



Cómo resolver los conflictos

por *Duberney Rojas Seguro*



Foto: Jim Loring Tearfund

El Club Deportivo usó el fútbol para capacitar a los jóvenes para resolver conflictos.

Medellín, Colombia, es una ciudad que necesita de forma desesperada resolver sus conflictos. Ha padecido dos décadas de conflicto armado entre bandas criminales, la guerrilla socialista y los grupos paramilitares. Los asesinatos son cosa de todos los días. Este conflicto ha afectado la vida de una generación de niños y de jóvenes que nacieron y crecieron en este contexto de violencia. Muchos de los grupos armados están formados por jóvenes de ambos sexos, entre los 14 y los 25 años de edad.

El Club Deportivo trabaja con jóvenes que viven en medio de la violencia. Hemos observado las destrezas y habilidades que desarrollan las comunidades locales a fin de sobrevivir y resolver los conflictos dentro de este contexto de violencia prolongada. Nos propusimos la tarea de identificar estas fuerzas y usarlas como base. Hicimos esto a través de una combinación de

juegos, investigación y capacitación en la resolución de conflictos.

Uso del fútbol para capacitar a los negociadores de paz

El fútbol es muy popular entre los jóvenes. Ofrece una atmósfera de tensión similar a la de un conflicto armado. Organizamos un torneo de fútbol que se llamó 'Copa de los

Negociadores de Paz' que contaba con las siguientes características:

Equipos mixtos Los equipos tenían que incluir jugadores de ambos sexos. Se requería la presencia de por lo menos cinco jugadoras antes de empezar un partido. Las jóvenes estaban interesadas en participar porque veían la experiencia como una oportunidad de mejorar sus habilidades deportivas. Al principio, los varones tenían poco entusiasmo por jugar con las niñas, pero a medida que se desarrollaba el torneo, notaron que las niñas eran buenas jugadoras y empezaron a aceptarlas como iguales. ¡También nos dimos cuenta de que las niñas respetaban más las reglas y presionaban a los muchachos para que siguieran su ejemplo!

Sin árbitro Los mismos jugadores (de ambos sexos) tenían que resolver cualquier situación de conflicto en el juego.

Sin reglas establecidas Los jugadores tenían que sugerir las reglas y estar de acuerdo con ellas en cada partido.

En este número

- 4 Editorial
- 4 Cómo llevar esperanza y armonía a la gente
- 6 Perdón y reconciliación
- 7 Cartas
- 8 Barreras de separación
- 9 La construcción de barreras
- 10 Construir la paz y transformar el conflicto
- 12 Escuchar para sanarse
- 14 Conflicto en el matrimonio
- 14 Escogiendo perdonar
- 15 Recursos
- 16 Malanda – oración, acción, reconciliación

ISSN 0969 3858

Paso a Paso es un folleto trimestral que une a los trabajadores sanitarios y los trabajadores del desarrollo en todo el mundo. Tearfund, editores de *Paso a Paso*, esperan que las nuevas ideas creadas sean de ayuda y estimulen el trabajo comunitario. Es una forma de alentar a los cristianos de todo el mundo a trabajar juntos con la finalidad de crear una comunidad estable y unida.

Paso a Paso es gratis para la gente que trabaja en campañas de promoción de la salud y del desarrollo. Lo tenemos disponible en inglés, francés, español y portugués. Aceptamos con gratitud cualquier donación.

Invitamos a nuestros lectores a contribuir puntos de vista, cartas, artículos y fotos.

Directora general Isabel Carter
PO Box 200, Bridgnorth, WV16 4WQ, Inglaterra
Tel: +44 1746 768750
Fax: +44 1746 764594

E-mail: footsteps@tearfund.org
Web: <http://tilz.tearfund.org/Espanol>

Directoras de redacción
Rachel Blackman, Maggie Sandilands

Editora de idiomas Sheila Melot

Administración Judy Mondon, Sarah Carter

Comité editorial Ann Ashworth, Simon Batchelor, Paul Dean, Richard Franceys, Mark Greenwood, Martin Jennings, Ted Lankester, Simon Larkin, Donald Mavunduse, Sandra Michie, Mary Morgan, Nigel Poole, Naomi Sosa

Diseño Wingfinger Graphics, Leeds

Impreso por Aldridge Print Group con recursos de fuentes sostenibles o renovables, y procesos que no dañan el medio ambiente.

Traductores L Bustamante, S Dale-Pimentil, E Frias, H Gambôa, L Gray, N Herbert, M Machado, F Mandavela, N Nguesso, G van der Stoel, E Trewinnard, L Weiss

LISTA DE CORREOS Escribanos con una breve descripción de su trabajo, y especifique el idioma que desea a: **Footsteps Mailing List, 47 Windsor Road, Bristol, BS6 5BW, Inglaterra.**

E-mail: footsteps@tearfund.org

Cambio de dirección: Por favor indique el número de referencia de la etiqueta que lleva su dirección al darnos a conocer un cambio de dirección.

Derechos de autor © Tearfund 2006. Todos los derechos reservados. Se da permiso para reproducir textos de *Paso a Paso* para uso en la capacitación, siempre que el material se distribuya en forma gratuita, y que se le dé crédito a Tearfund, Inglaterra. Para cualquier otro uso, favor de pedir autorización escrita a footsteps@tearfund.org

Las opiniones y puntos de vista expresados en las cartas y artículos no necesariamente reflejan los puntos de vista de la directora o de Tearfund. La información provista en *Paso a Paso* se verifica con todo el rigor posible, pero no podemos aceptar responsabilidad por cualquier problema que pueda ocurrir.

Tearfund es una agencia cristiana evangélica de asistencia y de desarrollo que trabaja en asociación con organizaciones locales para traer ayuda y esperanza a comunidades alrededor del mundo que tengan necesidades.

Tearfund, 100 Church Road, Teddington, Middlesex, TW11 8QE, Inglaterra.
Tel: +44 20 8977 9144

Publicado por Tearfund, compañía limitada.
Reg. en Inglaterra No 994339.
Reg. de caridad No 265464.



Foto Club Deportivo

Los niños y los jóvenes demostraron su habilidad para manejar los conflictos.

Un observador Asignamos un observador para cada partido para atestiguar lo que pasaba en la cancha. Esta persona no interfería en las negociaciones para resolver los conflictos. Sin embargo, si se desencadenaba la violencia, el observador tenía el poder de expulsar inmediatamente a cualquier jugador que hubiera recurrido a la violencia.

Estas adaptaciones tenían como objetivo que durante el partido cada jugador se enfrentara en repetidas ocasiones con

situaciones de conflicto en las que tuviera que utilizar sus habilidades para negociar y llegar a la reconciliación. El torneo se llevaba a cabo todos los meses y el deseo de ganar la competición motivaba a las personas a participar.

Resolución de los conflictos

Los niños y jóvenes que participaban en el torneo habían crecido rodeados por la violencia. Sin embargo, durante los partidos mostraron la habilidad para manejar conflictos por medio de métodos alternativos, pacíficos, aunque recurrían de vez en cuando a la violencia. Algunos de los métodos que usaron fueron:

La protesta Incluso en los momentos más intensos del juego, los jugadores fueron capaces de persuadir al equipo contrario a reconocer sus infracciones, deteniendo el juego como protesta pacífica. Lo hicieron:

- aferrándose a la pelota para que el juego tuviera que detenerse
- quedándose completamente callados y quietos (como si estuvieran paralizados).

La mediación Los jugadores practicaban habilidades de mediación:

- reuniendo a las personas que estaban jugando sucio y dándoles a elegir entre jugar limpio o abandonar el partido
- trabajando junto con los jugadores de otros equipos para asegurar el juego



Foto Jim Loring Tearfund

limpio o para fortalecer la participación de las niñas

- interviniendo para evitar la agresión física cuando algunos de los jugadores se ponían agresivos.

La reconciliación Cuando se producían situaciones confusas, los equipos discutían el asunto sin recurrir a la violencia, hasta llegar a un acuerdo. La reconciliación era posible porque:

- ellos estaban de acuerdo desde el comienzo con las reglas para los partidos, y se aseguraban de que se respetaran a través de la discusión y de otros medios no violentos
- pedían la opinión de terceros para ayudar a resolver los conflictos complejos como los goles disputados.

A veces, ninguno de los equipos se daba cuenta de una infracción. Podía parecer que afectaba a un solo jugador. Pero tuvimos la habilidad de mostrarles cómo esto podía transformarse en un conflicto inmanejable. Por esta razón no podía pasarse por alto, y debía resolverse de inmediato.

Fue interesante observar a los niños y a los jóvenes poner su experiencia y sus habilidades en práctica durante los conflictos que se produjeron en cada partido. Nos dio una visión del potencial de las personas para manejar el conflicto. A menudo se considera a las comunidades

locales simplemente como las víctimas de la violencia. Pero las personas que viven inmersas en un conflicto armado prolongado, como la gente de Medellín, aprenden a sobrevivir, a arreglárselas con lo que tienen e incluso a influir en el conflicto. Ha habido mucho derramamiento de sangre, pero los conflictos también pueden proporcionar una oportunidad de aprender. En Medellín hemos aprendido que la comunidad local no está desvalida, sino que tiene el potencial para introducir cambios positivos.

En este proyecto notamos también la habilidad de las jóvenes para que los varones respeten sus derechos. Cuando los muchachos no les pasaban la pelota, las niñas se unían y se negaban a tomar parte en el partido. También tomaban a menudo la iniciativa para resolver los conflictos. En algunos casos, las niñas fueron capitanas del equipo.

El proyecto ha tenido un impacto en la sociedad en general en la medida que los participantes aplicaron en sus comunidades lo que habían aprendido en la cancha.

Nosotros hemos notado que hay más respeto por las mujeres. Ahora esto se nota cuando las mujeres usan las instalaciones públicas como las canchas de fútbol. De igual manera se recurre menos a la violencia como una manera de resolver los conflictos.

Este proyecto proporcionó un ambiente propicio para desarrollar las habilidades necesarias para resolver conflictos. Un proyecto así podría implementarse en cualquier parte del mundo donde haya un prolongado conflicto armado en un contexto urbano y en donde se practiquen los deportes de equipos (no necesita ser el fútbol). La actividad deportiva necesita implicar una pugna por algo difícil de lograr, en que cada equipo compita para ser el campeón. El proyecto puede entonces combinar el deporte con la investigación y la capacitación para la resolución de conflictos.

Duberney Rojas es el Gerente del Proyecto del Club Deportivo.

*Club Deportivo
AA 5238
Medellín
Colombia*

*E-mail: clubdeportivo@epm.net.co
Sitio web: www.cusportsclub.org*

ESTUDIO DE CASO Los derechos a la igualdad



Durante uno de los partidos, una de las niñas oyó por casualidad que los niños planeaban no pasar la pelota a las niñas. Cuando oyó esto, reunió a las otras jugadoras y en protesta todas estuvieron de acuerdo en no jugar. Cuando las niñas les dijeron a los muchachos sobre su decisión, los muchachos tuvieron que suplicar a las niñas que participaran en el partido ya que si no, ellos perderían, ya que las reglas del torneo estipulaban que debía haber por lo menos cinco jugadoras en el equipo. Las niñas usaron esta oportunidad para negociar que los muchachos tenían que pasarles la pelota y que las niñas también podían ser capitán. Los muchachos aceptaron estas condiciones y el partido prosiguió. Desde aquel momento, las niñas vieron cómo las reglas del partido proporcionaban una herramienta eficaz para crear más igualdad entre los sexos y los muchachos entendieron que tenían que respetar los derechos de las mujeres.

Las jóvenes estaban interesadas en participar.

Glosario de palabras que se usan en este número

conflicto

una discordancia o disputa seria o incluso una pugna armada que tiene lugar cuando dos o más personas o grupos tienen, o piensan que tienen, puntos de vista o metas diferentes

guerrillero

persona que pertenece a una fuerza armada independiente

mediador

una persona u organización que facilita la discusión y reconciliación entre las personas o grupos en conflicto

negociar

tratar de llegar a un acuerdo acerca de un asunto a través del diálogo

psicológico

que tiene que ver con la mente o las emociones

reconciliación

la restauración de relaciones

restauración

reparación de algo que ha resultado dañado

trauma

una herida física o emocional que crea daño duradero



Editorial

Cuando miramos nuestro mundo, podemos percibir mucha necesidad de perdón y reconciliación. El conflicto no es solamente la guerra y la violencia. Todos nosotros enfrentamos regularmente cierto grado de conflicto en nuestras relaciones en el trabajo o en la casa.

El conflicto a veces puede ser positivo, como cuando luchamos contra la injusticia y defendemos nuestros derechos y los derechos de otros. Sin embargo, con más frecuencia el conflicto es destructivo. Mucho tiempo y dinero se pierde en lidiar con los resultados del conflicto, como la reconstrucción de viviendas e infraestructura y el tratamiento médico de las lesiones físicas. Sin embargo, las heridas psicológicas y las causas subyacentes del conflicto rara vez se enfrentan.

En Mateo 6:14 está claro que Dios nos pide que perdonemos a los demás, al igual que él nos ha perdonado. He encontrado este problema muy difícil, ya que pienso en situaciones de mi vida en que necesito tomar la iniciativa para perdonar a alguien o para pedir perdón.

El perdón no es una reacción natural cuando alguien nos ha herido. Es una opción que necesitamos tomar si queremos librarnos de la amargura y si queremos avanzar y salir del ciclo de violencia y de reproche.

El perdón es esencial para la reconciliación, pero la reconciliación va más allá de las palabras, se requiere acción, para restaurar la relación rota. Es un proceso en el que es indispensable la voluntad y el compromiso de ambas partes.

En este número examinamos diferentes aspectos del perdón y las ideas prácticas de cómo podemos apoyarnos y trabajar en el proceso de reconciliación.

El próximo número será sobre la salud sexual.

Maggie Sandilands,
Editora de redacción

Cómo llevar esperanza y armonía a la gente

por Bal Kumari Rai Gurung

El perdón no es tan fácil de practicar como es de predicar, pero es un paso esencial hacia la reconciliación y la vida en armonía. El perdón incluye dejar que se desvanezcan las heridas y resentimientos que guardamos dentro. El perdón es difícil. Requiere energía y tiempo, pero es posible lograrlo si las personas se esforzaran con todo su corazón y su alma.

La United Mission to Nepal (UMN) es una organización cristiana de desarrollo internacional que trabaja en Nepal. Trabajamos en asociación con las organizaciones nepalesas en las diversas áreas de desarrollo, incluyendo paz y transformación de conflictos. Una de las actividades de UMN en esta área es ayudar a los grupos, las familias y los individuos durante los períodos de conflicto y fomentar el perdón y a la reconciliación.

En un distrito remoto donde trabaja UMN, se produjo una discordancia en la única iglesia que existe en todo el distrito. El pastor había tomado la decisión de cambiar la denominación de esta pequeña iglesia sin consultar a los ancianos de la iglesia. Algunos ancianos se molestaron. Empezaron a discutir entre sí y algunos dejaron de asistir a la iglesia. UMN empezó a trabajar con los diversos miembros de la iglesia para tratar de buscar la reconciliación. Ahora, después de un año (¡fue un proceso que tomó bastante tiempo!), los miembros están reuniéndose de nuevo. También registraron la iglesia como una organización comunitaria para trabajar juntos ayudando a la población. Los factores que nos ayudaron a facilitar el proceso de reconciliación fueron: la confianza, la amistad, el saber escuchar, el poder entender, la comunicación y la persistencia.

La confianza

A pesar de que éramos forasteros, ambos lados confiaron en nosotros, quizás porque no estuvimos personalmente involucrados en el desacuerdo. Es importante que los mediadores sean independientes, no quieran actuar como jueces e inspiren confianza a todos los involucrados. Esta confianza animó a las personas a que estuvieran abiertas a compartir sus pensamientos. Nos dijeron por qué se sentían heridas y cómo consideraban a los otros. Estaban seguros de que queríamos ayudar a que se solucionaran los

problemas. La confianza es la base sobre la que pueden crecer relaciones saludables. La confianza depende de:

- conocernos bien
- tiempo y paciencia: toma tiempo ganarse la confianza
- tener una fe común. Cada vez que los visitamos, asistimos a los cultos de la iglesia, compartimos las historias de nuestras vidas y pasamos tiempo con los creyentes locales.

Un amigo que escucha

Lo más importante fue simplemente estar allí cuando se necesitaba y escuchar sin juzgar y sin tomar partido. Escuchar es indispensable para empezar a actuar como mediador.

En su condición de comunidad minoritaria, los miembros de la iglesia estaban acostumbrados a trabajar muy unidos y a compartir entre sí sus experiencias. Se reunían a menudo para planear el trabajo en conjunto o se juntaban para charlas informales y estudio de la Biblia, oportunidades en las que compartían penas, alegrías y oraciones además de beber té. Esto se detuvo cuando empezó la tensión, por lo que se sintieron aliviados de compartir sus historias con nosotros cuando los visitamos. Escuchamos a ambas partes expresar que habían extrañado tener un amigo íntimo que los escuchara con simpatía.

Cómo ayudar a la gente a entender el conflicto

Otra clave esencial para el proceso de reconciliación era ayudar a cada individuo a que entendiera los hechos y la realidad del problema. Usamos diferentes herramientas y técnicas para ayudarles a comprender el conflicto y a avanzar hacia la mutua aceptación.

La Biblia Como era un grupo de la iglesia, las herramientas más eficaces fueron el estudio de la Biblia y las oraciones. Nuestros estudios bíblicos se enfocaron en el amor de Dios el perdón y la reconciliación. Condujimos las oraciones y los estudios por separado con los diferentes grupos y oramos constantemente para que Dios nos mostrara el camino a la confesión, al arrepentimiento y a la reunión, que es lo que Dios quiere para su pueblo. También usamos un libro ROOTS de Tearfund, *Construcción de la paz en nuestras comunidades*, como una referencia para nuestros estudios bíblicos.

Análisis Usamos capacitación y discusión para ayudar a que cada persona entendiera qué significa el conflicto, los tipos y fases del conflicto y las respuestas de la gente hacia él. Analizar el conflicto fue interesante y útil. Examinamos:

- el problema central

- cómo empezó
- las causas y los efectos
- cómo encontrar una solución.

Les ayudamos a analizar los factores que pueden unir a la gente al igual que los que causan tensión y pueden dividir a las personas. Durante una reunión con las personas clave involucradas en el conflicto discutimos e identificamos en conjunto los problemas que agravaron el conflicto. Entonces los animamos a que trataran de aportar el mayor número posible de ideas creativas para minimizar los efectos. Esto cimentó la confianza en que era posible lograr la reconciliación. Otra herramienta fue la autocrítica. Esto ayudó a que las personas entendieran sus propias faltas y el papel que desempeñaron en el conflicto, lo que condujo al arrepentimiento y al camino hacia el perdón.

La comunicación

Después de entender el problema y analizar el conflicto, comentamos con ambos grupos lo que ellos pensaban que era la mejor solución. Cuando se hubo tomado esta decisión, se comunicó claramente al otro grupo. Durante nuestro papel de mediación, acentuamos la importancia de compartir perspectivas y opiniones positivas con cada lado. Esto

creó un sentimiento de buena voluntad. Luego arreglamos una reunión entre las dos partes para que pudieran comenzar de nuevo con una esperanza renovada.

Las relaciones se deben cultivar y cuidar todo el tiempo

Al tratar con las heridas y sentimientos de la gente, el cuidado y el apoyo continuos son vitales. Mostramos nuestro cuidado y apoyo a través de nuestras oraciones, escuchando atentamente, mostrando preocupación e interés por resolver el problema, visitándolos con regularidad y charlando con ellos.

La Biblia afirma que el perdón y la reconciliación son posibles. Para traer paz a una comunidad, las personas tienen que mantener buenas relaciones con Dios, con los demás, con la creación y también con sí mismos.

Bal Kumari Gurung trabaja con UMN como Asesor de Defensoría para el trabajo de Transformación de Conflictos.

United Mission to Nepal

PO Box 126

Kathmandu

Nepal

E-mail: bal.k.gurung@umn.org.np

Sitio web: www.umn.org.np



En cualquier comunidad, incluso en las iglesias, hay potencial para el conflicto.

Perdón y reconciliación

por Sarah Mirembe

Alguien que ha sido ofendido o lastimado profundamente sin duda se sentirá que tiene el derecho a estar enfadado, herido y amargado. Incluso puede planear vengarse. Por el contrario, Dios nos pide que le confiemos a él nuestro dolor, que confiemos en él para obtener justicia y para perdonar a los que nos hirieron (Romanos 12:17-20).

El perdón

El perdón es una cuestión muy difícil porque parece significar que el ofensor queda libre de polvo y paja. Éste puede haber actuado deliberadamente y no estar arrepentido. Podría hacerlo de nuevo y quedar impune. Parece no haber ninguna motivación para que la persona herida tome la iniciativa. Sin embargo, aunque el perdón no es fácil, es necesario para el bienestar de la persona herida. Las personas que son heridas y no perdonan a menudo continúan sufriendo estrés y heridas emocionales porque se aferran al enojo y a la amargura.

A menudo el perdón es mal entendido. Es una opción para deshacernos de nuestra herida y resentimiento. No significa:

- que excusemos o aprobemos la ofensa
- que la ofensa se haya olvidado o no importe
- que la ofensa no tenga ninguna consecuencia
- que la persona herida o su herida no tengan importancia.

La reconciliación

La reconciliación es un proceso que va más allá del perdón. Se logra cuando las personas que han estado en conflicto llegan a una relación positiva. La reconciliación normalmente requiere un mediador u orientador experimentado que sea de confianza y pueda hablar con todos los involucrados en el conflicto. Este orientador debe ser sensato, emocionalmente maduro, fuerte, objetivo y nunca debe tomar partido. Él o ella debe ser respetado por la comunidad y permanecer comprometido sin importar cuánto tarde el proceso.

Un mediador no puede resolver el conflicto por sí solo. Todos los que estén involucrados deben estar convencidos de que la reconciliación es la mejor opción para cada uno de ellos, que es mejor que continuar con el conflicto. Todos necesitan estar comprometidos con el proceso, para que puedan sentarse a la misma mesa y vivir en la misma comunidad. Deben discutirse los conflictos potenciales futuros y deben resolverse. El compromiso con la reconciliación debe demostrarse mediante

ESTUDIO DE CASO

En Uganda muchos niños, jóvenes y adultos son raptados y obligados a unirse al Ejército de Resistencia del Señor. Aun cuando se les arreglan para escapar y volver a su comunidad, a largo plazo enfrentan el desafío del perdón y la reconciliación. Así es como una mujer joven describió el proceso de perdonar al hombre que la había raptado:

‘Yo te odiaba, debido al dolor que me causaste. Pero me acordaba de tí en todas partes. Por esto yo estaba atrapada, porque te odiaba y aún lejos tenía que vivir con tus recuerdos. El orientador me ayudó a comprender que yo odiaba al tener que vivir contigo. Ésa fue la primera motivación que tuve para perdonarte. El odio me hizo enfermar seriamente, yo quería en verdad aliviarme, por lo que estuve de acuerdo con el orientador para que me ayudara a expulsar el odio’.

una acción apropiada. Por ejemplo, en Uganda, esto significó estar de acuerdo en que los niños de los que antes habían sido disidentes se aceptaran en las escuelas.

Donde se haya cometido una ofensa, el ofensor debería estar contrito y preparado para admitirlo. Si no quiere comunicarse o se pone a la defensiva, significa que no está preparado para la reconciliación. A veces las personas buscan una compensación económica. Sin embargo, ésta rara vez es una respuesta a largo plazo. Podría satisfacer un poco las necesidades físicas de la persona herida, pero no se resuelve la situación. Las ideas de venganza siempre pueden reaparecer.

La reconciliación no es sólo un episodio. Debe transformarse en un valor y un estilo de vida. Debe pasarse de una generación a la siguiente a través del estudio de la Biblia, la discusión, la disciplina y la vida misma como un ejemplo. El perdón y la reconciliación son parte de un viaje que pocas personas hacen pero cuyo destino es la libertad, la salud y la paz.

Sarah Mirembe es una consultora y orientadora que trabaja con niños y jóvenes en Uganda. Su dirección es:

*Box 2989
Kampala
Uganda*

E-mail: jewelmirembe@yahoo.com



Foto: Jim Loring Tearfund

Se necesitan perdón y reconciliación para asegurar la paz futura.

Cómo proteger los cultivos de los pájaros

Estamos tratando de proteger nuestros cultivos de arroz de los pájaros. Aquí el arroz es un cultivo de enorme importancia. Encontramos muy difícil controlar y evitar la amenaza de los pájaros. Los agricultores se quedan todo el día en los campos para ahuyentar los pájaros. Esto los cansa y perjudica las otras actividades domésticas.

¿Pueden ustedes proporcionarnos consejos técnicos para que nuestros agricultores puedan cultivar arroz, duerman apaciblemente y también desarrollen técnicas más eficaces para controlar a estos rapaces sin matarlos? Si otros lectores han superado este problema, estaríamos encantados de tener noticias de ellos.

Innocent Balagizi
Box 373
Cyangugu
Ruanda

E-mail: balkarh@yahoo.fr

Ayuda con la epilepsia

Escribo para agradecer a los lectores de *Paso a Paso* por responder a nuestra solicitud de información sobre cómo entender y manejar la epilepsia, publicada en *Paso a Paso 44*. Agradecemos al Sr. Ebire de Oweri en Nigeria. Nos ha ayudado a enfocarnos en desarrollar la capacidad de los pacientes para reconocer las señales de los ataques que se aproximan y para evitar los accidentes relacionados con los ataques.

Sin embargo, este nuevo enfoque, que principalmente implica capacitación, no es tan popular entre los pacientes que todavía prefieren recibir apoyo a través de medicamentos. Por lo tanto nos gustaría recibir consejos sobre cómo aumentar la demanda para esta capacitación, sobre todo entre los jóvenes.

Jamils Richard Achunji Anguaseh
Director
Global Welfare Association-Cam

E-mail: glowa_cameroon@yahoo.co.uk

➤ Vínculo entre la alfabetización y la sostenibilidad del medio ambiente

La comunidad de São Geraldo está en la región semiárida de Río Grande do Norte en Brasil. El asociado de Tearfund Diaconia decidió establecer aquí un vivero de plantas. Plantaron árboles frutales para generar ingresos y reemplazar los muchos árboles de esta área que habían sido talados para obtener leña. Ozenilda Moraes Farias, maestra de alfabetización en una escuela local, sugirió que sus alumnos (de los cinco a los ocho años de edad) podían participar. Tenía la esperanza de que pudieran aprender sobre la importancia de mantener el medio ambiente de manera práctica.

Ozenilda usa ahora la curiosidad de los niños como punto de partida para el aprendizaje. Comparan lo que está escrito sobre ecología en los libros en que están aprendiendo a leer, con lo que pueden ver qué sucede en el vivero. Ella dice: 'Creemos en el potencial de estos niños como agentes de multiplicación. La comprensión que adquieren puede aplicarse tanto en el presente como en el futuro, garantizando una mejora en la calidad de vida de la comunidad. Éste es trabajo educativo que beneficia a todas las familias de la localidad, pues al vender los arbolitos se generan ingresos y los jóvenes pueden quedarse a trabajar y vivir en el campo'.

Para más información, por favor contactar a: Verlândia de Medeiros (ingeniero de silvicultura y asesora técnica de Diaconia)

Assessoria de Comunicação da Diaconia, Rua Marques Amorim 599, Boa Vista, Recife-PE, CP 50070-330, Brasil

E-mail: diaconia@diaconia.org.br Sitio web: www.diaconia.org.br

Crianza de termitas

Me gustaría responder a la solicitud de información sobre crianza de termitas en *Paso a Paso 66*. Yo recomendaría no usar termitas porque son muy destructivas.

No hay ningún nutriente en las termitas que no pueda conseguirse en otros tipos de alimentos disponibles para pollos.

Cuando se usan termitas para alimentar a los pollos, algunas se escapan a la tierra. Destruirán todo lo que esté hecho de madera en el área. Es difícil y caro librarse de ellas.

Sería mejor buscar un alimento alternativo para pollos, ya que usar las termitas no es muy económico.

Oluwafemi Ogundipe
Ibadan
Nigeria

E-mail: ogundipeok@yahoo.com

Los huevos de pava

Mis pavas normalmente ponen en marzo, la estación más calurosa aquí, cerca de 42 grados o más. Todos los huevos por lo general se estropean. Me gustaría escuchar algún consejo por favor.

Samuel Angyogdem
E-mail: sangyogdem@yahoo.co.uk

Tinturas de plantas

Leí con interés su página sobre las tinturas caseras (*Paso a Paso 21*) y pensé que podría gustarles saber sobre el eucalipto. Estas plantas contienen tintes naturales que pueden fijar el color en telas como la seda y la lana sin necesidad de usar químicos. El eucalipto se usa cada vez más en silvicultura y para ayudar a restaurar las regiones de terrenos deteriorados, por lo que está haciéndose más común.

Los líquenes, por otro lado, generalmente crecen muy despacio y sólo sueltan su tintura después de un manejo cuidadoso y experimentado. Considero que su uso como fuente de tintura no es sostenible y por consiguiente no debe recomendarse de forma amplia.

India Flint
PO Box 209
Mount Pleasant
5235
Australia

E-mail: India.Flint@unisa.edu.au
Sitio web: www.leafprint.tk

Barreras de separación

por Malcolm P Chisholm

La distancia física entre las personas y las culturas puede acortarse ahora por medio de los aviones, teléfonos celulares y noticias que están al aire las veinticuatro horas. Pero muchas comunidades en todo el mundo todavía están divididas. El conflicto puede ser abierto o desapercibido. Ahora hay barreras físicas o emocionales que separan a las personas que vivían juntas en paz. Las personas hablan a menudo de paz y reconciliación, pero pocos realmente recorren el difícil camino para derribar estas barreras de separación.

Se construyen barreras por muchas razones diferentes, como para cercar los edificios, definir un límite legal, proteger a las personas o la propiedad, e impedir que los animales se pierdan y para cuidarlos más fácilmente.

En muchas partes del mundo, las barreras se construyen también dentro de las comunidades y entre ellas. Algunas de éstas son **barreras físicas**, como las largas 'barreras de paz' dentro de ciertas áreas de Belfast, en Irlanda del Norte. Ha habido conflicto violento en este lugar durante muchos años. Estas barreras son una representación del miedo y desconfianza que existe palpablemente entre comunidades adversarias vecinas. Algunas de estas barreras tienen varios kilómetros de largo. En el transcurso de los años, a medida que se agrava el conflicto, se han hecho más altas y sólidas. Incluso después de los acuerdos oficiales de paz del gobierno, las barreras han continuado creciendo.

Estas 'barreras de paz' son un recordatorio de que aunque los gobiernos digan que ha llegado la paz, la vida en la calle no es ni armónica ni pacífica. En todo el mundo, muchas comunidades locales se quedan rezagadas, luchando en zonas de previo conflicto étnico a medida que el mundo avanza hacia la próxima iniciativa de paz.

Las barreras que separan las comunidades causan largos desvíos a los viajes antes sencillos. Lamentablemente, con el tiempo, la gente se acostumbra a ellos y se vuelven normales. Otras personas que no participaron directamente o no estuvieron allí en el momento en que se requirió construir estas barreras, las aceptan al igual que los desvíos necesarios. Pero en su interior saben que algo no está bien.

También pueden construirse **barreras inadvertidas** en los corazones de las

personas, como entre un hombre y su esposa, entre los que antes eran amigos, o entre 'ellos' y 'nosotros'. Pueden simbolizar una relación basada en la desconfianza, en lugar de basarse en la confianza. Cada omisión o acto mal interpretado agrega



Las barreras entre las personas en conflicto no son sólo físicas.

otro ladrillo a la barrera. Estas divisiones también pueden encontrarse dentro de la iglesia cristiana que debería trabajar por la unidad y la paz en un mundo dividido y sufriente. Nosotros oramos e instamos a los políticos locales a que se unan para resolver juntos una situación política. Sin embargo muchos cristianos no están preparados para reconocer o saber cómo proceder ante las barreras que causan tanta división dentro de la iglesia. A menudo las barreras que ponemos no sólo afectan nuestras vidas sino también las de los demás.

Así como la gente que tiene que tomar rutas de desvío alrededor de las barreras físicas, muchas personas también evitan el contacto con las personas con que están en conflicto. Mucha energía, tiempo y dinero se gastan en mantener estas barreras, pero no se encaran las razones que provocaron la existencia de tales barreras.

Desgraciadamente, las barreras no se caen solas. La gente debe tener la voluntad de derribarlas. Deben enfrentarse los miedos y actitudes subyacentes y deben compartirse; el proceso requiere tiempo, valor y acuerdo mutuo.

El *ejercicio de grupo* que se encuentra en la siguiente página puede usarse para demostrar cómo se construyen las barreras entre las personas.

Reconocer una barrera es fácil. Dar los costosos pasos para empezar a demoler esa barrera no es fácil, pero las recompensas pesan más que el costo. Tragarnos nuestro orgullo, perdonar a las personas y enfrentar el conflicto, no es tarea fácil. Aun cuando sintamos que tenemos la razón, quizá necesitemos ser el que da el primer paso hacia la reconciliación.

Tendrán que hacerse varios viajes por las ruinas de la barrera. La reconciliación es una parte íntegra del trabajo de Dios y no es opcional para los cristianos. Jesús demolió la barrera que nos separa de Dios. Con su gracia, y con la ayuda del Espíritu Santo, también podemos ayudar creativamente a otros a reconciliarse.

Malcolm P Chisholm es un asesor independiente que trabaja desde hace más de 20 años en el área de reconciliación y la construcción de paz.

13 Dundela Gardens
Belfast, County Antrim
BT4 3DH
Northern Ireland
Reino Unido

E-mail: malval1@ntlworld.com

La construcción de barreras

Esta actividad de grupo puede usarse dentro del contexto de un taller de construcción de paz o como parte del trabajo continuo de reconciliación dentro de una comunidad en conflicto. El ejercicio puede demostrar eficazmente cómo se construyen las barreras entre los grupos de personas, revelar problemas de conflicto que necesitan confrontarse e introducir ideas de reconciliación. Se necesita un facilitador experimentado ya que es importante discutir y resolver los problemas que puedan suscitarse durante el ejercicio. Para mayor información sobre facilitación, ver *Paso a Paso 60*.

1 Para empezar

Para esta actividad se necesita:

El local De preferencia un recinto cerrado, o un espacio al aire libre con los límites claramente marcados.

Los grupos Dividir a los participantes en dos grupos. Escoger los grupos al azar (por ejemplo numerando a los participantes alternadamente 1, 2, 1, 2, 1, 2 etc), para que cada grupo contenga una mezcla de personas de ambos lados del conflicto real. Los dos grupos se dirigen a diferentes extremos del cuarto.

El material Cajas de cartón usadas (también podrían usarse latas vacías, leños o ladrillos), pedazos pequeños de papel para pegar en las cajas, bolígrafos.

Tiempo Considerar entre una hora y media y dos horas, incluyendo media hora por lo menos para la retroalimentación.

2 Construcción de barreras para principiantes

Una persona empieza por escribir o dibujar en un pequeño pedazo de papel algo que a él o a ella no le gusta del 'otro grupo' o de 'otra persona' en su situación de conflicto. Ésta podría ser una actitud o una acción, algo que haya experimentado personalmente. El papel debe entonces pegarse en el costado de una caja. Esta caja se pone entonces entre los dos grupos, como el primer ladrillo en la barrera. El pedazo de papel debe estar del lado de la barrera del que lo escribió, para que el otro grupo no lo vea. Alguien del otro grupo hace entonces lo mismo de su lado y lo agrega a la

barrera. Ninguno de los grupos debe saber lo que se ha escrito en los pedazos de papel en el otro lado.

¡Pronto la barrera de cajas empieza a crecer, al igual que el entusiasmo de los participantes! Hay que continuar edificando hasta que la barrera sea tan alta como sea posible construirla sin peligro. Es importante que cada participante agregue por lo menos una o dos cajas a la barrera. Una vez que se haya construido la barrera, se debe pedir a los participantes que griten algunos de sus



Foto Malcolm Chisholm

sentimientos colectivos sobre el 'otro' grupo. Después de un rato se debe preguntar lo que quieren hacer con la barrera. Se espera que quieran derribarla. Si esto es así, hay que permitirles hacerlo cuidadosamente. ¡Por lo regular esto es muy rápido!

3 Retroalimentación

Una vez que se derriba la barrera y se sacan todos los escombros, es importante que los participantes expresen su opinión.

Hay que pedirles que den su retroalimentación sobre lo que escribió su equipo en las hojas de papel (a fin de que se haga en forma anónima, las personas no tienen que decir lo que escribió cada quien). El facilitador debe resumir esto en una hoja grande de papel.

Luego, debe pedirles a los participantes que expresen cómo se sentían al poner las cajas y luego cómo se sintieron en relación con los del otro grupo cuando la barrera creció y se vieron separados de ellos.



Foto Malcolm Chisholm

A lo largo de esta actividad, el facilitador debe estar atento para notar cualquier señal de emociones dolorosas, o lenguaje corporal que revelen vulnerabilidades expuestas y para manejar cualquier situación delicada que pueda suscitarse. Es importante darles la oportunidad a las personas para que expresen lo que sienten y piensan y no sólo reprimirlo. Sin embargo, también es

importante que las tensiones no vayan demasiado lejos y se hagan inmanejables y destructivas.

Una idea es tener un buzón de sugerencias donde la gente pueda exponer los problemas que le gustaría discutir pero quizás encuentre demasiado delicados para hablar de ellos. Estos problemas pueden analizarse constructivamente después del taller.

Al final de la retroalimentación, el facilitador puede anotar los aspectos comunes para discusiones futuras o para reflexión personal y acción por parte de los participantes. Ellos deben discutir cómo pueden poner en práctica lo que aprendieron en este ejercicio en su comunidad.

Construir la paz y transformar el conflicto

por Gary Swart



Foto Mike Webb Tearfund

PaCT necesita encarar las causas subyacentes del conflicto, no sólo los efectos, si desea prevenir la violencia futura.

La verdadera paz no consiste sólo en detener la violencia. La paz de la que habla la Biblia es *shalom*. *Shalom* es la restauración y reconciliación de nuestras relaciones con Dios, con los que nos rodean y con toda la creación. Tiene relación con devolver a las personas a un estado de armonía, bienestar y reconexión con la creación en la que Dios nos ha puesto. Todos los cristianos deben trabajar por la paz y la reconciliación. No es sólo para los profesionales. Jesús nos llama a todos a ser conciliadores y a amarnos mutuamente, incluyendo a nuestros enemigos (Mateo 5).

La región de los Balcanes, en Europa, ha visto muchas generaciones de conflicto étnico. La violencia durante los años noventa se detuvo mediante la intervención de la comunidad internacional. Pero *shalom* todavía está muy lejos de lograrse. Sigue habiendo mucha división, sospecha y

odio en la región. Tearfund y sus asociados reconocieron que para que el ciclo de violencia finalmente se acabe, tiene que encararse el origen del conflicto. Tearfund empezó a trabajar con sus asociados en la región para incluir Construcción de Paz y Transformación de Conflictos (PaCT en inglés) en todo su trabajo. Esto significa que las organizaciones pueden comprender y percibir los ambientes conflictivos en que operan. Se aseguran de

tener un impacto constructivo a largo plazo que evite conflictos potenciales en el futuro.

Las características del trabajo de PaCT

Algunas de las lecciones aprendidas durante este período sobre PaCT fueron:

Es un estilo de vida Ser un conciliador no es sólo la descripción de un trabajo. No es sólo algo que Jesús nos pide *hacer*, sino algo que nos pide *ser* (Mateo 5:9). Tenemos que modelar la reconciliación en nuestras propias vidas y organizaciones antes de que intentemos ayudar a otros a llegar a la reconciliación. Para una organización, ser reconciliadora y conciliadora significa que éste debe ser el objetivo de su misión y de sus valores. Uno de los asociados de Tearfund que trabajaba en una región con una composición étnica mixta que había sufrido conflictos previamente, decidió emplear un equipo étnicamente mixto. Comprendieron que para ser agentes para la transformación eficaces, tenían que modelar esta transformación ellos mismos.

Transforma El trabajo de reconciliación se aboca a los valores y las actitudes intrínsecos que nos motivan como seres humanos. PaCT tiene que ver con un cambio interno que tiene resultados externos. Implica la curación y restauración de las relaciones y por lo tanto toma tiempo. Si una organización quiere ser reconciliadora y conciliadora, tiene que comprometerse y prepararse para un viaje largo y a menudo difícil.

Es complicado Es importante dedicar tiempo para la comprensión del contexto local específico si se intenta desarrollar estrategias eficaces para promover *shalom*. Rara vez es simple. A menudo existen diversas razones y condiciones

> Un 'Marco para la Buena Práctica' de PaCT

- Modelar la construcción de la paz y la reconciliación. No es sólo un proyecto: es un modo de vida.
- Desarrollar y mantener asociaciones eficaces para lograr la paz. Una organización no puede traer paz a una región por sí sola. Normalmente se necesita el esfuerzo combinado de varias organizaciones e interesados. Todos necesitan estar realmente comprometidos con la paz.
- Comprometer tiempo y recursos a largo plazo. Aceptar que PaCT toma tiempo y es difícil darle seguimiento. Hay que considerar lo anterior en las fases de planificación y de implementación.
- Tener una perspectiva clara de PaCT y de las propias motivaciones para este trabajo. Comunicar esto claramente e incluirlo en la visión y en los valores de la organización.
- No olvidarse de la importancia de las personas. La reconciliación tiene que ver con la restauración de las relaciones entre las personas. Tratar a todas las personas con igual respeto y dignidad. No se debe permitir ninguna forma de discriminación.
- Considerar la delicadeza del conflicto en todos los niveles de la organización.

ESTUDIO DE CASO

- Cuando se llevaban a cabo actividades de capacitación para diversas organizaciones y grupos comunitarios, se invitaba a los diferentes grupos étnicos juntos a recibir la capacitación. En una ocasión Tearfund organizó una capacitación de defensoría de derechos para albaneses, croatas y serbios en Belgrado. Era la primera vez desde la guerra que los albaneses interactuaban con los serbios y para ellos fue una experiencia profundamente curativa.
- Un asociado de Tearfund llevó a cabo un proyecto de reconstrucción de casas para refugiados y personas desplazadas internamente. El proyecto incluía apoyo proporcionado por orientadores cristianos. Este apoyo no sólo estaba disponible para los beneficiarios sino también para el personal que trabajaba con los refugiados, ya que el personal se traumatizaba a menudo de escuchar las historias de los beneficiarios.

complicadas que producen el conflicto. Cada conflicto es único.

Es importante entender el origen del conflicto en la región. Esta comprensión puede usarse para planear defensoría eficaz para encarar los problemas subyacentes. Esto puede ayudar a prevenir futuros conflictos. Es importante escuchar a todas las partes involucradas. Escuchar es importante para entender el contexto, pero también puede usarse como una manera eficaz para empezar la reconciliación. Aprender a entender un conflicto desde la perspectiva de la otra persona es una forma eficaz de derribar las barreras entre nosotros.

Es espiritual PaCT conlleva una dimensión profundamente espiritual. La oración es vital para su éxito (Efesios 6:10-19). Las organizaciones cristianas que trabajan para la reconciliación deben asegurarse de que estén comprometidos con la oración y se apoyen en ella.

Gary Swart trabaja para Tearfund como Director Regional para la Región de Africa del Sur.

*Tearfund
100 Church Road
Teddington, Middlesex
TW11 8QE
Inglaterra
E-mail: gary.swart@tearfund.org*

Estudio bíblico ‘Perdona como el Señor te perdonó’

El perdonar a otros no es optativo para los cristianos; es una orden. En Mateo 6:12, Jesús nos enseñó a orar, ‘Perdóna nuestras deudas como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores’. Él dejó claro que la oferta de perdón de Dios es inseparable de nuestra disposición a perdonar a los demás. ¿Por lo tanto, cuál es la naturaleza de este vínculo?

Leer a Mateo 18:21-35

En primer lugar, perdonar a los demás cuando nos hacen mal es parte de nuestro agradecimiento al perdón de Dios para nuestros propios pecados a través de la muerte de Jesús en la cruz. Su perdón está basado exclusivamente en su amor incondicional y en su gracia. Nosotros no lo merecemos. La palabra griega para pecado en Mateo 6:12 significa literalmente ‘deuda’. Porque hemos roto la ley de Dios, tenemos deudas con él que nunca podremos pagar. Si le pedimos a Dios que cancele nuestras enormes deudas mientras nos negamos a cancelar las deudas diminutas que las personas nos deben, actuamos en el mejor de los casos de forma incoherente y en el peor, con hipocresía.

Leer Colosenses 3:12-15

En segundo lugar, el perdonar a la gente es una demostración convincente de amor a ella. Ya que Dios nos ama como Padre, quiere perdonar nuestros pecados y restaurar nuestra relación con él. Así como Dios nos exige que amemos a nuestro vecino, también debemos perdonarlo.

- *¿Quién es su vecino?*
- *¿Cómo nos desafía este pasaje en nuestras relaciones con las personas que nos han herido?*

Finalmente, perdonar a los demás por lo que han hecho es una prueba confiable para nuestra fe. ¿Representa nuestra fe una diferencia real en nuestra vida? Perdonar a otros no es fácil. No es natural – nuestra respuesta natural es querer tomar venganza. Pero Jesús perdonó a sus enemigos que lo crucificaron – antes de morir oró; ‘Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen’ (Lucas 23:34). Se puede declarar que Jesús era el Hijo de Dios, y que nosotros no lo somos, que está más allá de nuestra naturaleza humana pecadora amar a nuestros enemigos como Jesús nos ordenó que lo hiciéramos. Sin embargo, si la fe cristiana está basada en tener una relación personal con Dios y si Dios es real y poderoso, entonces ciertamente dará la fuerza suficiente a los que confían en él para que experimenten el poder de su amor y su perdón en sus propias vidas.

Sin perdón no hay paz genuina. Como todos hacemos el mal y nos herimos los unos a los otros, necesitamos pedir perdón tanto como perdonar. Disculparse y pedir perdón a las personas a las que hemos hecho mal a veces es aún más difícil que perdonar a los que nos hicieron mal. Pero si con la ayuda de Dios decidimos hacer el perdón nuestro modo de vida, éste nos llevará a la paz, la paz con nosotros mismos, con los demás y con Dios. Esta paz es una grande y maravillosa bendición que Dios quiere que todos disfruten.

- *¿Hay algo nuevo, o único, en la manera en que Jesús encara el problema del perdón?*
- *¿Hay algunas personas a quienes necesitamos perdonar o pedir perdón?*
- *¿Cuáles son las implicaciones sociales de la fe cristiana, por lo que se refiere a lograr la reconciliación entre diferentes personas?*

El escritor, el Dr Chawkat Moucarray, es un tutor en el All Nations Christian College. Es autor de The Search for Forgiveness: Pardon and Punishment in Islam and Christianity (IVP, 2004).

*Sitio web:
www.allnations.ac.uk*

Escuchar para sanarse

por Angus Murray

Nuestras creencias sobre nosotros mismos, otra gente y nuestro mundo nos ayudan a entender nuestras experiencias y el mundo a nuestro alrededor. Construimos nuestras creencias a través de nuestras propias experiencias o las heredamos de nuestra familia o cultura. A menos que las desafíemos, a menudo ni siquiera estamos conscientes de ellas. Simplemente nos parecen 'normales', o la manera en la que siempre se han hecho las cosas.

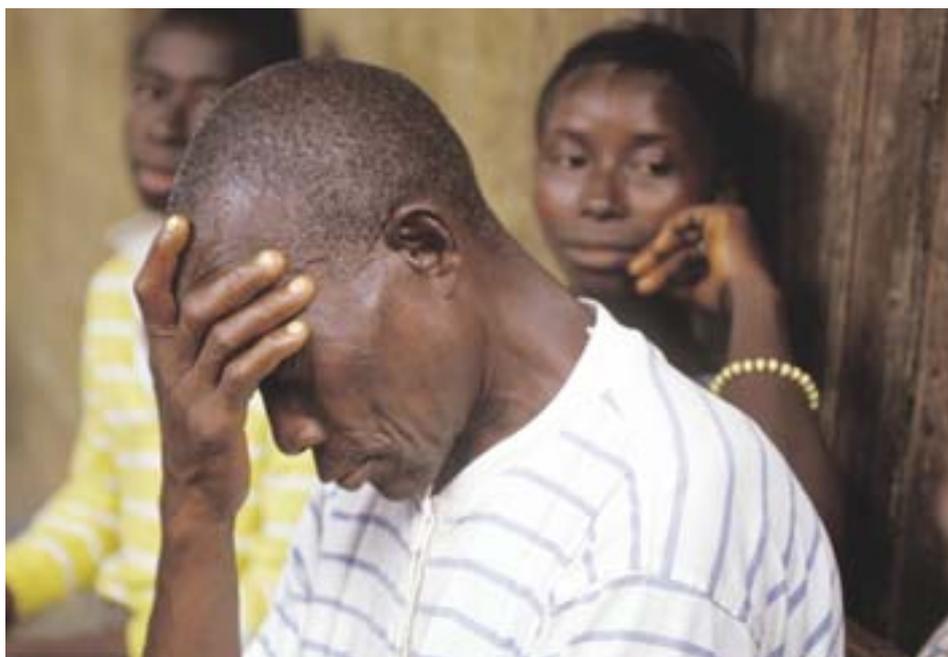


Foto: Jim Loring / Tearfund

Después de los acontecimientos traumáticos, las personas agradecen tener a alguien que escuche sus experiencias.

La violencia cambia las cosas. Podemos sentirnos agobiados cuando experimentamos algo terriblemente diferente a la manera en que normalmente nos vemos o vemos el mundo que nos rodea. Quizás nuestra vida estuvo en peligro o fuimos víctima de la violencia de otro o nos encontramos haciendo algo que va en contra de nuestras creencias, valores y comportamiento normales. Esto puede llevarnos a cuestionarnos ¿por qué pasó eso, o por qué actuamos de esa manera? Podemos cuestionar nuestra fe y nuestra comprensión de Dios. Los acontecimientos penosos que destruyen la manera en que nos vemos a nosotros mismos y a nuestro mundo se definen como *traumáticos*.

Cuando experimentamos algo traumático, podemos sentirnos completamente fuera de control y luchamos para comprender el caos. Los sentimientos de miedo, impotencia u horror son reacciones normales a

una situación anormal, y no una señal de debilidad. Necesitamos reconocer estos sentimientos. Hablar sobre nuestras experiencias puede ayudarnos a entenderlas. La mayoría de las personas que experimenta un acontecimiento traumático necesita apoyo y comprensión de los que la rodean para ayudarlos a recuperarse.

Una buena manera de apoyar el proceso curativo de alguien es ser un **oyente activo**. Muchas personas rara vez experimentan esta manera de escuchar, la cual puede ser una gran fuente de curación. No se necesita ser un orientador profesional para escuchar eficazmente. Las siguientes son algunas de las habilidades clave para el oyente activo.

Encontrar un lugar seguro

Primero, es importante ayudar a la persona a relajarse y sentirse seguro con uno. No se puede asumir que una persona que ha experimentado un acontecimiento penoso

se sentirá segura y tal vez haya que ganarse su confianza. Las personas necesitan saber que pueden hablar sobre problemas delicados en confianza.

- Encontrar un lugar cómodo donde se pueda hablar sin interrupciones como llamadas telefónicas o visitantes.
- Estar de acuerdo en un nivel de discreción al comienzo, para que lo que se dice no se divulgue a nadie más, a menos que sea una situación donde la persona misma u otros estuvieran en peligro. Esto es particularmente importante al trabajar con niños. Aclarar desde la partida que no se puede prometer discreción si hablan sobre el abuso de un niño. Para más información sobre la protección del niño, entrar a www.keepingchildrensafe.org.uk
- A la mayoría de la gente se le hará más fácil hablar abiertamente con alguien del mismo sexo.

Escuchar

Las personas sólo compartirán su experiencia cuando se sientan listas para hacerlo. Esto puede tardar tiempo y es importante que nunca se presione a las personas para hablar sobre los problemas penosos. Como oyentes activos, necesitamos ser pacientes y respetar a la otra persona.

- No hacer demasiadas preguntas. Usar preguntas para verificar que se ha entendido correctamente, en lugar de presionar para obtener más información.
- Al escuchar, permitir a la otra persona guiar el contenido y el ritmo de lo que quiere compartir.
- Cuando algunas personas intentan compartir su experiencia, pueden encontrar difícil describir lo que ha pasado. Como oyente activo, es suficiente sentarse con ellos y compartir el silencio.
- El compartir la experiencia propia puede ser útil o no. No apresurarse con historias y opiniones propias. Esta conversación no es acerca del oyente.

Comprensión

Como oyente activo, no asumir el papel de experto, consejero, maestro, salvador u organizador. Enfocarse en cambio en intentar entender la experiencia y

> Conozcamos nuestros límites

A veces las experiencias que la gente comparte pueden ser muy difíciles o perturbadoras escuchar. Es sabiduría, no debilidad, reconocer y admitir nuestros límites. Esto incluye los plazos de tiempo.

Asegurarse de estar emocionalmente fuerte y suficientemente estable para poder escuchar el dolor de otro. También se necesita tener una red de apoyo propia de familia y amigos.

Es importante saber cuando se necesita más ayuda y se debe trabajar con la persona para encontrarla. Excepto en los casos de abuso de niños, siempre debe pedirse permiso para compartir lo que se ha dicho.

los sentimientos de la otra persona. Ya que todos tenemos nuestras propias maneras de pensar y sentir, cada persona experimentará un acontecimiento traumático de manera diferente. Realmente no podemos entender cómo se siente la otra persona a menos que primero podamos

dejar de lado nuestros propios sentimientos y experiencia. Necesitamos estar totalmente atentos y dispuestos a escuchar su experiencia singular.

Prestar atención a la respuesta emocional de la persona así como a la historia de su experiencia. Pensar en la persona entera:

- ¿Qué sentimientos expresa?
- ¿Sus gestos corporales y su expresión facial: parece relajada, tensa, asustada, feliz, hastiada?
- ¿La voz: habla en voz baja y nerviosa, o confiadamente? ¿Rápido o lento? ¿Hay silencios?

Si fuera apropiado, se puede resumir en unas pocas palabras algo de lo que se ha escuchado (los sentimientos así como la historia), sólo para verificar que se ha entendido.

Aceptación

La actitud decisiva para sanarse es la aceptación. Al ofrecer aceptación incondicional a otra persona, mostramos que estamos deseosos de intentar entender su experiencia. Esto significa

que estamos listos para aceptar todas sus respuestas emocionales, incluso cuando sean incómodas para nosotros, como la confusión, el resentimiento, el miedo, el enojo o la desesperación. Aun cuando no podamos entender o estar de acuerdo con sus actitudes o comportamiento, podemos aceptarlo como otro ser humano que está hecho a la imagen de Dios. La aceptación se apoya en ofrecer gracia a otros en lugar de juzgarlos, así como Dios nos ofrece gracia a nosotros. Esto puede ser especialmente difícil si la persona misma ha participado en actos de violencia.

Esta forma especial de escuchar puede ser difícil de realizar, pero es una fuente eficaz de curación para los que han experimentado un acontecimiento traumático.

Angus Murray es un orientador profesional y también trabaja para Tearfund como Encargado de Política de Conflicto Regional para Sudán.

*Tearfund
100 Church Road
Teddington, Middlesex
TW11 8QE
Inglaterra*

Om Kheun perdona

Chrang Bak es un pueblo construido en el mugriento borde del río Bassac cerca de Phnom Penh, en Camboya. Om Kheun es una tendera local. Quizás sea mejor vecina que mujer de negocios, porque cuando los vecinos pobres vienen a comprar comida a crédito, ella no puede negarse. La gente del barrio acude a ella para recibir consejo así como mercaderías. Ella entiende sus problemas porque también es pobre.

Después Om Kheun se hizo cristiana. Leyó en la Biblia que Jesús nos llama a perdonar a los que nos han hecho mal. Con esta nueva visión, examinó su corazón y vio que había algo allí, algo que estaba estropeando sus relaciones en el pueblo. Durante los años ella había otorgado mucho crédito a otras familias. Las cantidades habían crecido tanto que algunas de las familias más pobres no podrían pagarlas jamás. Y esto creó un problema doble. Comprendió que en el fondo se sentía enfadada y frustrada con los que le debían tanto. ¡Podría tener una vida mucho mejor si le pagaran! Por otro lado, comprendió que esas pobres familias también estaban profundamente avergonzadas de su deuda y la evitaban tanto como fuera posible. Om Kheun no quería sentirse amargada o que la evitaran. Y así, inspirada por lo que leyó en la Biblia, decidió resolver el problema. Tomando su libro de cuentas en la mano, fue de familia en familia y ante sus ojos trazó una línea encima de su deuda, mientras la declaraba 'perdonada'. Con un golpe de pluma los dejó libres – y ahora también lo era ella.

Aunque su vida es a menudo una pugna, Om Kheun se siente libre. Ha encontrado algo mejor que la amargura y el odio. Encontró una fe que transformó su desesperación en esperanza a través del poder del amor y el perdón.

*El autor, Kristin Jacks, es Director en Camboya de Servants to Asia's Urban Poor, Camboya.
Sitio web: www.servantsasia.org*



Foto Richard Hanson Tearfund

Conflicto en el matrimonio

El conflicto no sólo ocurre cuando se declara la guerra. El conflicto existe en las relaciones humanas a todos los niveles. Family Impact es una organización cristiana que trabaja para transformar a las comunidades mediante la orientación de la familia y de las relaciones.

Juan y Preciosa parecían ser una pareja cristiana felizmente casada que asistió a un taller de fin de semana llamado 'Disfrute su matrimonio'. En realidad, Preciosa se sentía profundamente menospreciada, tanto como mujer como esposa. La primera tarde

se asombró con el pasaje en Génesis 1 que dice que hombres y mujeres son creados en la imagen de Dios y con igual valor. Sin embargo, encontraba difícil comunicarse con su marido, por lo que no le decía nada a Juan.

El día siguiente, los facilitadores pidieron a Juan y Preciosa hacer una obra de teatro improvisado de una pareja que no se estaba comunicando bien porque no se escuchaban. Actuaron brillantemente y todos se rieron cuando expresaron sus propias ideas las cuales no se relacionaban en absoluto con las del otro.

Después del fin de semana, un facilitador se encontró con Preciosa en el pueblo. Ella le sonrió cuando dijo, 'lo que usted

nos pidió que representáramos era lo que éramos en la vida real. Esto nos ayudó mucho. Ahora hemos aprendido a comunicarnos mucho mejor. Yo pude explicarle a Juan cómo me sentía como una esposa de segunda clase. Él me aseguró que me respetaba y me amaba como su pareja. ¡Soy una persona nueva!'

El autor, David Cunningham, es Director para Africa de Family Impact.

*Family Impact
45 Heyman Road
Suburbs
Bulawayo
Zimbabwe*

Sitio web: www.familyimpact.org.za

Escogiendo perdonar

Lesley Bilinda es una trabajadora de salud de la comunidad quien pasó varios años trabajando para Tearfund en Ruanda. Estaba de visita en Kenya cuando empezó el genocidio de 1994, pero su marido Charles, que era de Ruanda, un maestro de secundaria de inglés, fue uno de los muertos durante la violencia.

Diez años después, Lesley regresó a Ruanda para intentar averiguar la verdad de lo que pasó con su marido. Ella sentía la 'culpa del sobreviviente', deseaba haber estado con sus amigos y familiares cuando ocurrieron los problemas. También ha enfrentado una pugna interior constante entre el enojo por lo que pasó y el desafío de Dios de perdonar. 'Pensé mucho sobre perdonar a los responsables de su asesinato. ¿Era posible perdonar a alguien sin saber quién era? Pero sentía que tenía que tratar de perdonar, aunque fuera sólo para ayudarme a mí misma. En el fondo yo estaba muy enfadada y amargada por lo que había pasado y me di cuenta de que, con el tiempo, si no me controlaba, podría destruirme. Como yo lo veo, el perdón personal no significa que una persona no enfrente un castigo justo por sus crímenes. La justicia todavía tiene que aplicarse y uno tiene que estar seguro de que se aplique. Pero a nivel individual, el perdón permite a ambas partes seguir adelante con sus vidas.'

Al final, no pudo averiguar con seguridad cómo murió su marido. Sin embargo encontró a una de las personas responsables por la muerte de su amigo íntimo Anatolie. Esta persona admitió sus acciones y Lesley lo perdonó. No es una decisión fácil, como dice Lesley, 'A veces no me siento dispuesta a perdonar, pero es una decisión que he tomado, y sigo convencida de que fue la correcta. Esto no quiere decir que me haya olvidado de lo que ocurrió. Cuán fácil sería alimentar la amargura, pero escojo no hacerlo. Yo escojo perdonar, de nuevo y de nuevo y de nuevo. Mientras sea necesario, y mientras Dios me dé el valor para hacerlo.'

La historia de Lesley Bilinda se cuenta en su libro, With What Remains, (Hodder y Stoughton, 2006)

Lesley enfrenta el desafío del perdón.

AVISO La identidad ha sido ocultada para proteger al individuo



el sitio web tilz

Las publicaciones internacionales de Tearfund pueden bajarse gratis de nuestro sitio web <http://tilz.tearfund.org/Espanol>
Buscar cualquier tema para ayudarse en el trabajo.

Construcción de la paz en nuestras comunidades

Este libro de ROOTS examina las herramientas para el trabajo de construcción de paz y transformación de conflictos. Contiene estudios de caso de trabajo de paz y reconciliación en

las comunidades. Está disponible en inglés, francés, español y portugués. Para pedirlo, favor de ponerse en contacto con:

PO Box 200
Bridgnorth
Shropshire
WV16 4WQ
Inglaterra

E-mail: roots@tearfund.org
Sitio web: <http://tilz.tearfund.org/Espanol>



las personas que toman decisiones y definen políticas, para la investigación, el monitoreo y la evaluación participativos y dirigidos por la comunidad, como una manera de presentar propuestas de desarrollo para las comunidades y como una herramienta en la resolución del conflicto.

La guía cubre las técnicas prácticas básicas de Video Participativo, juegos y actividades clave, consejos para los facilitadores, sugerencias técnicas y el equipo necesario.

Puede descargarse sin costo en formato pdf de: www.insightshare.org/training_book.html

Los ejemplares impresos del manual cuestan £15 con el franqueo incluido. Para pedirlo, favor de ponerse en contacto con:

Insight UK Office
3 Maidcroft Road
Oxford
OX4 3EN
Inglaterra

E-mail: nlunch@insightshare.org

Hope for self-help groups

Kindernothilfe es una organización que ayuda a facilitar los grupos de autoayuda de la comunidad. Ha diseñado un sitio web útil que trata temas como el fortalecimiento social y político, técnicas participativas, tecnología adecuada y micro-empresas.

Sitio web: www.self-ayuda-approach.com

Para obtener más información favor de ponerse en contacto con:

Dr Karl Pfahler
Head of Africa Department
Kindernothilfe
Düsseldorfer Landstraße 180
D-47249 Duisburg
Alemania

E-mail: Karl.Pfahler@knh.de

Insights into Participatory Video: A handbook for the field

por Nick y Chris Lunch

Este manual y CD Rom proporciona una guía práctica para los trabajadores de campo sobre como usar el video participativo. Este enfoque a través del cual la gente de la localidad produce videos, es una herramienta para la comunicación y el empoderamiento que puede ayudar a la gente común y marginada a ganar confianza y su voz. Estos videos pueden ser utilizados para involucrarse con

de alfabetización como folletos, impresos y carteles. Las imágenes son recopiladas de artistas de todo el mundo. No requiere instalación. Simplemente inserte el CD Rom y utilice los archivos. También se pueden buscar imágenes por medio de palabras clave.

Este CD Rom está disponible de:

SIL International Academic Bookstore
7500 West Camp Wisdom Road
Dallas
TX 75236
EE.UU.

E-mail: Literacy_Secretary_Intl@sil.org
Sitio web: www.sil.org/literacy

El CD Rom de Agromisa

Agromisa tiene un nuevo CD Rom que contiene los doce libros Agrodok relacionados con la producción animal. Éstos incluyen cerdos, cabras, pollos, ganado lechero, crianza del pato y del conejo, junto con libros sobre piscicultura, apicultura y uso de los asnos para el transporte y el trabajo agrícola. El CD Rom contiene doce folletos en inglés, francés y portugués. Cuesta 11,90 euros (con ejemplares gratuitos para los miembros de CTA).

Para mayor información, por favor enviar un e-mail a: cta@cta.nl

Keeping Children Safe: A toolkit for child protection

Éste es un paquete exhaustivo de materiales para las personas que trabajan en la protección del niño alrededor del mundo. Las herramientas sirven para apoyar a las agencias internacionales, nacional y localmente para poner estas normas en práctica. Contiene un libro de estándares básicos para la Protección del Niño, ejercicios y materiales de capacitación y un DVD y CD Rom para ayudar en la capacitación y aplicación de estándares.

El paquete cuesta £75, pero las ONGs, ONGIs y agencias sin fines de lucro pueden obtener una copia gratuita. Para pedir, favor de enviar un e-mail a:

publications@keepingchildrensafe.org.uk

El Keeping Children Safe Toolkit y otra información puede descargarse en formato electrónico del sitio web de Keeping Children Safe:

www.keepingchildrensafe.org.uk

CD of International Illustrations: The art of reading v2.0

Este CD Rom contiene más de 11.000 dibujos de línea en blanco y negro (en formato TIFF comprimido para Windows® y Apple® Macintosh®), que son convenientes para el uso en una variedad amplia de materiales

SITIOS WEB ÚTILES

www.forgiver.net

Cursos y materiales en línea para capacitación sobre el tema del perdón y la reconciliación.

www.international-alert.org

Este sitio web tiene informes sobre la resolución de conflictos y los esfuerzos de construcción de paz por todo el mundo y materiales para capacitadores, facilitadores y otros interesados en transformar el conflicto violento.

International Alert publica un paquete de recursos que provee guías prácticas y herramientas para organizaciones de desarrollo y humanitarias que trabajan en situaciones de conflicto. Está diseñado para ayudarles a poner la sensibilidad al conflicto al centro de su análisis de la situación, diseño de programas y monitoreo de procesos. Para pedir ejemplares impresos del Paquete de Recursos, favor de enviar un e-mail a:

communications@international-alert.org

Para descargar copias del paquete de recursos o para obtener más información, favor de visitar el sitio web

www.conflictsensitivity.org

Malanda

Oración, acción, reconciliación

por Sadiki Byombuka

Ha habido guerra en la República Democrática del Congo desde 1996. Este conflicto tiene muchas causas diferentes, incluyendo la lucha por el poder político, la pugna por el control de los recursos naturales, el mal gobierno, y las diferencias étnicas y tribales.

Los lugareños de Malanda, donde nació, pertenecen a dos tribus diferentes: la de Babembe y la que habla el dialecto Kinyarwanda. Estas dos tribus tenían una tradición larga de vida pacífica a pesar de sus costumbres diferentes. Pero en 2002, debido a la guerra, Malanda era casi un pueblo fantasma; el 70% de sus habitantes había huido y muchas casas estaban quemadas. Hoy, Malanda vibra con vida de nuevo. El pueblo y su iglesia local se consideran ahora como modelo de perdón y reconciliación en la región entera. ¿Qué pasó?

A principios de 2003, la iglesia pentecostal, CELPA, organizó un retiro para los pastores locales. El tema del retiro era el perdón y la reconciliación. Asistieron al retiro dos pastores de Malanda, uno era un miembro de la tribu que habla Kinyarwanda que había permanecido en el pueblo, y el otro venía del área del bosque donde los otros habitantes de Malanda habían encontrado refugio. Los dos pastores se comprometieron a trabajar para lograr el perdón y la reconciliación entre la gente de Malanda.

La tarea no era fácil ya que los lugareños de Malanda se habían convertido en enemigos y evitaban encontrarse. Un grupo vivía en el bosque y el otro en el pueblo. Estaban separados por un gran



Foto Marcus Perkins Tearfund

En la República Democrática del Congo, las comunidades destruidas por la guerra necesitan reconstruirse.

río. La comunicación era difícil. Los dos pastores emitieron invitaciones para una reunión mediante cartas que ambos dejaron colgadas de una varilla en el puente que cruza el río. Los dos pastores se reunían en el puente, pero nadie más asistía a esas reuniones.

Paso a paso

Después de unos días, cada pastor empezó a traer a algunas personas consigo, principalmente miembros de la iglesia, para reunirse con el otro grupo en el puente. Pero lo único que hacía cada grupo era quedarse parado a un lado del río y hablarle en voz alta al otro grupo. No se acercaban por miedo de ser atacados. Finalmente, algunas personas de ambos lados que habían sido miembros del grupo de oración de la iglesia que oraban y ayunaban juntos antes del conflicto estuvieron de acuerdo en reunirse y orar juntos durante tres días a un lado del puente. Los dos pastores se unieron a ellos. Los que se juntaron se perdonaron y oraron por el perdón y la reconciliación entre los lugareños. La primera decisión que tomaron fue convencer a la enfermera del pueblo y al director de la escuela, que estaban con el grupo en el bosque, de que regresaran al pueblo para trabajar bajo la protección de la iglesia. Las personas que se quedaron en el pueblo necesitaban sus

servicios profesionales en el dispensario y la escuela.

Durante dos semanas viajaron todos los días entre las dos áreas para trabajar en el pueblo. Entonces la enfermera, el maestro y las familias de dos miembros del grupo de oración decidieron volver al pueblo. Tuvo lugar un intercambio de mensajes a través del río pidiendo y ofreciendo perdón. El movimiento de personas, regalos, mercaderías y servicios de un lado al otro del río intensificó. La reconciliación se estaba llevando a cabo. Muchas personas regresaron al pueblo para reconstruir sus casas. Finalmente, la iglesia de CELPA decidió organizar un día de oración y de celebración en el pueblo para marcar la reconciliación plena. El evento estuvo abierto a todos los lugareños, sin tomar en cuenta su tribu o su religión. La gente oró, cantó, bailó y lloró. Finalmente, los jefes y los líderes de la iglesia local hicieron una declaración pública que todos los lugareños de Malanda ahora estarían unidos para oponerse a cualquier evento que pudiera dividirlos de nuevo.

Sadiki Byombuka

Asesor Regional de Tearfund para RDC-CAR
(Basado en Bukavu/RDC)

E-mail: sadiki.byombuka@tearfund.org