es el fundamento para “darnos cuenta de que somos uno con los otros”. Desde allí invita a la cocreación y a la corresponsabilidad, observando que “con cada pensamiento que tú escribes, cambia el universo”. El universo se perfila entonces como un constructo continuo, cambiante. Y añade la relevancia de estas ideas en el ámbito pedagógico: “En la medida en la que trabajemos esto desde la universidad, brindando técnicas para regresar a la paz consciente interna, va a haber paz consciente externa. Y, entre más personas ejerzan su paz consciente, podremos contribuir e impactar más a nuestra sociedad desde el ser que cada uno es”.

La tercera conversación sobre la pedagogía de la paz consciente en la Colegiatura fue con Mauricio Sierra,

investigador sénior, para quien la paz consciente es “el resultado de un proceso de *autodescubrimiento*”. Dicho autodescubrimiento proviene de la doble naturaleza del yo, puesto que “hay un yo externo y un yo interno. Normalmente vivimos en el yo exterior y somos conscientes de esto. Sin embargo, el yo interno está por fuera de esa consciencia”. Para aclararlo, Mauricio emplea la siguiente metáfora: “Es algo así como si uno viviera en una casa de dos pisos, pero habitara solamente en el primero. Uno no tiene ni idea de que la casa tiene un segundo piso y vive en el primero creyendo que eso es todo lo que uno es. Descubrir el segundo piso es descubrir ese yo interior que es inconsciente y que se puede ir haciendo consciente”. Expresa, a manera de exhortación, que “uno puede ir conquistando ese yo”, y que “el resultado de ese descubrimiento, de ese aprender que hay un segundo piso y de entender cómo se llega allí, es un proceso de autodescubrimiento, de expansión de la noción de quién soy yo”. Concluye que este proceso “produce lo que llamamos paz consciente”.

Las tres entrevistas recalcan lo crucial de promover la consciencia de sí. La paz consciente no es necesariamente algo por construir, sino más bien un estado por descubrir en mí y desde el cual permitir que se generen pensamientos, palabras y acciones que, en consonancia, generen contextos de armonía y paz a nivel intersubjetivo y social. Lo expuesto cobra vida en el plan de formación académico como una estrategia transversal a todas las carreras y todos los semestres, permeando el perfil profesional y el perfil original de los estudiantes. Las asignaturas Pensamiento Creativo y Ser Humano - Ser Origen funcionan paralelamente a las del Componente disciplinario, las de las Trayectorias de autoformación y las de los Escenarios nómadas, ofreciendo espacios,

dinámicas y herramientas (como la Teoría Gestalt, el Storytelling, el Human Centered Design, el Design Thinking, el Living Lab y la manera de investigación/comunicación institucional) para propiciar este proceso de autodescubrimiento y proyección de sí. Como indican los nombres de las asignaturas de los Escenarios de expansión (Pensarse – Sentirse – Expresarse – Vivirse – Ser sistémico – Ser sustentable – Ser Origen – Creación/Comunicación – Pensamiento creativo – Escrituras creativas – Estéticas – Creatividad para la innovación – Investigación/creación),

esta es una ruta que orienta al estudiante en la indagación autobiográfica y en la proyección de la originalidad en contextos de acción. Este proceso de formación académica parte de la concienciación de la esencia: un sinónimo de paz.

El siguiente resumen parcial del cronograma de la asignatura Vivirse ejemplifica temas, actividades y productos que promueven la exploración y el descubrimiento de la “paz en mí”, que luego se manifiesta en la paz intersubjetiva o social:

TABLA 1. MUESTRA PARCIAL DEL CRONOGRAMA DE LA ASIGNATURA VIVIRSE (COLEGIATURA COLOMBIANA) (FUENTE: COLEGIATURA COLOMBIANA, 2020B: S.P).

Eje temático	Actividades previas	Metodología	Producto
Interdependencia y privilegio de servir	Autodiagnóstico Observación consciente	Armonización Ejercicio grupal compartir Definiciones y teorías	Reflexión escrita
Bien común	Roles de servilismo y servicio Observación consciente	Relajación Definiciones y teorías Preguntas reflexivas Compromiso	Ejercicio de roles
Efectividad y afectividad	Observación consciente	Centramiento Definiciones y teorías Retroalimentación proactiva	Reflexión escrita
El poder de la elección y la responsabilidad	Conversaciones de retroalimentación positiva Observación consciente	Armonización Práctica: Conversación: retroalimentación proactiva Definiciones y teorías	Presentación conversación
Solidaridad	Observación consciente	Relajación Juego: atravesar el río y reflexión Definiciones y teorías	
Mejoramiento continuo	Reporte actos solidarios Observación consciente	Centramiento Definiciones y teorías	Reporte de acciones solidarias
Riesgo consciente	Kaizen Fotografías por septenios Observación consciente	Relajación Ejercicio con fotografías Reflexión Compartir Definiciones: cambio, miedo, apego, resignación, fatalismo, riesgo consciente, cultura del riesgo	
Flexibilidad	Observación consciente	Centramiento Ejercicio práctico Definición de pensamiento: rígido, indefinido y flexible Reflexión final	

Cómo crear estados de bienestar óptimo	Observación consciente	Armonización Definiciones y teorías Ejercicio de participación activa	Autobiografía
Consciencia sistémica	Bienestar óptimo Observación consciente	Relajación Experiencias como macro sistema.	
Consciencia sistémica	Presentaciones ONU Observación consciente	Centramiento Presentación objetivos de la ONU	Objetivos de la ONU
Autenticidad	Observación consciente	Centramiento Sesión reflexiva	
Alegria de ser	Observación consciente	Relajación Sesión reflexiva	
Mi relación con el origen	Observación consciente	Relajación Sesión reflexiva	Entrega del KAIZEN

En esta misma línea, Trifu (2018) anota que reconocer el valor de las prácticas pacíficas favorece la consolidación de la paz desde el empoderamiento de la gente. Este se entiende, desde Freire (2005), como una toma de consciencia del propio potencial, en este caso para la paz. El resultado de esta toma de consciencia se traduce en unas maneras concretas de actuar dentro del contexto interpersonal y colectivo. Así lo confirma Fisas (1998), al apuntar que un proyecto de cultura de paz desde la educación debe dar responsabilidad a las personas para que sean protagonistas de su propia historia, a través del uso de herramientas de transformación que estén alejadas de la destrucción o la opresión ajenas. Transmitir intolerancia, odio o exclusión iría en contra del desarrollo personal y social.

El escenario descrito confirma que la educación es una posibilidad bioética y biopoética para cultivar la humanidad más allá del evento gnoseológico, es decir, más allá de intercambiar información. Al fin y al cabo, educar y educarse “con alma” abre horizontes insospechados para verse a sí mismo, reconocerse en el otro y vivir la pedagogía como un asunto vital (Séneca), del afecto (el Dalai Lama), de la esperanza (Freire), de la

subjetivación (Foucault), de la creatividad (Ken Robinson) y del autorreconocimiento del potencial ilimitado (Colegiatura Colombiana). Es una pedagogía retada hacia la humanización consciente (Vélez, 2018a).

5. Conclusiones: un manifiesto de la paz consciente

Un manifiesto es una declaración pública, un texto político (en el sentido del cuidado del otro) que recoge la emoción frente a una crisis y la propuesta de emancipación al respecto. Sus consignas son iniciáticas y pueden convertirse en verdaderos programas de transformación. El presente manifiesto dialoga con la concepción de Ser Humano - Ser Origen y de la ruta cartográfica de investigación-creación de la Colegiatura Colombiana; promueve un ejercicio libertario y provoca la praxis concreta de la paz consciente en primera persona, al mismo tiempo que esperanza un nosotros.

Este manifiesto es fruto del rastreo cualitativo y cuantitativo que las encuestas-taller, las entrevistas y el proceso de lectura e investigación hicieron posible durante el desarrollo de las actividades del semillero. Es

un ejercicio de autoafirmación, creatividad, ética y estética que surge desde la representación gráfica que hicieron las personas encuestadas de sus esferas de experiencia, sus niveles de paz en ellas, y sus formulaciones de una ecuación de paz consciente. Todo ello pone al descubierto que las posturas frente al tema contemplan la originalidad (ser uno mismo) como condición ideal y posibilidad real del bienestar individual y colectivo, una suerte de codeterminación y génesis cooriginaria.

A manera de síntesis y conclusión general, el manifiesto ofrece un faro que, de modo sucinto, puede guiar la vivencia y la acción pedagógica hacia la paz consciente:

Manifiesto Ser Origen

Reconozco la paz como mi estado natural.

Revaloro el tesoro que es mi paz.

Resignifico mi vivencia actual desde la paz.

Recreo y comunico la paz en expansión.

Reconozco que soy paz consciente.

El título puede leerse como decreto en primera persona (yo manifiesto ser) o como sustantivo (su declaración). En ambos casos expresa la condición fundamental de ser original. La paz se origina en nuestra esencia y el camino consiste en manifestar (hacer tangible, hacer enhiesta, llevar en alto) dicha esencia. Así, la secuencia causa-efecto según la cual las circunstancias determinarían mi estado, se trueca al advertir y poner en práctica la vivencia de que mi estado puede reemerger del contacto con mi esencia y, desde allí, irradiarse hacia las circunstancias. Tal es la paz consciente: percatarme de la paz que soy, ser consciente de ella en mí.

Ya que la condición humana, como la concebimos y experimentamos actualmente por

consenso, conlleva un tránsito por estados que a menudo parecen imponerse sobre nosotros y se pueden percibir remotos a la paz y la consciencia, el manifiesto propone un recordatorio (traer al y del corazón) del ser, de la certidumbre. El prefijo “re” indica el cultivo de varias actitudes. Indica repetición (presente en verbos como releer y repasar), porque hace falta repetir en pensamiento, palabra y acción aquello que se quiere manifestar. Indica vuelta al origen o a sí mismo (presente en verbos como regresar y recapacitar), lo cual es explícitamente a lo que invita el manifiesto. Indica hacer algo (de) nuevo (presente en verbos como renovar y reubicar), ya que la paz consciente emerge en la novedad siempre actualizada del presente. E indica hacer algo más intenso y más hondo (presente en verbos como recorrer y resonar), de modo que se vaya indagando la insondable inmensidad del ser consciente.

Así pues, se propone un reconocimiento de sí y del estado natural (original) en que la paz es nuestra heredad. Ya que allí donde está nuestro tesoro está nuestro corazón, se invita a revalorar esa paz, apreciando sus dones y su riqueza. Desde el contacto con el ser apacible que soy, mi vivencia se resignifica, adquiere otro sentido, sea como oportunidad para celebrar o para aportar esa paz en el entorno. El vivir puede tornarse entonces en una expansión o extensión del ser que se recrea en “hacer las paces”, esto es, en la comunicación, la comunión de sí con otros. Y en esta danza se ahonda el reconocimiento de ser consciencia en paz.

Los componentes de este manifiesto son entonces descriptivos (nombran lo que es), didácticos (ayudan en el aprendizaje de ejercerse como lo que se es) y prescriptivos (invitan a una acción y una actitud). Evocan tanto la “consciencia” (entendida como conocimiento reflexivo) como la “conciencia”

(entendida como la valoración moral – colectiva– y la valoración ética –individual–) de aquello que se ha hecho consciente. Ambas devienen en la propia trascendencia, aquello que se es en el aquí y el ahora como antesala de lo que puede llegar a manifestarse, e inauguran así un despertar ante la fuente de creación personal (darse cuenta del propio potencial y de sus posibilidades de aplicación) y para la exploración de la plenitud de la vida toda (en cuanto flujo o energía transpersonal) en la vida propia (en cuanto experiencia subjetiva o interpersonal).

De esta manera, el concepto de paz consciente abre la posibilidad de establecer un paradigma transteórico: un modelo que

atraviesa diversas posturas epistemológicas y, más allá de ellas, florece en una práctica o vivencia, un ejercitarse en ser lo que se es. El manifiesto vislumbra un horizonte comprensivo del sí mismo que incluye, pero a su vez trasciende, la formación institucionalizada. Porque la paz no es una mera ausencia de violencia, sino una presencia. Así se comprende mejor lo que es paz: estudiando esas presencias que son realidades (Fernández-Herrería y López-López, 2012) y dejando que esas realidades emerjan en la consciencia, se reconozcan, revaloren, resignifiquen y recreen al manifestarse en su certidumbre.

Referencias bibliográficas

- Ardila, R. (2001). ¿Qué es la psicología de la paz?. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 33(1), 39-43.
- Arrupe, P. (2010). *Yo viví la bomba atómica*. Barcelona, Mensajero.
- Bruner, J. (1997). *La fábrica de historias. Derecho, literatura, vida*. Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica.
- Cardoso-Ruiz, R., Gives-Fernandez, L., Lecuona-Miranda, M. y Nicolás-Gómez, R. (2016). Elementos para el debate e interpretación del Buen Vivir/Sumak Kausay. *Contribuciones desde Coatepec*, (31). [En línea]. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/281/28150017005/html/index.html> [Consultado el 13 de septiembre de 2020].
- Colegiatura Colombiana. (2020a). *Proyecto Educativo Institucional –PEI–*. Medellín, Colegiatura Colombiana.
- Colegiatura Colombiana. (2020b), *Escuela de la Comunicación Esencial*. Medellín, Colegiatura Colombiana.
- Comins, I. (2002). Reseña de «La paz imperfecta» de Francisco A. Muñoz. *Convergencia. Revista de Ciencias Sociales*, 9(29), 321-336.
- Cornejo, N., Albornoz, R., Palacios, D. (2016). Subjetividad, realidad y discurso entre el determinismo estructuralista y el construccionismo social. *Cinta de Moebio. Revista de Epistemología de Ciencias Sociales*, (56), 121-135. [En línea]. DOI: 10.4067/S0717-554X2016000200001 [Consultado el 7 de octubre de 2020].
- Deleuze, G. y Guattari, F. (2002). *Mil mesetas. Capitalismo y esquizofrenia*. Valencia, Pretextos.
- Dietrich, W. (2012). *La paz como concepto cultural. Experiencia energética y reconocimiento transracional*. [En línea]. https://loshilosdelmundo.files.wordpress.com/2012/11/dietrich_la-paz-como-concepto-cultural-copy.pdf [Consultado el 17 de septiembre de 2020].

- Fernández-Herrería, A. y López-López, M. (2012). *Educación para la paz. Necesidad de un cambio epistemológico*. Granada, Universidad de Granada.
- Fisas, V. (1998). *Cultura de paz y gestión de conflictos*. Barcelona, UNESCO.
- Foucault, M. (1982). *La hermenéutica del sujeto. Curso en el Collège de France*. Madrid, Fondo de Cultura Económica.
- Freire, P. (2005). *Educación y mudanza*. México, La Mano.
- Galtung, J. (1980). The Basic Needs Approach. In Katrin Lederer, K., Antal, D. y Galtung, J. (Eds), *Human Needs: A Contribution to the Current Debate*, Oelgeschlager, Gunn & Hain, pp. 60-81.
- Galtung, J. (1990). Violencia cultural, estructural y directa. *Journal of Peace Research*, 27(3), 291-305.
- Gayá, V. (2017). *‘Método Waldorf’: respeto al niño y a su creatividad: en España nueve escuelas aplican esta pedagogía, alabada y cuestionada a partes iguales*. Madrid, El Siglo de Europa.
- Hilman, J. (1999). *El código del alma. La respuesta a la voz interior*. Barcelona, Martínez Roca.
- Jung, C. (1994). *Arquetipos e inconsciente colectivo*. Barcelona, Paidós.
- Martínez, V. (2001). *Filosofía para hacer las paces*. Barcelona, Icaria.
- Martínez, V. (2006). *Negative and positive peace*. En: Dimensions of peace and security: a reader. Bruxelles, Lang.
- Martínez, B. (2017). Sobre los orígenes de la paz: cosmovisiones del concepto paz en Oriente y Occidente. *La Razón Histórica. Revista hispanoamericana de Historia de las Ideas*, (41), 84-98.
- Muñoz, F. (2000). *La paz imperfecta*. (Versión actualizada de “La paz imperfecta en un universo en conflicto”). Granada, Universidad de Granada.
- Muñoz F. y Martínez, M. (2001). *Historia de paz. Tiempos, espacios y actores*. Granada, Universidad de Granada.
- Ordine, N. (2013). *La utilidad de lo inútil. Manifiesto*. Barcelona, Acantilado.
- Paz, O. (1999). *La casa de la presencia. Poesía e historia*. Barcelona, Galaxia Gutenberg.
- Semillero de Investigación – Creación INTERCREA. (2020). *Diseño gráfico de la encuesta-taller “Tú y tu paz”*. Medellín, Colegiatura Colombiana.
- Shlüter, A. M. (2001). Las religiones Orientales Zenbudismo y paz. En *Seminario de Investigaciones para la Paz: La Paz es una Cultura*, Centro Pignatelli, pp. 201-207.
- Tolle, E. (2003). *La quietud habla*. Rosario, Biblioteca Nuevo Tiempo.
- Trifu, L. (2018). Reflexiones sobre la paz positiva. Un diálogo con la paz imperfecta. *Revista de Paz y Conflictos*, 11(1), 29-59. [En línea]. Doi.org/10.30827/revpaz.v11i1.5602 [Consultado el 5 de septiembre de 2020]
- Vélez, L. M. (2018a). *Documento maestro de registro calificado de la especialización en Intervención creativa*. Medellín: Colegiatura Colombiana.
- Vélez, L. M. (2018b). Sensibilidad como estrategia narrativa. En: *Estrategias metodológicas de creación \comunicación*, Medellín, Colegiatura Colombiana, pp. 70-77.

PROCESO EDITORIAL ▶ EDITORIAL PROCESS INFO

Recibido: 31/03/2021 Aceptado: 02/07/2021

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO ▶ HOW TO CITE THIS PAPER:

Vélez Jiménez, Luz Marina, Yepes Correa, Enrique Antonio (2020) La paz consciente: de la posibilidad al reconocimiento. *Revista de Paz y Conflictos*, Vol.13 (2), 217-238

SOBRE LOS AUTORES ▶ ABOUT THE AUTHORS

Luz Marina Vélez Jiménez, antropóloga y magíster en Filosofía, se ha desempeñado como docente, investigadora y asesora en las áreas de la alimentación, la creatividad y la consciencia. Su producción académica ha sido divulgada en revistas especializadas; es autora, entre otros, de los trabajos “Caldo de cultivo: una receta para nutrir procesos socioculturales”, “La creatividad como forma de conocimiento” y “Sensibilidad como estrategia narrativa”. Actualmente se desempeña como jefe del Laboratorio de Intervención Creativa para la Transformación Consciente en la institución Universitaria Colegiatura Colombiana, donde ha recibido reconocimientos por su perfil docente.

Enrique Yepes (PhD. en letras hispánicas, Rutgers University) fue profesor de tiempo completo en la universidad de Bowdoin College (Maine, Estados Unidos) durante veinte años. Su investigación se ha centrado en la poesía y su intersección con el activismo cultural, la ecología y la consciencia. Ha escrito varios artículos sobre estos temas en revistas especializadas, y es autor del libro *Oficios del Goce: poesía y debate cultural en Hispanoamérica (1960-2000)* (Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT, 2000). Parte de su producción cubre también el área pedagógica, por cuyo desempeño ha recibido varios premios de las universidades donde ha enseñado.