

La **sanació** com a estratègia per a l'abordatge de la **violència a la vida de les dones**



Kaqla, significa arc de Sant Martí en l'idioma Maya Q'eqchi', es va constituir l'any 1996, en el context de la signatura dels acords de pau després de 36 anys de conflicte armat intern. El seu sorgiment va ser motivat per afrontar conjuntament com a dones maies, el racisme i la discriminació que es viu per ser dones i per ser indígenes. D'aquesta manera, la seva missió s'enfoca en "la generació d'accions per al benestar i la vida plena i sense violència de dones maies i els seus pobles", principalment des de la metodologia "Rub' eyal Q' ak'aslemal" -camins per a la plenitud de vida de les dones maies i els seus pobles-, construïda i validada a partir de la pròpia vivència, des de l'enfocament de la cosmovisió maia contextualitzada. A Guatemala, Kaqla s'ha posicionat com un referent en el treball de sanació de traumes i trames a la vida de les dones, com a estratègia política fonamental, amb el valor agregat de proposar un abordatge terapèutic des de l'enfocament específic com a dones indígenes, amb elements de la cultura i cosmovisió Maya, els plantejaments i propostes dels quals han estat validades per la pròpia experiència col·lectiva de les integrants de l'organització, d'altres dones, organitzacions i comunitats.

Part de la missió que s'ha donat Kaqla és la generació de metodologies per a l'abordatge i mitigació de les violències i opressions, a partir de la sistematització de processos específics per a aquest fi i/o de la recopilació d'informació dels diferents processos que es faciliten i acompanyen com a organització.

És així com una de les metodologies generades en el marc del suport d'Entrepobles, és la "Metodologia per a l'abordatge de la violència amb la infantesa i la joventut", la qual es té com a base per al treball que es desenvolupa amb infantesa/adolescència institucionalitzada, així com amb els

A partir de l'experiència de 28 anys de vida organitzativa, Kaqla planteja que la sanació a més de la individual ha de ser col·lectiva

seus pares/mares i cuidadors/cuidadores, per aportar més possibilitats de canvis positius per a la seva vida en sortir de les institucions, i que l'atenció que els brindin en aquests llocs contribueixi a que puguin assumir el lideratge sobre la seva vida, com pertoca.

Aquesta metodologia ajuda a comprendre com tots els éssers humans tenen possibilitats de generar reaccions violentes i/o rebre també aquestes reaccions violentes de manera inconscient, com a part de la seva naturalesa biològica, de la seva història i sistema familiar o l'ambient/context en què es troba immersa; però el més important és comprendre que per això mateix és summament fonamental i estratègica la sanació per prevenir-les i mitigar-les.



Per a Kaqla, la sanació implica trobar, netejar i cicatritzar la ferida inicial o d'origen que generen aquestes reaccions.

A partir de l'experiència de 28 anys de vida organitzativa, i d'una de les investigacions, "Trames i transcendència, reconstruint les històries amb les nostres àvies i mares", Kaqla planteja que la sanació a més de la individual "ha de ser col·lectiva", perquè els traumes són personals però també són col·lectius, històrics i transgeneracionals, als quals Kaqla anomena trames; aquestes s'han donat fonamentalment als pobles i sectors de la població que han viscut en opressió, com és el cas de les dones i pobles indígenes, entre d'altres.

En la investigació ja esmentada, realitzada amb tres generacions de dones maies de Guatemala, Kaqla va trobar, per exemple, que una de les trames a la vida de les dones maies és la "victimització", de tantes vegades i maneres de ser "víctimes" en la història, han internalitzat en el seu ésser, i això es manifesta en la seva quotidianitat de diferents maneres, d'acord amb les circumstàncies, situacions o tipus de relació que es té amb la o les persones; aleshores es manifesta com a submissió, manipulació o agressió, per la qual cosa no és sa per a cap de les persones involucrades i tampoc els resultats són positius ni constructius.

Part dels efectes dels traumes i trames de les violències a la vida és que les persones es deixen de voler, de valorar, de creure en si mateixes, les seves capacitats, no se senten mereixedores de les coses belles de la vida, o s'instal·len creences que la vida és per patir, que la bona vida és després de la mort" o que la felicitat depèn de Déu o d'una persona o persones; resumidament, la persona que pateix qualsevol mena de violència perd el sentit de la vida.

Al llarg dels 28 anys de vida organitzativa de Kaqla s'han realitzat diversos processos de sanació amb dones, homes, infantesa, joventut, autoritats i líders locals i organitzacions socials. La sanació contribueix a netejar, eliminar, construir i



aportar a l'ésser de la persona/es i a la consciència informació, actituds, reaccions, accions, creences, emocions, etc. i de forma que permeti veure's, sentir-se, pensar-se, ubicar-se i actuar d'una altra manera, des del seu veritable jo, sense les lents del trauma; només així podrà ser i donar el millor de si mateixa, a si mateixa i a les altres persones. Dit en paraules de les i els participants abans d'aquests processos: "Millor connexió amb mi mateixa, amb els éssers estimats, amb el grup i amb la xarxa de la vida". "Millor gestió de les meves emocions".

La sanació afavoreix l'enfortiment personal, familiar i comunitari, dels lideratges, de les organitzacions de les dones en fer propostes més sanes i assertives, per a la cerca de la plenitud de vida. La sanació permet influir més en l'assoliment dels objectius, els resultats i les metes proposades, contribuint a la transformació dels col·lectius i pobles. Sanar lleialtats inconscients, nexes conflictius amb el passat, pertinença a camps col·lectius que limiten, deixar anar el passat amb amor, s'aporta a la sanació individual i col·lectiva d'altres persones i pobles.

Els processos de sanació en la metodologia "Rub'eyal Qak'aslemal, camins per a la plenitud de vida", que impulsa Kaqlauen, atenen la integralitat humana, és a dir, les dimensions mental, emocional, espiritual o energètica i física de l'ésser humà. Es desenvolupen des de tres eixos:

1. Socialització i construcció col·lectiva d'informació i coneixements, aquest es dona a través de presentacions en power point o altre material audiovisual, lectura de documents, treballs individuals i col·lectius amb guies preestablertes, reflexions i anàlisi col·lectiva, de acord a les característiques del grup.

2. Identificació i sanació, de concepcions, percepcions, creences, emocions inconscients de manera individual i col·lectiva, a través de l'aplicació de diferents eines terapèutiques físiques, mentals, emocionals, energètiques, d'origen i pràctica maia, com d'altres cultures adaptades a les característiques de les participants.

3. Identificació i construcció de propostes d'accions individuals i col·lectives, que impulsin el benestar i la plenitud de vida personal i col·lectiva.

Per tant, el procés de sanació neteja la ment d'informació i creences equivocades i inútils, i la retroalimenta. Instal·la noves informacions i creences fonamentades i útils per al benestar propi. Elimina emocions i sentiments limitadors del seu poder personal per prendre decisions i accions que beneficien la vida; canvia i integra la seva vida, pràctiques i accions personals i col·lectives, que li generen satisfaccions i realització personal i són més harmòniques i constructives per al benestar i la plenitud de vida.

La sanació aleshores és estratègica per a la mitigació de la violència i per una vida en benestar i plenitud de les persones que gosen portar-la a la seva vida, perquè el procés les condueix a conèixer-se, acceptar-se, valorar-se, assumir la responsabilitat sobre la seva pròpia vida; i també a maximitzar les seves capacitats, potencialitats i poders personals per millorar la seva pròpia vida i posar-se al servei del benestar dels éssers i col·lectius amb qui té l'oportunitat de compartir. Perquè deixa de viure des de les pors, els dolors, les tristeses, les frustracions, etc. i potencia la força, l'alegria, la felicitat, l'harmonia, la seguretat, la pau a la seva vida i la comparteix i la fa transcendir els altres éssers. 🧡