



COLECTIVA
**ACTORAS
DE CAMBIO**

Feminismos, sanación y cosmovisión maya

El camino de cocreación de Actoras de Cambio

Feminismos, sanación y cosmovisión maya

El camino de cocreación de Actoras de Cambio
colectiva actoras de cambio

© colectiva actoras de cambio 2022
investigación y redacción lily muñoz
coordinación liduvina méndez
revisión liduvina méndez / virginia gálvez
diseño gráfico e ilustración laura sánchez cortés
ilustración de capítulo II basada en la idea original de jacobina mena
impresión serviprensa

Esta publicación puede ser empleada acreditando a
la **Colectiva Actoras de Cambio**.
Todas nuestras publicaciones son creadas en favor
de nuestra vida y libertad de todas las mujeres.

“El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva
de la **Colectiva Actoras de Cambio** y no refleja necesariamente
la opinión de la ACCD”.

“El presente documento y su publicación se enmarcan en la iniciativa
Construcción de Territorios Libres de Violencia Sexual para las Mujeres,
con el apoyo del Fondo Centroamericano de Mujeres (FCAM), ACCD y SUDS.
El contenido de la misma es responsabilidad exclusiva
de **Colectiva Actoras de Cambio**”.

Feminismos, sanación y cosmovisión maya

El camino de cocreación de Actoras de Cambio

Introducción [08]



Antecedentes de la propuesta de sanación de

Actoras de Cambio [14]

- 1.1 Una experiencia previa en la región centroamericana [15]
- 1.2 Algunos antecedentes en Guatemala [18]
- 1.3 Los primeros pasos de la propuesta de Actoras de Cambio [24]



Contexto en el que surgió y se desarrolló

la propuesta de Actoras de Cambio [27]

- 2.1 Visibilización de la violencia sexual como arma de guerra contrainsurgente y parte del genocidio [29]
- 2.2 Avances normativos en torno a la violencia contra las mujeres y su despolitización [34]
- 2.3 Vinculación entre violencia sexual, genocidio y etnocidio [37]
- 2.4 Incremento de las muertes violentas de mujeres [40]
- 2.5 Creación de organizaciones sociales en torno a la memoria histórica [42]
- 2.6 Surgimiento del Consorcio Actoras de Cambio [44]
- 2.7 Del Consorcio a la **Colectiva Actoras de Cambio** [49]



Claves feministas de la propuesta de formación sanación [52]

- 3.1 Desarticular todas las opresiones [53]
- 3.2 Politizar lo personal [54]
- 3.3 Promover procesos de autoconciencia y transformación personal [56]
- 3.4 Apostar por la reapropiación del cuerpo y la sexualidad [58]
- 3.5 Reivindicar los espacios seguros para la sanación de mujeres sobrevivientes de violencia sexual [60]
- 3.6 Construir relaciones horizontales [61]
- 3.7 Tejer una política de reconocimiento y amor entre mujeres [63]
- 3.8 Recuperar los poderes para la vida en armonía y equilibrio [65]
- 3.9 Construir autonomía [67]
- 3.10 Pasar de víctimas a actoras de cambio [68]

IV

Claves de la cosmovisión maya asumidas por la propuesta [70]

- 4.1 Revalorizar los saberes ancestrales para el bienestar [72]
- 4.2 Expandir la conciencia para reconectar con la red de la vida [78]
- 4.3 Recuperar la espiritualidad maya [81]
- 4.4 Redescubrir la capacidad regeneradora de la vida [88]
- 4.5 Recuperar la autoridad y el poder de las mujeres [90]
- 4.6 Reconocer la importancia de lo sistémico en la sanación [94]
- 4.7 Resignificar las memorias de dolor [96]
- 4.8 Reconocer el potencial sanador del idioma materno [98]
- 4.9 Crear redes de mujeres para retejer la vida en colectivo [101]
- 4.10 Reivindicar las raíces ancestrales para sanar la imbricación de opresiones coloniales [103]

V

La propuesta de formación sanación de la Colectiva

Actoras de Cambio y su multidimensionalidad [107]

- 5.1 ¿Cómo concibe la sanación? [108]
- 5.2 ¿A quiénes va dirigida? [110]
- 5.3 La recuperación de la memoria histórica [110]
- 5.4 ¿Cuáles son sus principales apuestas? [112]
- 5.5 ¿En qué consiste? [114]
- 5.6 Claves espirituales que la impulsan [121]
- 5.7 Elementos ancestrales que la nutren [128]
- 5.8 Principios terapéuticos que la definen [133]
- 5.9 Terapias energéticas que utiliza [136]
- 5.10 Claves de su pedagogía [142]
- 5.11 El fin último de la propuesta [145]

VI

Logros y desafíos [147]

- 6.1 Principales logros [158]
- 6.2 Desafíos más relevantes [164]

Fuentes [157]

- Bibliográficas y documentales [158]
- Entrevistas realizadas a las integrantes del equipo de la Colectiva Actoras de Cambio [164]

introducción

Este cuaderno es el resultado de un esfuerzo de sistematización de la experiencia de la Colectiva Actoras de Cambio para sobrevivir a la violencia sexual, al racismo y a las secuelas de la guerra, transformando esas experiencias traumáticas en fuerzas para la vida, desde una propuesta metodológica alquímica generada a partir de aportes de los feminismos, la sanación, la cosmovisión maya y las terapias energéticas basadas en otras cosmovisiones milenarias.

Esperamos que sea de utilidad a las mujeres de las redes que forman parte de Actoras de Cambio, a todas las mujeres con las que hemos compartido nuestra metodología y a todas aquellas que sientan que esta propuesta puede acompañarlas en sus búsquedas y en sus procesos de sanación.

Consideramos que era importante comunicar nuestra experiencia, desde las memorias de quienes hemos sido parte de ella, porque nos parece que colectivamente hemos logrado construir y poner en marcha una propuesta creativa e innovadora, que vincula a mujeres mayas, mestizas y europeas en Guatemala, desde un ejercicio de construcción de autonomía, de relaciones respetuosas y amorosas, que han sido el resultado de vernos, sentirnos y actuar para transformar personal y colectivamente las violencias machistas, el racismo, el clasismo, el adultocentrismo y la xenofobia, y a partir de la construcción del reconocimiento de poderes diversos orientados a la vida en armonía y equilibrio.

Además, estamos convencidas de que es indispensable ir al fondo de los orígenes de todo el desequilibrio derivado de esas estructuras de opresión, para vernos, reflexionar y, desde la memoria histórica de las mujeres, contribuir y seguir proponiendo las posibilidades del cambio y la transformación, si es lo que elegimos.

Con este cuaderno queremos compartir una parte de la experiencia de Actoras de Cambio que, en la búsqueda de la sanación de la violencia sexual en la guerra y en el *continuum* de la vida de las mujeres, aborda el entramado del racismo, la violencia sexual, las heridas de la guerra y el

genocidio. También queremos hacer un ejercicio de memoria histórica sobre los orígenes del racismo, para encontrar y recuperar otras claves para la transformación, desde diversas miradas. Constantemente las mujeres mayas de las redes, comparten que en su sanación ha sido central la reconexión con la cosmovisión maya, lo cual suele suceder también a muchas mujeres mestizas. El cuaderno también nos aproximará a dichas claves.

Nuestro deseo es que este cuaderno apoye los procesos de sanación transformadora de la violencia sexual, en y afuera de los espacios de Actoras de Cambio, incluyendo la sanación del racismo desde las experiencias de las mujeres mayas y las experiencias de las mujeres mestizas, que son dos ámbitos que se entrecruzan en esta dinámica que hemos generado.

Finalmente, buscamos aportar una síntesis de los caminos andados por Actoras de Cambio, sin la intención de que estos sean recorridos por igual, sino que más bien se constituyan en referencias de nuevas posibilidades y fuerzas para volver nuestras miradas hacia la vida.

El cuaderno se construyó con los aportes de las cuatro integrantes del equipo de trabajo actual de la Colectiva: Liduvina Méndez, Virginia Gálvez, Elsa Rabanales y Hermencia López, con los aportes de Sara Álvarez, quien formó parte del

primer equipo de trabajo y realizó importantes contribuciones para la recuperación de la cosmovisión maya en la propuesta inicial, y con los de Amandine Fulchiron, cofundadora de la **Colectiva Actoras de Cambio** e integrante del equipo hasta el año 2014, quien contribuyó sustancialmente para la construcción de las reflexiones feministas que están en la base de la propuesta de Actoras para el análisis de la violencia sexual, el racismo y el genocidio.

Las memorias de todas las compañeras, fueron recogidas a través de una serie de entrevistas realizadas por medios virtuales, debido al contexto de la pandemia y a la dispersa ubicación geográfica en que nos encontramos en este momento. Agradecemos a todas por sus inconmensurables aportes para la construcción de una parte de la memoria colectiva del equipo.

Adicionalmente, se utilizaron como fuentes de consulta, varios de los cuadernos y otras publicaciones que la **Colectiva Actoras de Cambio** ha realizado en los últimos años, y que constituyen un acervo valiosísimo, a través del cual es posible profundizar en diferentes dimensiones de la propuesta que compartimos en este documento. Todos esos documentos se encuentran en la página web de Actoras de Cambio, donde pueden ser consultados.

El cuaderno está estructurado en seis capítulos, **el primero** de los cuales aborda algunos antecedentes de la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, tanto a nivel regional centroamericano como guatemalteco, sin afán de exhaustividad, limitándose más bien a aquellas experiencias que contribuyeron en mayor o menor medida, a la formación de las integrantes del equipo que se encargaron de formular la propuesta de **Actoras** en sus inicios. Este primer capítulo también recoge de manera muy sintética, los primeros pasos de **Actoras de Cambio** en su proceso de construcción de la propuesta de formación sanación que presentamos en este cuaderno, con una breve reflexión de cómo se ha ido nutriendo dicha propuesta, a partir de la incorporación gradual de nuevas integrantes al equipo.

El segundo capítulo presenta algunas pinceladas del contexto en el que surgió el Consorcio Actoras de Cambio, hacia el final de la primera década del período posguerra, y del momento en que nace la **Colectiva Actoras de Cambio** y se produce con mayor fuerza y claridad el desarrollo de su propuesta de formación sanación, sobre la base inicial de reflexiones feministas y claves desde la cosmovisión maya, que aparecen en **el tercer y el cuarto** capítulo, respectivamente.

El quinto capítulo está dedicado a presentar la propuesta de formación sanación de la **Colectiva**, con sus múltiples

dimensiones, entre las cuales figuran: la espiritual, la ancestral, la terapéutica, la energética, la pedagógica, la teleológica¹ y otras. Este capítulo pretende mostrar el desarrollo de la propuesta hasta el momento actual, como un libro abierto, desentrañando su complejidad y su riqueza, a partir de las memorias y las reflexiones de las integrantes del equipo, que hoy pueden ver hacia atrás y observar el camino recorrido, y las lecciones aprendidas de la experiencia, que aportan mayor solidez y claridad a lo vivido y a lo coconstruido con las mujeres de los grupos y las redes.

El sexto y último capítulo contiene la mirada reflexiva de las integrantes del equipo de **Actoras**, habiendo realizado un alto en el camino para visitar los distintos momentos vividos en esta construcción colectiva, e identificar los logros alcanzados hasta ahora, así como los desafíos que se abren de cara al futuro, y que orientarán las nuevas rutas de la **Colectiva** en este camino que nunca ha tenido un itinerario predefinido, porque siempre ha estado abierto a las necesidades y posibilidades de construcción colectiva con otras, que al igual que nosotras, apuesten por la sanación y por la transformación, hacia una vida digna, libre, justa, armónica y en bienestar para las mujeres, desde interacciones respetuosas y amorosas.

¹ La dimensión teleológica se refiere al fin o los fines últimos de la propuesta, en este caso.

I Antecedentes de la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio

“Reconocemos y honramos el legado de saberes de las ancestras feministas, ancestras mayas y de los y las sanadoras, así como al espíritu creativo de miles de mujeres actuales que trascienden la resistencia para construir el mundo que queremos y deseamos las mujeres, sin violencia sexual, ni de ningún tipo; sin guerras, sin relaciones de poder, sin dominación, subordinación, ni opresiones.”

Colectiva Actoras de Cambio

1.1 Una experiencia previa en la región centroamericana

La propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, fue sin duda, una propuesta novedosa en el contexto guatemalteco de la posguerra, dado que constituyó un primer esfuerzo por acompañar a mujeres mayas, sobrevivientes de violencia sexual y racismo, específicamente en su proceso de sanación de los traumas ocasionados por el flagelo de la violencia genocida.

No obstante, es importante mencionar que esta propuesta nació en un momento que, en distintos lugares del planeta, se observaba una creciente inquietud por la búsqueda de herramientas para acompañar a las personas que habían logrado sobrevivir a graves violaciones a sus derechos humanos, por parte de quienes debían protegerlas, tal como sucedió -entre otros- en Sudáfrica con el apartheid², en Chile y Argentina con las dictaduras militares, y en Guatemala, El Salvador y Nicaragua, con las cruentas guerras civiles libradas en sus respectivos territorios.

Un antecedente importante en la región centroamericana, es CAPACITAR, un programa de sanación del trauma y educación del bienestar, que surgió durante la Guerra en Nicaragua. Patricia Mathes Cane, la fundadora del programa, recuerda cómo se originó: “En 1988, Cantera, un centro de educación popular de Nicaragua, me invitó a trabajar en un festival

² El apartheid fue un sistema de segregación racial que existió en Sudáfrica desde 1948 hasta 1990. Consistió en la separación de razas, entre personas blancas, asiáticas, mestizas y negras, estableciendo una jerarquía en la que la raza blanca dominaba al resto. También implicó la creación forzada de pequeños territorios marginales y autónomos específicamente para la población negra, privándola de los derechos propios de la ciudadanía (En: Ocaña, 2003).

folklórico. Eran años de guerra. Durante dos semanas pinté murales con líderes de base en un intento por celebrar su cultura y su historia. Solo para poder soportar un horario sin tregua, practiqué personalmente el Tai Chi y la acupresión. Los nicaragüenses me miraban hacer estos ejercicios con curiosidad. Hasta que un día me dijeron: «nos gusta la pintura, pero ¿cuándo nos va a enseñar a hacer eso que hace usted?». Su solicitud me decidió a iniciar talleres de sanación en algunos barrios de Managua. Nunca imaginé que aquel comentario cambiaría tanto mi vida y la vida de tanta gente. [...Posteriormente] los talleres de capacitación en ejercicios de sanación se multiplicaron y recibí invitaciones de otros países de Centroamérica. Ahora, he resumido en un libro la experiencia de todos estos años, para ofrecer a lectores individuales, a líderes comunitarios y a otras personas interesadas una gran variedad de prácticas, algunas muy antiguas y otras nuevas, que ayudan a desbloquear el estrés traumático congelado en el cuerpo-mente-espíritu de tanta gente, y que pueden devolverles equilibrio y armonía, una nueva energía vital”³.

Liduvina Méndez explica que el libro de Mathes, publicado en español en 1994, “hace un recuento de muchas experiencias que ella pasó en Centroamérica, especialmente en Nicaragua, Honduras y Guatemala, con todo lo que estaba sucediendo en la región hacia el final de los años ochenta. El libro también incluye varias terapias corporales, energéticas y milenarias, que son redescubiertas y reexperimentadas, una y otra vez. Porque si somos energía -como lo han sabido todas esas culturas milenarias-, esa memoria está en nuestras células, y hay ciertas cosas que nos hacen expresarla, como cuando las personas estamos ansiosas y nos tronamos los dedos, o cuando los y las niñas se chupan el dedo por tristeza o dolor emocional. Todo eso es porque tenemos una memoria ancestral de lo energético y de cómo reequilibrarnos”⁴.

3 Mathes, 2002.

4 Liduvina Méndez, 23/03/2021.

CAPACITAR adaptó el enfoque de educación popular de Paulo Freire, enfatizando el “conocimiento del cuerpo” e integrando las habilidades para el cuerpo, la mente y el espíritu en un programa de bienestar multicultural⁵. “Los primeros talleres de CAPACITAR les dieron a las personas herramientas simples (tales como ejercicios de movimiento corporal, de acupresión y con golpecitos) que pudieron usar para sí mismas, con el fin de lidiar con el continuo estrés y trauma de la guerra, la violencia política y doméstica, la pobreza y la catástrofe. Al sanar sus traumas y transformar sus vidas, las personas se empoderaron para traer la paz y la sanación a sus vidas, sus familias y sociedades”⁶.

Con el paso de los años -tal como ha sucedido con la propuesta de **Actoras de Cambio**- su método se ha ido complejizando, en comparación con aquellos primeros años, pues hoy tiene una comprensión sistémica de los traumas sociales e intergeneracionales⁷, reconoce la energía como un principio fundamental de la sanación⁸ y “utiliza un método holístico de la educación popular, trabajando con el sistema de energía para empoderar a la persona y a la comunidad en su proceso de sanación”⁹. Este programa ha incorporado a su método, conocimientos de culturas indígenas ancestrales, pero también conocimientos del budismo tibetano, del hinduismo, de la medicina tradicional china y otros conocimientos milenarios. Esto le ha permitido diversificar sus herramientas de sanación en la actualidad¹⁰.

5 *Ibíd.*

6 *Ibíd.*

7 Capacitar International, 2011: 09.

8 Capacitar International, 2011: 11.

9 *Ibíd.*

10 Capacitar Internacional, s/f.

1.2 Algunos antecedentes en Guatemala

Construir la genealogía de las propuestas de sanación en el país es una tarea imprescindible, pero rebasa los objetivos de esta sistematización. No obstante, para la **Colectiva Actoras de Cambio** es importante reconocer los múltiples hilos que se fueron entretejiendo en el contexto guatemalteco, para dar lugar al surgimiento paulatino de las distintas propuestas de sanación que hoy existen y siguen desarrollándose. En ese sentido, **Actoras** reconoce que los primeros aportes llegaron de otros países y por diversas vías. A continuación, se mencionan algunos de esos aportes, particularmente, aquellos que fueron conocidos de primera mano por las integrantes del equipo de la Colectiva y que, por lo tanto, pueden ser reconocidos como antecedentes de la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, a la cual nos referimos en este cuaderno. En palabras de Liduvina Méndez: “Hay tanto que suma, enriquece, retroalimenta; son miles de saberes que agradecer y honrar”¹¹. En los primeros años del programa CAPACITAR en Nicaragua, un grupo de líderes sindicales guatemaltecos amenazados, le solicitaron la realización de algunos talleres¹² y fue así, como se fue conociendo la propuesta de su fundadora, Patricia Mathes Cane en Guatemala. Liduvina recuerda que Mathes capacitó a varios grupos en el país y, ella misma participó en algunos talleres que Mathes facilitó.¹³

11 Méndez, 2021.

12 *Ibíd.*

13 Liduvina Méndez, 23/03/2021.

Agrega que también fueron importantes los aportes formativos realizados por algunas terapeutas mexicanas como Rosario Cano, Virginia Luviano -entre otras-, a integrantes de organizaciones de mujeres, como el Grupo Guatemalteco de Mujeres (GGM) -donde laboró Liduvina- y como Tierra Viva¹⁴, en los años previos a la firma de la paz en Guatemala. De hecho, Liduvina comenta que Tierra Viva fue pionera en esa búsqueda, dedicando años al trabajo bioenergético, destacando los aportes de Eugenia Lemus y Vivian Dardón¹⁵. Con el reconocimiento de la importancia de la psicología energética en aquellos años -agrega-, empieza también el primer Diplomado en Psicología Transpersonal en Guatemala, en el cual ella se formó también¹⁶.

Liduvina recuerda que, en aquellos años unas cuantas mujeres feministas -algunas de las cuales, como ella, acababan de regresar del exilio- se acercaron a estas experiencias y conocimientos, precisamente porque estaban -y siguen estando- en la búsqueda de soluciones para salir de las relaciones violentas.¹⁷ Esas relaciones violentas se hicieron más visibles, en dos momentos directamente vinculados al surgimiento de Actoras de Cambio. El primer momento sería, el que alude a los años más álgidos del conflicto armado interno, cuando agentes del Estado guatemalteco tiñeron de sangre al país, ensañándose principalmente contra los pueblos mayas, tal como lo atestigua el informe “Guatemala, memoria del silencio” de la Comisión para el Esclarecimiento Histórico (1999), al afirmar que, entre 1981 y 1983, dichos agentes

14 Sara Álvarez también comentó que sus primeros pasos en la meditación, los aprendió en los círculos de meditación de Tierra Viva. Y que esta experiencia coincidió con todo el trabajo de sanación que inició en Kaqla (Sara Álvarez, 12/04/2021).

15 Ambas fueron reconocidas también por Sara Álvarez.

16 *Ibíd.*

17 Liduvina Méndez, 23/03/2021.

cometieron actos de genocidio en contra de grupos del pueblo maya.¹⁸ Y el segundo momento estuvo dado por el regreso a Guatemala -por parte de quienes estuvieron exiliadas-, “con miedo, con heridas profundas provocadas por las desapariciones, por las masacres, por el terror del genocidio, por la crueldad, por el odio racista”.¹⁹ Agrega Liduvina: “Yo misma no sabía qué podía pasar. Pero la rebeldía es más fuerte que el miedo”²⁰, y así, con grandes preguntas, tales como, ¿es la lucha el camino?, ella y otras eligieron trabajar con mujeres, desde el feminismo²¹.

Y en esa apuesta, Liduvina se encontró con el Grupo Guatemalteco de Mujeres (GGM), “y con las historias de terror que miles de mujeres viven, a partir de relaciones que aparentemente iniciaron en el «amor», y que devinieron en incesto, estupro, violaciones sexuales, violencia de sus parejas, etc., y ahí se abrió el camino para buscar otras formas que no psicologicen o revictimicen a las sobrevivientes. También se nos presentó el reto de ¿cómo fortalecernos para salir de esas situaciones y condiciones? Ese reto nos acercó a los grupos de autoayuda feminista, a los grupos de autoconciencia, a las terapias energéticas, a la bioenergética, a la psicología budista, a la psicología transpersonal y a una lista importante de aportes a una visión que trascendiera la victimización. La desestructuración de ese imaginario de víctimas, fue una de las claves fundamentales para recuperar el poder de vivir”.²²

Ya el feminismo ofrecía algunas propuestas en este sentido, afirma Liduvina, refiriéndose a los aportes del feminismo radical, autónomo -entre otros-, en torno a preguntas sobre cómo las mujeres vivimos nuestra sexualidad, la conexión con el

18 CEH, 1999. Epígrafe No. 122, Conclusiones.

19 Méndez, 2021.

20 *Ibíd.*

21 *Ibíd.*

22 Méndez, 2021.

cuerpo, el poder, la misoginia, la violencia, etc. Pero definitivamente, se necesitaba de un trabajo más amplio, que incluyera otras áreas, como: lo energético, las sensaciones, etc., que ofrecen esas otras propuestas.²³ “Esa búsqueda nuestra en Guatemala, se encontró con mucha información y conocimientos que nos fueron compartidos por mujeres de afuera. Así se produjo esta interconexión -puntualiza-”²⁴.

“Por eso -agrega Liduvina- para mí siempre es importante honrar a las y los ancestros, porque este conocimiento no es nuevo. Nosotras lo aprendimos como algo novedoso, pero todo esto es un conocimiento milenario. Por ejemplo, quienes crearon la psicología transpersonal, tienen detrás toda esa historia, toda esa construcción teórica, filosófica para la vida. Estos conocimientos están marcados por el budismo. Por ejemplo, muchas personas en el mundo decimos: «somos seres de luz». ¿Y eso de dónde viene? Siempre se ha dicho que estas terapias energéticas pueden realizarse a distancia. Y resulta que años después, la física cuántica confirma que, cuando un átomo es modificado aquí, también se modifica otro átomo en otro lado del mundo. Por lo tanto, todo este conocimiento que hemos ido adquiriendo, no lo inventamos nosotras. Pero lo que sí sucede, es que cuando nos acercamos a ese conocimiento, se vuelve nuestra experiencia y entonces, la podemos transmitir, de manera práctica o teórica -o ambas- porque después de todo, ‘solo podemos transmitir, lo que hemos vivido’”²⁵.

“Es muy significativo que no todas estas terapias energéticas parten de la cosmovisión maya -señala Liduvina-, pues debido a la persecución que sufrió esta tradición, y a que se ha ido trasladando de generación en generación, a través de la tradición oral,

23 Liduvina Méndez, 23/03/2021.

24 Méndez, 2021.

25 *Ibíd.*

no cuenta con la riqueza de la constancia escrita que sí tienen otras tradiciones milenarias, como la hinduista (con la teoría de chakras, el yoga, los vedas, etc.) y la china (con el conocimiento sobre los meridianos), entre otras”²⁶.

De hecho, Liduvina relata que, en su propio camino de sanación, su primer acercamiento a la cosmovisión maya se produjo a través de Saq’be, de lideresas y líderes mayas, de don Andrés, Mario, Juanita Batzibal, doña Vicky Ajxup y don Polo, que abrieron capacitaciones para compartir el hermoso legado maya para la vida y la sanación del racismo personal, colectivo y social²⁷. También la Asociación Mujeres Madre Tierra le aportó en ese sentido. Liduvina también reconoce en este recorrido el legado de Kaqla que, aunque no trabajó formando a mujeres mestizas en aquellos años, sí lo hizo con mujeres mayas, con quienes Actoras ha compartido caminos²⁸, como veremos en seguida.

Sara Álvarez, por su parte, narra que su primera experiencia en un proceso de sanación, la vivió con el Grupo de Mujeres Mayas Kaqla²⁹. En 1999 este grupo inició “un proceso de formación y capacitación teórico-político, metodológico y humanístico espiritual, con el propósito de fortalecer el liderazgo de las mujeres mayas”³⁰. En el proceso, las integrantes de Kaqla tomaron conciencia de que “la opresión va más allá de las condiciones políticas, culturales, sociales y económicas, afectando nuestro ser auténtico, nuestras potencialidades, nuestro ser emocional y espiritual; y que para superar estos efectos

26 Liduvina Méndez, 23/03/2021.

27 Méndez, 2021.

28 *Ibíd.*

29 Sara Álvarez, 12/04/2021.

30 Grupo de Mujeres Mayas Kaqla, 2004: 15.

y traumas, no basta hacer el análisis teórico y político. Es necesario trascender”.³¹ A partir de esas reflexiones, Kaqla decidió incorporar “terapias grupales o espacios colectivos, en donde cada una compartía sus emociones y sentimientos, generados por la vivencia y la realidad de cada una [...para lo cual contaron] con el apoyo de terapeutas especializad@s en distintas disciplinas, escuelas, metodologías.”³² En este sentido, Kaqla destaca los aportes de Allan Bolt, Hanneli de Vries y Gisella Galliani.³³

De manera que uno de los ejes fundamentales del trabajo de Kaqla en aquellos años fue la sanación a través de terapia grupal, utilizando ejercicios para abrir la memoria corporal, además de la reflexión y el análisis colectivo de las emociones y los sentimientos.³⁴ Sara menciona que, en los primeros años de este trabajo, se hablaba de “la triple opresión”³⁵ y uno de los temas centrales de Kaqla era la “internalización de la opresión”, refiriéndose a la internalización de creencias, emociones, energías y de una forma de vida marcada por la opresión. Frente a esa toma de conciencia, ellas realizaron un proceso en el cual jugaron un papel importante el cuerpo, la energía, las emociones y la cosmovisión, para la sanación y la trascendencia de la “internalización de la opresión”.³⁶

31 *Ibíd.*

32 *Ibíd.*

33 Grupo de Mujeres Mayas Kaqla, 2004: 17.

34 Grupo de Mujeres Mayas Kaqla, 2004: 16.

35 Esta categoría se refiere a la triple opresión que sufren las mujeres mayas, por ser indígenas, mujeres y pobres. Tal como Sara refiere, en la actualidad el debate ha avanzado hacia planteamientos más complejos, como el de la “imbricación de opresiones”.

36 Sara Álvarez, 12/04/2021.

En ese sentido, Sara enfatiza el hecho de que, con este trabajo Kaqla entendió la importancia de hacer la transformación “de adentro hacia afuera”, en vez de tratar de incidir en actores externos o de buscar “cambiar al opresor”. Además, destaca la importancia de recuperar y revalorizar la cosmovisión maya en dicho proceso.³⁷

1.3 Los primeros pasos de la propuesta de Actoras de Cambio³⁸

El proyecto “De Víctimas de Violencia Sexual a Actoras de Cambio: La Lucha de las Mujeres por la Justicia”, fue el primero en enfocar su atención específicamente en las mujeres mayas sobrevivientes de violencia y violación sexual durante la guerra.³⁹

El equipo de formación sanación empezó con dos mujeres: Liduvina Méndez y Sara Álvarez, ambas con experiencia de trabajo con mujeres desde la propuesta feminista, con mujeres mayas y en procesos de formación y de sanación.⁴⁰ Sin embargo, paulatinamente todo el equipo de Actoras de Cambio fue integrándose a la formación sanación, básicamente porque se decidió trabajar con todas las mujeres sobrevivientes, quienes vivían en regiones muy distantes entre sí y porque lo permitía el enfoque metodológico de la propuesta. De esa cuenta, además de las dos formadoras responsables y de las promotoras traductoras [Anastasia, Carmelita y Asunción⁴¹], también se involucraron tres de las integrantes del

37 Sara Álvarez, 12/04/2021.

38 Este apartado se construyó a partir de la “Sistematización de la metodología de formación sanación con mujeres sobrevivientes de violencia sexual y de la guerra en Guatemala”, realizada por Liduvina Méndez en el año 2015.

39 Méndez, 2021.

40 Méndez, 2015: 26.

41 Méndez, 2021.

equipo de investigación: Amandine Fulchiron, francesa e investigadora principal del libro *Tejidos que Lleva el Alma*; Angélica López, maya quiché e investigadora para la región de Huehuetenango y María José Pérez, antropóloga mestiza y asistente de investigación.⁴²

En el equipo de trabajo que construyó la propuesta de formación sanación confluyeron mujeres con una serie de fortalezas, capacidades y habilidades, personales y profesionales, las cuales fueron decisivas para concebir y aterrizar ideas claves. Las sinergias que se generaron lograron concretizar una propuesta metodológica para facilitar el proceso de empoderamiento y sanación de las sobrevivientes de violencia sexual.⁴³

De modo que un gran logro del equipo de formación sanación fue construir una intencionalidad política común con respecto a las mujeres sobrevivientes:

- El impulso de la transformación juntas, con ritmos, prioridades y énfasis diversos; y
- Una construcción centrada en las mujeres sobrevivientes, pero con efectos, también transformadores, en la vida de todas.

La postura política del equipo de trabajo consistió y consiste en verse a sí mismo como facilitador y promotor de los procesos, no como ‘interventor en una problemática de las otras’, sino como una actuación en la construcción colectiva de alternativas para revertir la violencia sexual presente en la vida de todas las mujeres.⁴⁴

Todas las integrantes de la Colectiva participaron en momentos de formación sanación dirigidos a fortalecer sus capacidades, habilidades, destrezas para el trabajo directo

42 Méndez, 2015: 26.

43 Méndez, 2015: 27.

44 *Ibíd.*

con las sobrevivientes, para sanar las propias historias y vidas y para el abordaje de las relaciones de poder entre mujeres y entre mujeres mestizas y mayas.⁴⁵ Todas aportaron sus “experiencias personales, colectivas, ancestrales combinando en una alquimia maravillosa, los feminismos: radical, autónomo, de la diferencia, comunitario, anarcofeminista, holístico -y muchos otros-, con la cosmovisión maya, que fue y sigue siendo, fuente de sanación para las mujeres mayas, mestizas, europeas, etc.; las terapias energéticas basadas también en cosmovisiones milenarias como la hindú, la china, y otras de oriente, que nos permiten vernos, sentirnos y sanarnos como seres integrales, que somos uno y somos totalidad.”⁴⁶

“Cada una de las compañeras que se han ido incorporando al equipo, como Virginia Gálvez, Elsa Rabanales, Hermencia Díaz y Mercedes García, traen consigo sus propios caminos de sanación, que suman y enriquecen la construcción de esta propuesta, que es cambiante y que está en movimiento circular, en espiral, formando el círculo de sanación, donde sanar es una elección y una decisión, responsabilizándose de tomar la propia vida y colaborar con LA VIDA en todos los sentidos. Así mismo, cada una de las integrantes de las redes de mujeres y círculos o grupos de mujeres con quienes hemos compartido, todas somos las protagonistas, todas somos parte del acompañamiento, todas juntas en la vida.”⁴⁷

45 Méndez, 2015: 32.

46 Méndez, 2021.

47 *Ibíd.*

Contexto en el que surgió y se desarrolló la propuesta de Actoras de Cambio

“Para SANAR...
 abrimos nuestros corazones
 y nos liberamos de las heridas
 que la guerra y la violación
 sexual dejaron en nosotras.
 Hablamos de nuestras historias,
 de los crímenes sexuales,
 de las atrocidades de la guerra,
 del genocidio y entendemos por qué pasó.
 Lloramos juntas,
 dejamos todo el dolor en la tierra...
 Quemamos todo
 lo que ya no queríamos en nuestra vida...”

Colectiva Actoras de Cambio



La violencia sexual, en todas sus formas (violación sexual, incesto, estupro, tocamientos corporales no consentidos, acoso sexual, desnudamiento forzoso, esclavitud sexual, embarazo forzado, matrimonios forzados y consensuados entre padres, esterilización forzada, pederastia, pedofilia, pornografía, trata de personas con fines de explotación sexual, prostitución, etc.) ha estado presente en las vidas de las mujeres, mayas, mestizas, xincas y garífunas a lo largo de la historia del país -y de la humanidad-, pero constantemente fue -y sigue siendo- silenciada, invisibilizada y hasta negada, relegándola al espacio privado, pues admitir su existencia en el espacio público, implicaría visibilizar su carácter de violencia política contra las mujeres, es decir, reconocer que la violencia sexual es un dispositivo de poder, que permite mantener la subordinación de las mujeres ante el dominio masculino, y así perpetuar el orden patriarcal.

El hecho de que la violencia sexual -y la violencia contra las mujeres, en general- permaneciera en el ámbito privado, también impedía la posibilidad de mostrar que, en realidad se trataba de un enorme problema social de carácter estructural, que durante largos siglos, venía afectando a la mitad de la humanidad; un problema que constituye “la máxima representación de odio exacerbado a las mujeres por su condición de género [y, a la vez, una] reacción patriarcal de temor ante espacios sociales cada vez mayores de libertad femenina [...con el objetivo de] mantener el *statu quo* con mensajes de sometimiento y terror ante la transgresión de las mujeres.”⁴⁸ Esto explica por qué durante largos siglos, la violencia sexual y la violencia contra las mujeres, fueron silenciadas y condenadas a habitar en el ámbito privado, tanto en Guatemala, como en el resto del mundo. Además, es importante señalar que algunas autoras feministas plantean que “todo tipo de violencia dirigida a mujeres en todo ámbito o circunstancia, tiene casi sin excepción, el carácter sexual que le es propio,

48 Aguilar y Fulchiron. En: Zepeda *et. al.*, 2005: 167-168.

pues el sentido no solo es causar daño sino exaltar el poder de dominio y controlar los cuerpos femeninos”⁴⁹.

Partiendo de estas primeras reflexiones, a continuación nos referiremos a algunos aspectos y eventos que estuvieron presentes en el contexto del período posconflicto, y que dieron lugar al surgimiento de la propuesta de Actoras de Cambio que, como toda propuesta de naturaleza social, nació para responder a necesidades concretas de un segmento de la población, que fueron identificadas por un grupo pequeño de mujeres fuertemente comprometidas con la vida y con la transformación social.

2.1 Visibilización de la violencia sexual como arma de guerra contrainsurgente y parte del genocidio

El 29 de diciembre de 1996 se firmó el “Acuerdo de paz firme y duradera” entre la Unidad Revolucionaria Nacional Guatemalteca (URNG) y el Gobierno de la República de Guatemala. En los primeros años del período posconflicto, se realizaron esfuerzos importantes por conocer los saldos del conflicto armado interno recién finalizado, los cuales revelaron a la sociedad guatemalteca y al mundo, el horror de la política genocida y etnocida implementada por el Estado guatemalteco, principalmente en el período comprendido entre 1978 y 1985: más de 200 mil personas muertas y desaparecidas⁵⁰, y 626 masacres⁵¹.

49 Aguilar y Fulchiron. En: Zepeda *et. al.*, 2005: 158.

50 CEH, 1999. Epígrafe No. 2, Conclusiones. (Cálculo realizado por la Comisión para el Esclarecimiento Histórico, considerando sus propios registros y los de otros estudios realizados sobre la violencia política en Guatemala).

51 CEH, 1999. Epígrafe No. 715 del Capítulo II, Volumen 3.

Solo la Comisión para el Esclarecimiento Histórico, registró un total de 42,275 víctimas, entre hombres, mujeres, niñas y niños⁵². La misma Comisión estableció que el 83% de las víctimas eran mayas⁵³ y el 17% eran ladinas⁵⁴ y que las fuerzas del Estado y grupos paramilitares afines, fueron responsables del 93% de las violaciones a los derechos humanos documentadas por la CEH⁵⁵.

La Comisión también dio cuenta de que, “Durante el período más violento y sanguinario de todo el enfrentamiento armado (1978-1985) los operativos militares se concentraron en Quiché, Huehuetenango, Chimaltenango, Alta y Baja Verapaz, en la Costa Sur y la capital”⁵⁶, siendo las víctimas mayoritariamente mayas⁵⁷. En consecuencia, la Comisión concluyó “que agentes del Estado de Guatemala, en el marco de las operaciones contrainsurgentes realizadas entre los años 1981 y 1983, ejecutaron *actos de genocidio en contra de grupos del pueblo maya* [...]”⁵⁸.

Entre la serie de violaciones a los derechos humanos registrados en esa época histórica, tanto el Informe “Guatemala Nunca Más” -producto del Proyecto Interdiocesano de Recuperación de la Memoria Histórica (REMHI), impulsado por la Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado (ODHAG, 1998)- como el Informe “Guatemala: Memoria del Silencio” -de la Comisión para el Esclarecimiento Histórico en Guatemala (CEH, 1999)- visibilizaron, en cierta medida, las violaciones sexuales que se produjeron durante el conflicto armado interno, fundamentalmente contra mujeres mayas.

52 CEH, 1999. Epígrafe No. 1, Conclusiones.

53 Por su parte, el Informe Guatemala Nunca Más,

54 CEH, 1999. Epígrafe No. 1, Conclusiones.

55 CEH, 1999. Epígrafe No. 15, Conclusiones.

56 CEH, 1999. Epígrafe No. 27, Conclusiones.

57 *Ibíd.*

58 CEH, 1999. Epígrafe No. 122, Conclusiones. *Op. Cit.*

“Se abordaba por primera vez públicamente la violencia sexual ocurrida masivamente contra mujeres del pueblo maya, como parte de la política contrainsurgente. Se calculó que unas 50,000 mujeres fueron violentadas sexualmente durante la guerra y que la violación sexual implicó significados que en todos los casos representaban demostraciones de poder sobre el cuerpo de las mujeres: victoria sobre los oponentes, apropiación de los cuerpos propiedad de otros, moneda de cambio o botín de guerra. Por lo general, todo acto de violencia política contra mujeres, en diferentes circunstancias de la guerra, implicó actos que las violentaron sexualmente.”⁵⁹

A pesar del “subregistro reconocido por la CEH, ésta informó que el 99% de las víctimas de estos crímenes fueron mujeres. El 89% fueron mujeres mayas, afectando por igual a niñas, jóvenes, adultas y ancianas. La violencia sexual contra las mujeres revistió formas particularmente crueles: violaciones sexuales masivas y múltiples, de forma pública; exposición pública de cuerpos femeninos mutilados o con signos de violación; violación de mujeres embarazadas y destrucción de fetos; embarazos y abortos forzosos; uniones forzadas; explotación sexual y esclavitud sexual.”⁶⁰

El informe del REMHI y el informe de la CEH no emitieron recomendaciones al respecto de la violencia sexual, pero se desarrollaron procesos como el Primer Tribunal de Conciencia de las Mujeres de Guatemala (1998), que por primera vez relacionó diferentes casos de violencia “intrafamiliar”, con casos de violencia sexual en el marco del conflicto armado interno y con casos de acoso sexual contra mujeres.⁶¹ En el año 2002, se creó el Reglamento del Programa Nacional de Resarcimiento, y

59 Aguilar y Fulchiron. En: Zepeda *et. al.*, 2005: 165-166.

60 Méndez y Barrios, 2010: 90.

61 Aguilar y Fulchiron. *Op. Cit.* p. 166.

se acordó incluir la violencia y la violación sexual como una de las violaciones a derechos humanos que debía ser resarcida por el Estado.⁶²

Más adelante, en el año 2009, Actoras de Cambio publicó el libro “Tejidos que lleva el alma. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado interno”, que ha sido considerado, el tercer informe de memoria histórica realizado en Guatemala⁶³, debido a la profundidad con la que abordó la problemática. Actoras de Cambio también realizó los llamados “festivales por la memoria”, los cuales organizó articulando diferentes espacios-tiempos de carácter artístico y académico, incluyendo foros, mesas redondas y la presentación de testimonios de las sobrevivientes⁶⁴. Estos esfuerzos fueron fundamentales para visibilizar la violencia sexual contra mujeres mayas, que se produjo en esa época histórica en el país, como arma de guerra contrainsurgente y como parte de la política genocida y etnocida implementada por el Estado guatemalteco.

En este sentido, según los testimonios recogidos por el REMHI, las violaciones sexuales fueron atribuidas a elementos del ejército, de las patrullas de autodefensa civil o de las fuerzas paramilitares⁶⁵. Existen documentos militares, como el Manual de Guerra Contrasubversiva, que demuestran cómo los soldados eran entrenados para ejecutar estos actos represivos en contra de las mujeres, quienes fueron incluidas en el concepto de “enemigo interno” y, por lo mismo, fueron consideradas objetivos militares directos⁶⁶.

62 Aguilar y Fulchiron. *Op. Cit.* p. 167.

63 Además del informe de la CEH y del informe del REMHI. (Yolanda Aguilar en: Fulchiron *et. al.*, 2011: xviii).

64 Méndez, 2015: 185.

65 REMHI, 1998. Tomo I. *Impactos de la violencia.*

66 Muñoz, 2013: 15-16.

En una proporción mucho menor, pero no por ello justificable, “Por parte de la guerrilla también se dieron actos de violencia extrema contra las mujeres. Cinco mujeres, de 54 que participaron en la investigación [que dio origen a la publicación «Tejidos que lleva el alma. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado», realizada por el Consorcio Actoras de Cambio], denunciaron haber sufrido malos tratos y haber sido violadas por guerrilleros. [Esto demuestra que] También los hombres que integraron las filas insurgentes mantuvieron un imaginario por el que relacionaban a las mujeres, en especial mayas, con el «servicio»: ellas lavan, cocinan, brindan refugio y tienen que prestar servicio sexual⁶⁷. Eso lo hacen «porque son mujeres», porque es lo que se espera de ellas, es lo natural. La diferencia [en el caso de la guerrilla,] fue que esta forma de violencia no estuvo relacionada con entrenamientos militares, ni planes ni estrategias de destrucción⁶⁸. Estuvo más bien relacionada con formas sociales de poder y dominación de los hombres sobre el cuerpo de las mujeres, que se da en tiempos de guerra y también de paz. En tiempo de guerra, las fuerzas combatientes actuaron bajo el manto de la impunidad y se auto justificaron con la legitimidad que supuestamente les otorgaba el hecho de «defender a los pobres»⁶⁹.

67 Este imaginario patriarcal está bastante extendido en la sociedad guatemalteca y en una buena parte de la sociedad global.

68 “A diferencia del ejército, la guerrilla no utilizó de manera sistemática la violación sexual como arma de guerra contra la población civil enemiga. Sin embargo, integrantes de las fuerzas guerrilleras, individualmente, abusaron sexualmente de quienes supuestamente eran sus «compañeras en la montaña» y de mujeres de la población civil que les apoyaba” (Fulchiron *et. al.*, 2011: 185).

69 Fulchiron *et. al.*, 2011: 410.

2.2 Avances normativos en torno a la violencia contra las mujeres y su despolitización

Mientras tanto, la producción teórica feminista y las luchas del movimiento feminista a nivel internacional, específicamente en el campo de la violencia contra las mujeres, fueron ganando terreno. Y hacia el final de conflicto armado interno en Guatemala, que duró 36 años (1960 – 1996), finalmente la violencia contra las mujeres fue reconocida como una violación a los derechos humanos de las mujeres y como un freno a su desarrollo, a través de dos herramientas normativas internacionales, que han sido claves para impulsar la lucha por la erradicación de la violencia contra las mujeres en nuestro país, la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, de las Naciones Unidas (1993) y la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, de la OEA (1994), conocida como Belem Do Pará.

La Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, estableció que la “violencia contra la mujer” *es todo acto de violencia basada en la pertenencia al sexo femenino, que implique un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, tanto en el ámbito público como en el privado*, con lo cual quedaba claro que la violencia contra las mujeres no debía entenderse únicamente como “violencia doméstica” o “violencia intrafamiliar”, y que por lo tanto, se trataba de un problema social, que debía ser planteado, discutido y resuelto, más allá de la familia.

La misma Declaración, reconoció que la “violencia contra la mujer” es “una manifestación de *relaciones de poder* históricamente desiguales entre el hombre y la mujer, que

han conducido a la *dominación de la mujer* y a la *discriminación* en su contra por parte del hombre, e *impedido el adelanto pleno* de la mujer” (1993). Esta afirmación develó el carácter histórico, político y estructural de la violencia contra las mujeres, desnaturalizándola y poniendo en evidencia, que una de las consecuencias innegables de la violencia contra las mujeres, es que las mujeres no han accedido a su desarrollo en la misma medida que los hombres y, por lo tanto, la sociedad tiene una deuda con ellas. Este argumento es fundamental para entender por qué es preciso que las mujeres realicen procesos personales y colectivos, que les conduzcan a equilibrar la balanza de las relaciones de poder con los hombres, y a impulsar su desarrollo pleno, como mujeres y como seres humanos.

Un año después de la Declaración, en 1994, a través de la Convención Belem Do Pará, los Estados parte acordaron que la violencia contra las mujeres “...constituye una *violación de los derechos humanos* y las libertades fundamentales y limita total o parcialmente a la mujer el reconocimiento, goce y ejercicio de tales derechos y libertades”, lo cual constituyó un paso importante en la lucha por la erradicación de la violencia contra las mujeres, desde el campo de los derechos humanos.

En este sentido, también cabe mencionar que, a través de la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer (1993), la Asamblea de la Organización de Naciones Unidas (ONU), también expresó su preocupación “por el hecho de que algunos grupos de mujeres, como por ejemplo las mujeres pertenecientes a minorías, las *mujeres indígenas*, [...], las niñas, [...] las ancianas y las *mujeres en situaciones de conflicto armado* son particularmente vulnerables a la violencia”, nombró al Estado como uno de los posibles perpetradores de “violencia contra la mujer” e, instó a los

Estados a establecer la legislación nacional necesaria “para castigar y reparar los agravios infligidos a las mujeres que sean objeto de violencia [...]”.

Las luchas incansables de mujeres feministas y del movimiento de mujeres en Guatemala, aprovechando estos avances normativos en materia de derechos humanos de las mujeres, dieron lugar a la promulgación de la “Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia intrafamiliar” (Decreto No. 97-1996) que, si bien limitaba la violencia al ámbito intrafamiliar, en aquel momento constituyó un primer paso en la normativa nacional en favor de los derechos humanos de las mujeres y un pretexto para que las feministas lograran colocar el tema en el espacio público.

Es importante subrayar que los avances normativos mencionados anteriormente -y los que se dieron en los años posteriores- fueron el resultado de años de luchas y de propuestas feministas y del movimiento de mujeres ante los respectivos espacios institucionales, donde finalmente fueron consideradas y validadas en el marco de la ‘institucionalidad de la paz’, para ser aprobadas por los estados, pero no se tradujeron en avances reales en las vidas de las mujeres, porque han sido sistemáticamente despolitizadas, quedando en meras declaraciones no vinculantes, jurídicamente hablando⁷⁰, que en la práctica no son aplicadas por los Estados ni por la Organización de Naciones Unidas (ONU), razón por la cual, tampoco han dado lugar a políticas de reparación digna y transformadora para las mujeres sobrevivientes de violencia sexual durante la guerra.

70 Esto mismo sucedió con la Comisión de la Verdad en Guatemala, que fue sustituida por la Comisión para el Esclarecimiento Histórico, precisamente para evitar que tuviera un carácter vinculante.

2.3 Vinculación entre violencia sexual, genocidio y etnocidio

En esos años se produjo el retorno de miles de personas guatemaltecas que huyeron del país en su lucha por sobrevivir a la política contrainsurgente implementada por el Estado guatemalteco, y que fueron acogidas en los campamentos de refugiados en Chiapas, México. Y aunque los informes del REMHI y de la CEH habían realizado una mención somera de la violencia sexual contra mujeres mayas, como parte de las violaciones humanas que se registraron en los años más álgidos de la guerra, todavía había mucho silencio en torno a esos crímenes sexuales en la sociedad guatemalteca.

El 09 de diciembre de 1998, se llevó a cabo el Primer Tribunal de Conciencia de las Mujeres en Guatemala, impulsado por cerca de cuarenta organizaciones de mujeres, feministas, organizaciones indígenas, organizaciones sociales y de derechos humanos.⁷¹ Dicho Tribunal vinculó -entre otros- los ejes: violencia intrafamiliar, violencia política durante el conflicto armado y abuso sexual. Como parte de su sentencia, este Tribunal condenó al ejército de Guatemala “Por haber implementado durante más de tres décadas, a lo largo del territorio nacional, una política genocida y etnocida que incluyó terror, violación sexual, torturas, secuestros, desapariciones forzadas y ejecuciones extrajudiciales, de la cual las mujeres fueron las principales víctimas”.⁷² La sentencia finalizó con el siguiente texto: “Este tribunal se ha visto golpeado por el dolor de las mujeres, por su tristeza y su pesar, por las injusticias que han padecido. Sin embargo, nos inspiran su persistencia, su fuerza, su esperanza.

71 IUMUSAC e IDEI, 2011: 176.

72 Primer Tribunal de Conciencia de las Mujeres de Guatemala, 1998: 02.

Admiramos su valentía al denunciar los actos de violencia sufridos por ellas, y nos unimos a su lucha por romper el silencio y a su esperanza de construir, mujeres y hombres, una sociedad justa, armónica y equitativa”.⁷³

El 26 de diciembre de 1999, ganó las elecciones presidenciales Alfonso Portillo, postulado por el Frente Republicano Guatemalteco (FRG), un partido político fundado por el general retirado Efraín Ríos Montt, quien el 10 de mayo de 2013 fue juzgado y sentenciado por el Tribunal Primero “A” de Mayor Riesgo, a 80 años de prisión, al encontrarlo culpable de genocidio y de delitos contra los deberes humanidad. Y aunque diez días después, la Corte de Constitucionalidad anuló dicha sentencia, el proceso judicial permitió que la sociedad guatemalteca conociera los inenarrables crímenes que se produjeron durante el corto pero sangriento período en que este genocida fungió como Jefe de Estado de Guatemala (1982-1983), puesto al que accedió a través de un golpe de estado.

Con el ascenso del partido fundado por Ríos Montt al poder, se reavivó el miedo a la represión militar y a todo lo que él representaba para la sociedad guatemalteca, y en particular, para las mujeres mayas sobrevivientes del genocidio.

En los años 2003 y 2004, la feminista francesa Amandine Fulchiron, en el marco de sus estudios en la Fundación Guatemala y la Universidad Nacional Autónoma de México, realizó una tesis a través de la cual buscaba indagar por qué había tanto silencio en relación a la violación sexual durante la guerra, y uno de sus principales hallazgos fue que, al margen de la guerra, era frecuente que las mujeres iniciaran su vida sexual a raíz de una violación o de un acto de violencia sexual, lo cual significaba que la vivencia de la sexualidad de las mujeres en Guatemala, estaba atravesada por

⁷³ Primer Tribunal de Conciencia de las Mujeres de Guatemala, 1998: 05.

la violencia, desde sus inicios. En el movimiento de mujeres, esto implicaba que la sexualidad y la violencia sexual eran temas tabúes en esos años, porque hablar de lo que las otras habían vivido, significaba también, hablar de las vivencias propias, y eso producía mucha vergüenza todavía.⁷⁴ No obstante, Liduvina Méndez recuerda que, algunas organizaciones como el Grupo Guatemalteco de Mujeres (GGM), en la década de los noventa, contaban con un espacio para hablar sobre el acompañamiento a víctimas de violencia sexual, como el incesto, el estupro y la violación sexual.

La necesidad de abordar el problema y de insistir en los innegables vínculos entre la violencia sexual, el genocidio y el etnocidio, que ya el Primer Tribunal de Conciencia de las Mujeres de Guatemala había mostrado, llevó a mujeres feministas, y a otras del movimiento de mujeres y de organizaciones mayas, a realizar una serie de esfuerzos para hablar del problema y a buscar soluciones al mismo. En ese marco se produjo el surgimiento del Consorcio Actoras de Cambio, al cual nos referiremos más adelante.

Además, entre los años 2005 y 2006, representantes del Consorcio Actoras de Cambio, Lesbiradas, la Asociación Mujeres en Solidaridad (AMES), el Instituto de Estudios Comparados en Ciencias Penales (ICCPG), el Sector de Mujeres, el Área de la Mujer del Centro para la Acción Legal en Derechos Humanos (CALDH), la Agrupación de Mujeres Tierra Viva, el Conversatorio Feminista, la Asociación Mujer Vamos Adelante (AMVA), la Red de la No Violencia contra la Mujer (REDNOVI), el Grupo de Mujeres Mayas Kaqla y algunas mujeres feministas sin adscripción organizativa, participaron en los Encuentros “Hablemos de Violencia Sexual”, donde se abordó específicamente el problema de la violencia sexual contra las mujeres durante la guerra y la necesidad urgente de sanar los traumas derivados de ella. Con todo y sus limitaciones, estos

⁷⁴ Amandine Fulchirone, 25/03/2021.

encuentros fueron importantes porque varias mujeres y feministas se involucraron y esto permitió politizar el tema de la violencia sexual y vincularlo con el genocidio y el etnocidio, colocándolo en el ámbito político. Estos debates alimentaron el proceso de Actoras de Cambio y viceversa. Otro resultado importante de estos encuentros fue el surgimiento de la “Batucada feminista contra la violencia sexual”, conformada inicialmente por 14 mujeres que irrumpieron en el espacio público, no desde la expresión discursiva sino desde cuerpo, los cantos y el performance, lo que permitió colocar socialmente el tema, desde otro lugar.⁷⁵

2.4 Incremento de las muertes violentas de mujeres

En la década de los noventa, los análisis que la socióloga sudafricana Diane Russell venía realizando junto a otras autoras feministas del primer mundo, dieron origen a la categoría “femicidio”, como la forma más extrema de la violencia contra las mujeres, logrando colocarla en la agenda política y académica internacional.⁷⁶ La antropóloga argentina, Rita Laura Segato, explica que los femicidios son ‘crímenes del patriarcado’, porque son crímenes de poder, asesinatos con una doble función: la conservación y la reproducción del poder masculino.⁷⁷

Justamente en esa misma década, el fenómeno del femicidio empezó a cobrar mucha importancia en la región mesoamericana, particularmente en México, por los aberrantes crímenes que sistemáticamente se estaban produciendo en Ciudad Juárez. Mientras tanto, en Guatemala, en los primeros años del período posconflicto,

⁷⁵ *Ibíd.*

⁷⁶ Muñoz. En: Monzón, 2020: 646.

⁷⁷ Segato. En: Belausteguigoitia y Melgar, 2008: 38.

se empezó a observar un incremento de las muertes violentas de mujeres “—que [solo en el año 2001] sumaron más de 3000, según cifras proporcionadas en el Encuentro Latinoamericano: ¡No Al Femicidio!, realizado en la Ciudad de Guatemala—”.⁷⁸

Además de las escandalosas cifras de muertes violentas de mujeres durante esos primeros años del siglo XXI en el país, llamaba la atención el hecho de que, muchos de esos crímenes rebasaron el espacio privado, por lo que no podían ser conceptualizados como resultado de la “violencia intrafamiliar” o de la “violencia doméstica”, pues los cuerpos de las mujeres aparecían en la vía pública, en terrenos baldíos.

Por otro lado, esos cuerpos sugerían la existencia de vínculos de los perpetradores de esos crímenes con los del pasado reciente, tal como lo evidenció en su momento, la investigadora Kristin Svendsen: “La manera como hombres matan a mujeres en Guatemala actualmente [2007] tiene muchos elementos en común con los métodos empleados por el Ejército durante el conflicto armado interno: la tortura, la mutilación y la violación formaron parte de la estrategia contrainsurgente y la violencia extrema fue empleada especialmente contra las mujeres.”⁷⁹

El incremento desmedido de las muertes violentas de mujeres empezó a ser denunciado y visibilizado por organizaciones sociales como el Grupo Guatemalteco de Mujeres (GGM). Las múltiples estrategias de lucha de las organizaciones de mujeres, mujeres feministas y el movimiento de mujeres en el país, lograron que las estadísticas oficiales relacionadas con la violencia, fueran desagregadas por sexo desde el año 2002, y que más adelante, en el año 2008, se aprobara la “Ley Contra el

⁷⁸ Muñoz. En: Monzón, 2020: 652.

⁷⁹ Svendsen, 2007: 92.

Femicidio y Otras Formas de Violencia Contra la Mujer”, la cual tipifica y sanciona las distintas formas de violencia contra las mujeres, entre ellas, el femicidio.

2.5 Creación de organizaciones sociales en torno a la memoria histórica

El proceso de recuperación de la memoria histórica, es “un movimiento socio – cultural nacido en el seno de la sociedad civil con el objetivo de divulgar de forma rigurosa la historia reciente –en especial, los crímenes y abusos cometidos por regímenes políticos determinados-, con objeto de hacer justicia en el sentido de reconocimiento y reparación, así como recuperar referentes de lucha por los derechos humanos, la libertad y la justicia social.”⁸⁰

Es por eso que, tanto el Informe “Guatemala Nunca Más” como el Informe “Guatemala: Memoria del Silencio”, cumplieron un papel muy importante, al recoger los testimonios de sobrevivientes y de personas que atestiguaron los crímenes indecibles que se cometieron en aquella época, pues estos testimonios permitieron la construcción de memorias individuales, comunitarias y sociales. Y al hacerlo, sentaron las bases para la recuperación de la memoria histórica de los pueblos y comunidades, pero sobre todo, abrieron la posibilidad de que las personas sobrevivientes narraran su versión de los hechos, iniciaran su camino de búsqueda de la justicia, de dignificación de la memoria de sus víctimas, y su lucha por que nunca más se repitieran esos crímenes contra la humanidad de sus descendientes.

Es por ello que, en los años previos y posteriores a la firma de la paz en Guatemala, hubo mucho interés de la sociedad civil para articular esfuerzos y organizarse en

80 Pedreño. En: Martínez, 2009: 05.

torno a las demandas de justicia por las violaciones a los derechos humanos ocurridas durante los 36 años del conflicto armado interno y, para la recuperación de la memoria histórica de los pueblos, comunidades y sujetos que sufrieron en sus cuerpos las atrocidades de la política genocida implementada por el Estado guatemalteco.

Así surgieron, entre otras, las siguientes organizaciones: en 1984 el Grupo de Apoyo Mutuo (GAM) -conformado por familiares de personas desaparecidas a manos del Estado guatemalteco-; en 1988 la Coordinadora Nacional de Viudas de Guatemala (CONAVIGUA) -integrada por mujeres mayas viudas a causa de la política contrainsurgente-; en 1990 la Asociación Mamá Maquín -formada por mujeres que vivieron el refugio y el retorno durante el conflicto armado interno-; en 1992 la Asociación de Familiares de Detenidos de Guatemala (FAMDEGUA) -para exigir la aparición de 45,000 personas detenidas-desaparecidas-; en 1999 la organización Hijos e Hijas por la Identidad y la Justicia contra el Olvido y el Silencio (H.I.J.O.S. Guatemala) -conformada por jóvenes que quedaron en la orfandad a consecuencia de la guerra-.

Cada organización surgió con sus propias demandas sociales y políticas, relacionadas con grupos específicos de víctimas y sobrevivientes: viudas, personas desaparecidas, personas refugiadas, etc.

Pero la lucha por la memoria histórica y la búsqueda de la justicia transicional, parecieron hacerse cuesta arriba, cuando en el año 1999, los resultados de la contienda electoral por la presidencia del país, dieron el triunfo al Frente Republicano Guatemalteco (FRG), un partido político fundado por el militar retirado Efraín Ríos Montt, quien en el año 2013 fue juzgado por un tribunal guatemalteco, que lo encontró culpable de genocidio y crímenes contra los deberes de humanidad, por

la política que implementó durante 1982-1983, mientras permaneció como Jefe de Estado, puesto que asumió como consecuencia de un golpe de Estado⁸¹.

2.6 Surgimiento del Consorcio Actoras de Cambio

Tal como hemos mencionado anteriormente, en los primeros años del período posconflicto se visibilizaron las múltiples y aberrantes violaciones a los derechos humanos que habían sido cometidas en el marco del conflicto armado interno, principalmente por las fuerzas represivas del Estado guatemalteco: masacres, desapariciones forzadas, ejecuciones extrajudiciales, torturas, etc., pero poco se hablaba de las desgarradoras experiencias vividas por las mujeres mayas, que habían sido víctimas de violencia sexual en aquella época, principalmente durante el período de la política genocida (1978 – 1983).

Amandine Fulchiron y Yolanda Aguilar, de nacionalidad francesa y guatemalteca respectivamente, quienes por distintas razones estaban vinculadas a la realidad de estas mujeres, se conocieron en este momento de la historia del país y compartieron sus inquietudes en relación al silencio que había alrededor de los crímenes sexuales contra mujeres, principalmente mayas, y en relación a la necesidad de crear un espacio específico para que las mujeres sobrevivientes pudieran hablar de lo vivido y empezar un camino para la sanación y la recuperación de sus vidas, pues el trauma ocasionado por la violencia sexual, y la carga que ello suponía para ellas, era visible en sus cuerpos y en sus rostros. Además, señala Amandine que, aunque la memoria histórica empezaba a tener importancia en el contexto nacional, las que tenían sus voces calladas, eran las mujeres.⁸²

81 Diez días después de emitida la sentencia, esta fue revocada por la Corte de Constitucionalidad por supuestos errores en el proceso.

82 Amandine Fulchirone, 25/03/2021.

En el año 2003, Amandine y Yolanda decidieron convocar a algunas organizaciones sociales con las cuales iniciaron conversaciones, con el fin de crear condiciones de posibilidad para “hacer visible la violación sexual que se cometió contra las mujeres durante la guerra, hacer justicia a las sobrevivientes, así como a las que no pudieron sobrevivir a estos crímenes de lesa humanidad, y contribuir a romper el círculo de la impunidad”.⁸³

Como resultado de esas conversaciones, en el mismo 2003, se produjo una alianza entre algunas mujeres feministas, algunas mujeres mayas, la Unión Nacional de Mujeres Guatemaltecas (UNAMG), la Asociación de Mujeres de Petén Ixqik⁸⁴, el Equipo de Estudios Comunitarios y de Acción Psicosocial (ECAP); alianza que se concretó en el Consorcio “De Víctimas de Violencia Sexual a Actoras de Cambio: La Lucha de las Mujeres por la Justicia”. Inicia así un largo camino de generación de “procesos de sanación, de empoderamiento, de reconstrucción de la memoria histórica, y de lucha por la justicia, para contribuir a crear condiciones que permitan a las mujeres sobrevivientes de violencia sexual durante la guerra, romper el silencio, salir del dolor, constituirse en sujetas de su propia vida, e involucrarse en luchas comunes por la justicia y la construcción de alternativas de vida para las mujeres mayas en Guatemala. Es decir, contribuir a procesos de justicia de género.”⁸⁵

En el año 2004, el Consorcio “Actoras de Cambio” –en su forma abreviada-, se dedicó a la identificación y creación de los grupos de mujeres sobrevivientes en Chimaltenango, Huehuetenango y el Polochic. Posteriormente, desde el año 2006,

83 Fulchiron *et. al.*, 2011: 05.

84 La Asociación de Mujeres de Petén Ixqik no continuó en el Consorcio, debido a la persecución que estaba sufriendo en aquel momento, por el trabajo que realizaba. (Méndez, 2020a: 18).

85 *Ibíd.*

se conformó un equipo de investigación, integrado por: Amandine Fulchiron⁸⁶, Olga Alicia Paz⁸⁷, Angélica López⁸⁸, y María José Pérez⁸⁹, quienes tuvieron a su cargo la realización de una investigación, que resultó en la publicación “Tejidos que lleva el alma. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado interno”. Los hallazgos de la investigación, se constituyeron en una enorme contribución a la construcción de la memoria histórica de las mujeres mayas en ese aberrante período histórico del país.

En 2006, Liduvina Méndez y Sara Álvarez, como responsables de la formación sanación, elaboraron la propuesta metodológica de sanación, la cual fue posteriormente avalada y complementada por el resto del equipo especializado. Es así como inician los procesos colectivos con las sobrevivientes Mam, Chuj, Kaqchikel y Q’eqchi’, reunidas en las cabeceras departamentales, en un contexto de miedo y reserva por la estigmatización que existía hacia las sobrevivientes.⁹⁰ La implementación de la propuesta y el acompañamiento a los grupos de mujeres sobrevivientes, estuvo a cargo de todas las integrantes del equipo especializado, asumiendo responsabilidades específicas en las distintas regiones donde trabajaban en ese momento. Las traductoras -que más adelante se llamaron promotoras- también formaron parte del equipo.

Para trabajar la violencia sexual, se impulsaron procesos de sanación, autoconciencia, dignificación y reconstrucción de la memoria histórica desde las voces y experiencias de las mujeres. Estos procesos se realizaron en alianza con mujeres feministas individuales y terapeutas mayas.

86 Investigadora principal.

87 Investigadora del Equipo de Estudios Comunitarios y de Acción Psicosocial (ECAP).

88 Investigadora.

89 Asistente de investigación.

90 **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 03.

Uno de los objetivos del Consorcio “Actoras de Cambio” era impulsar la lucha de las mujeres por la justicia, en un contexto donde la impunidad era lo normal frente a las distintas expresiones de violencia contra las mujeres. En los espacios de mujeres y feministas también existían diferentes posiciones frente al tema de la justicia en los casos de violencia sexual en el conflicto armado, lo cual era comprensible, debido a las diversas posiciones teóricas y políticas que caracterizan al movimiento feminista en Guatemala y en el mundo. Por un lado, estaban quienes defendían el acceso de las mujeres víctimas a la justicia convencional -patriarcal-, con el fin de que los tribunales de justicia sancionaran a los victimarios y dictaran las medidas de reparación que consideraran convenientes. Y, por otro lado, algunas empezaban a hablar de la «justicia feminista», que “es una invitación a hacerse cargo, a no tener una actitud pasiva, a ser parte activa del proceso y, a la vez, que eso se pueda traducir en un proceso de reparación”⁹¹. Esta última perspectiva busca una respuesta más compleja al problema, yendo más allá de castigar a los victimarios, al tratar de identificar el contexto que ha posibilitado los hechos, e interviniendo en dicho contexto para realizar los cambios necesarios, con el fin de garantizar la no repetición de los daños⁹².

En medio de esos debates, el equipo de Actoras de Cambio se preguntaba si la reivindicación de justicia legal podía “contribuir a crear condiciones sociales para influir a más largo plazo sobre la construcción de un nuevo contrato social basado sobre la justicia de género”⁹³. Pero en todo caso, el equipo tenía claro que, la última palabra correspondía a las mujeres sobrevivientes de violencia sexual. Fue entonces que Liduvina Méndez construyó una herramienta para recoger las percepciones de lo que para las mujeres significaba la justicia, partiendo de su forma de nombrarla

91 Reguero, 2020.

92 *Ibíd.*

93 Fulchiron *et. al.*, 2011: 12.

en sus respectivos idiomas, en el marco de la experiencia de trabajo con mujeres sobrevivientes de violencias machistas, donde la impunidad era evidente, y con experiencias recurrentes de victimización⁹⁴. Las respuestas de las mujeres, mostraron que para ellas, la búsqueda de justicia no correspondía únicamente al anhelo de castigar a los responsables de la violación sexual durante la guerra, sino que abarcaba una lucha política mayor, para la transformación de la situación de opresión de las mujeres, pues exigir justicia significaba para ellas, sentirse merecedoras de esta justicia como humanas, sentirse sujetas con el derecho de hablar, construir relaciones de respeto⁹⁵ y asegurar que la violencia sexual no se repitiera en las vidas de sus hijas, de sus nietas, ni de ninguna mujer. En otras palabras, conseguir la justicia de género, a través de la eliminación de las inequidades entre hombres y mujeres, que dan como resultado la subordinación de las mujeres a los hombres⁹⁶.

Más adelante en este camino, la **Colectiva Actoras de Cambio** contribuyó “a buscar vías alternativas de justicia, que significaran reparación para las sobrevivientes y permitieran crear nuevas condiciones sociales para desarticular y deslegitimar la violencia sexual, como garantía de no repetición. Luego de tres años de acompañamiento en espacios cerrados y de confianza, de trabajo intenso para sanar las consecuencias de la violencia sexual, la guerra y el genocidio, de recuperación de la memoria histórica, personal y colectiva, se rompió con la culpa y la vergüenza y la violación sexual se reconoció como un crimen cometido en su contra. Las mujeres recobraron su dignidad, su fuerza, legitimidad y su capacidad para recuperar la vida y encontrarle nuevos sentidos. Lograron empezar a reír, bailar y disfrutar la vida.”⁹⁷

94 **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 04.

95 Fulchiron *et. al.*, 2011: 414.

96 Goetz, en: Fulchiron *et. al.*, 2011: 414.

97 **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 04-05.

2.7 Del Consorcio a la Colectiva Actoras de Cambio

En enero del año 2008, debido a diferencias de orden metodológico y político, ECAP decidió dejar de ser parte del Consorcio. En mayo del mismo año, UNAMG decidió separarse de las mujeres feministas que aun formaban parte del equipo, con lo cual desapareció el Consorcio como tal, pero el equipo especializado que estaba a cargo de la formación, sanación y recuperación de la memoria histórica de las mujeres sobrevivientes, decidió continuar el trabajo de manera independiente, y es así como nace la **Colectiva Actoras de Cambio**, fundada en el 2008 por Amandine Fulchiron, Liduvina Méndez y Laura Montes. En el año 2009 adquirió personería jurídica.⁹⁸

Los ejes de trabajo de Actoras de Cambio, fueron implementados gradualmente, para ir respondiendo a las necesidades de las mujeres que acompañaban en los distintos territorios:

1. La reconstrucción de la vida de las mujeres y la erradicación de la violencia sexual, a través de los procesos de formación sanación colectivos y comunitarios, entre mujeres. Los primeros años, 2004-2007, estuvieron enfocados en que las mujeres se liberaran de los traumas de la guerra; de la culpa, el terror y la vergüenza de la violencia sexual y el racismo, para que pudieran recuperar sus vidas y retejer los vínculos entre ellas.⁹⁹
2. La recuperación de la memoria histórica de la guerra, desde la experiencia de las mujeres, colocando la violación sexual en el ámbito público y social, para construir condiciones de no repetición. A partir del año 2008, después de varios años de sanación y resignificación de sus historias, las mujeres Mam, Chuj, Kaqchikel y Q’eqchi’, junto al

98 Méndez, 2020a: 18.

99 Amandine Fulchiron, 25/03/2021.

equipo de la **Colectiva Actoras de Cambio**, decidieron romper el silencio públicamente, en el Primer Festival Mujeres y Guerra, “Sobreviví, Estoy Aquí, Estoy Viva”, durante el cual, las sobrevivientes narraron sus historias, para que se supieran, para que no se repitieran, y como un primer paso en la reparación del daño¹⁰⁰. Así se inauguraron los festivales por la memoria, que han contribuido enormemente a levantar el tema de la violencia sexual en la sociedad guatemalteca, tan acostumbrada a guardar silencio en relación a estos crímenes. Los primeros festivales se realizaron fuera de las comunidades donde residían las sobrevivientes, porque sentían temor de exponerse públicamente en sus propios territorios. Además de los festivales por la memoria, este eje se impulsó también a partir de publicaciones de historias de vida de las mujeres sobrevivientes y de la implementación de diplomados dirigidos a maestras, con el fin de crear una cultura que erradique la violencia sexual.¹⁰¹

3. La construcción de territorios justos para las mujeres. En la medida en que las mujeres sobrevivientes Mam y Chuj, atravesaron el miedo a hablar públicamente de lo que habían vivido, y sintiéndose arropadas por la fuerza del proceso colectivo, luego del segundo festival por la memoria (2011), rompieron el silencio en sus propias comunidades, donde por largos años habían sido revictimizadas a través de la estigmatización cotidiana¹⁰². Así empezaron a ser protagonistas de sus propios procesos en sus comunidades, donde hablaron públicamente de la violación sexual en tiempos de guerra y en tiempos de paz, y de la violencia sexual que ocurría en sus propias comunidades. Hablaron de esto frente a sus familiares, frente a las autoridades y frente a las otras mujeres, con lo cual lograron romper con el tabú socialmente impuesto sobre estos temas, lograron también que la comunidad empezara a ver la violencia y la violación sexual como un crimen, y fueron reconocidas

100 **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 05.

101 Amandine Fulchiron, 25/03/2021.

102 *Ibíd.*

como referentes, por otras mujeres que se acercaron para compartir los abusos sexuales que habían sufrido por parte de familiares o vecinos¹⁰³. “Con este poder y autoridad colectiva recobrada, las sobrevivientes de Huehuetenango [Chuj y Mam], deciden organizarse en redes e impulsar acciones de prevención, apoyo y justicia en sus propias comunidades para erradicar la violación sexual, por medio de redes comunitarias de mujeres, activas desde 2011 a la fecha¹⁰⁴. Esto les ha permitido ser reconocidas por sus comunidades como mujeres que saben cómo apoyar y acompañar a sobrevivientes de violencia contra las mujeres, particularmente la violencia sexual. Las autoridades comunitarias las consultan para problemas de este tipo y otros.¹⁰⁵

En la actualidad, la **Colectiva Actoras de Cambio** estructura su trabajo en torno a tres ejes:

- Sanación – acción política
- Territorios libres de violencia sexual desde la memoria histórica de las mujeres
- Fortalecimiento del equipo¹⁰⁶

En cuanto a las sujetas con las cuales trabaja la Colectiva actualmente, básicamente enfoca sus esfuerzos en:

- Grupos y redes de mujeres Mam
- Organizaciones de mujeres, feministas y mujeres del movimiento social
- Trabajo con maestras¹⁰⁷
- La alianza que construyó con la Red de Mujeres Ix y con Mujeres Voz de la Resistencia

103 *Ibíd.*

104 Cabe mencionar que las mujeres Kaqchikel y Q’eqchi’, decidieron no dar este paso. (**Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 05).

105 **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 05.

106 **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 03.

107 *Ibíd.*



Claves feministas de la propuesta de formación sanación¹⁰⁸

“La Colectiva Actoras de Cambio está inspirada en el feminismo, en ese gran movimiento ascendente y trascendente que construye la libertad y emancipación de las mujeres y de toda la sociedad, al proponer alternativas para construir culturas sin relaciones de dominación, sin opresiones ni subordinación.”

Colectiva Actoras de Cambio

¹⁰⁸ Este apartado fue construido a partir de la información aportada por Amándine Fulchiron (25/03/2021), Liduvina Méndez (23 y 24/03/2021) y Virginia Gálvez (22/03/2021), durante las entrevistas correspondientes.

Uno de los pilares fundamentales, sobre los cuales se construyó y desarrolló la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, es sin lugar a dudas, el pensamiento feminista, con su enorme producción filosófica y política, expresada en diferentes corrientes¹⁰⁹. Las integrantes del equipo en los orígenes de Actoras de Cambio, eran feministas, y de manera personal, realizaban lecturas feministas que les permitieron realizar aportes para la construcción de los debates y reflexiones en ese sentido. Y aunque a lo largo de la existencia de Actoras, no todas las integrantes del equipo se han nombrado feministas, es evidente el influjo que ha tenido el pensamiento feminista en la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio. Es por ello que, durante las entrevistas fue posible identificar algunas claves feministas que han sido útiles para visibilizar, desnaturalizar y desmontar la violencia sexual, el racismo y la discriminación, y paralelamente, crear condiciones de posibilidad para el acompañamiento y la sanación de los traumas provocados por ese continuum de violencia experimentado por las mujeres mayas, de manera personal y colectiva, recuperar la memoria histórica, y construir nuevas posibilidades de vida en bienestar, libertad y justicia para las mujeres. Entre todos los aportes del pensamiento y el movimiento feminista en distintas latitudes del mundo, destacan las siguientes.

3.1 Desarticular todas las opresiones

La propuesta de Actoras de Cambio, consideró desde sus inicios, las distintas estructuras de poder existentes en la sociedad, y “la imbricación y simultaneidad de

¹⁰⁹ De acuerdo a las entrevistas, las corrientes que mayor influencia tuvieron en la propuesta fueron: el feminismo negro, antirracista (actualmente nombrado como feminismo decolonial); el feminismo autónomo, como expresión latinoamericana del feminismo de la diferencia; el feminismo radical; el feminismo del afuera; el feminismo comunitario y; el anarcofeminismo.

las relaciones sociales de poder del sexo, la raza y la clase”¹¹⁰, que en aquella época se resumía a la categoría “triple opresión” en la sociedad guatemalteca, haciendo alusión a la opresión que sufrían muchas mujeres, por ser precisamente mujeres, indígenas y pobres.

En consecuencia, la propuesta apostó por la desarticulación de todas las opresiones resultantes de la dinámica de superioridad e inferioridad impuesta socialmente en todos los órdenes de la vida y que afectaban a las mujeres, tanto a nivel familiar, como comunitario y nacional. De este modo, se vio la necesidad de sanar la misoginia, el racismo, la discriminación y la exclusión, que sistemáticamente las habían oprimido durante todas sus vidas. Esto implicó la politización de todas las relaciones sociales de poder que atravesaban sus vidas y sus cuerpos.

La desarticulación de opresiones, también se intencionó en las relaciones entre las mujeres del equipo y de los grupos, con el fin de sanarlas, para posibilitar la alianza y la complicidad entre todas, en la construcción de una propuesta que buscaba la recuperación del poder de las mujeres sobre sus cuerpos y sus vidas, a través de procesos políticos y comunitarios que permitieran la emancipación de las mujeres, partiendo de la desarticulación de todas las formas de opresión a las que estaban sometidas.

3.2 Politizar lo personal

“Lo personal es político”. Esta consigna del feminismo radical, acuñada a finales de los años sesenta en los Estados Unidos por el Movimiento de Liberación de las Mujeres, constituyó un punto de partida para las integrantes de Actoras de Cambio

¹¹⁰ Falquet, 2014: 42.

que construyeron la propuesta de formación sanación, conscientes “de que la opresión se ejerce en y a través de sus relaciones más íntimas, empezando por la más íntima de todas: la relación con el propio cuerpo”.¹¹¹

Esta declaración lleva necesariamente a reflexionar sobre la dimensión política de los cuerpos y las vidas de las mujeres, a analizar el sexo y el origen étnico como categorías sobre las cuales se construyen las relaciones desiguales de poder entre los hombres y las mujeres, y a entender la sexualidad como una construcción social. En otras palabras, la frase “lo personal es político”, establece relaciones entre las experiencias personales de las mujeres y las estructuras sociales en las cuales se realizan esas experiencias.

Considerando que la propuesta de Actoras de Cambio, surgió en medio de un profundo silencio en torno a la violencia sexual utilizada de forma sistemática y masiva contra las mujeres mayas durante el conflicto armado interno, esta consigna feminista adquiriría una relevancia significativa, por la fuerza que imprimía a la posibilidad de romper el silencio en relación a esos crímenes atroces, en la voz de las propias sobrevivientes.

En suma, la idea de “lo personal es político” ha sido muy potente para sanación y la transformación personal y colectiva de las mujeres sobrevivientes de violación sexual durante la guerra, “pues cuando somos conscientes y desestructuramos las creencias y comportamientos que nos subordinan, la dominación y opresión dejan de ser el referente, se rompen y, paso a paso, se abren caminos para la libertad y emancipación. Arrancamos uno de los eslabones del sistema de dominación porque construimos desde la libertad y la autonomía”.¹¹²

¹¹¹ Greer, Germaine. En: Ranea, 2019.

¹¹² Méndez, 2020a: 75.

3.3 Promover procesos de autoconciencia y transformación personal

Desde los años sesenta se empezaron a organizar los procesos de autoconciencia, los cuales “fueron ideados por feministas [...] para reunirse entre mujeres y hablar, sentir, explicarse y transformar juntas la condición de las mujeres, tomando en cuenta todos los aspectos de sus vidas. A lo largo de la historia se han organizado una gran cantidad de mujeres alrededor de estos grupos de autoconciencia. Reunirse para hablar de sus vidas y de cómo transformarlas a través de compartir las experiencias sigue siendo creativo, innovador y sanador para las mujeres, razón por la que fueron calificados como terapéuticos, no obstante que su carácter es más que todo político, ya que tienden a estimular actos sociales contra las opresiones”.¹¹³

En los procesos de formación sanación de Actoras de Cambio, fue fundamental que los grupos de mujeres se reunieran con cierta frecuencia para poder intercambiar sus saberes, sus conocimientos y sus vivencias¹¹⁴; para analizar juntas las estructuras y relaciones sociales que producen y reproducen opresiones como el racismo, la discriminación y la misoginia, pero sobre todo, para comprender a fondo la violencia sexual, como expresión contundente del poder patriarcal, capitalista y racista, que había atravesado sus cuerpos y sus vidas, dejando instalado en ellos el dolor, la culpa y la vergüenza.

Por lo tanto, los procesos de autoconciencia fueron necesarios para que las sobrevivientes pudieran contextualizar sus experiencias personales en el marco de las estructuras de opresión que caracterizaban a la sociedad, y de las relaciones asimétricas

113 Méndez, 2020a: 77-78.

114 Méndez, 2020a: 78.

de poder resultantes de esas dinámicas sociales. La introspección promovida por la autoconciencia, también permitió, por un lado, la identificación de los traumas provocados por las estructuras de opresión y por las relaciones de poder en cada sobreviviente y, por otro lado, la toma de conciencia de las opresiones interiorizadas, que nos hacen víctimas, lo cual permitió asumir la responsabilidad de nuestras vidas y salir de los círculos que nos hacen vivir estas opresiones una y otra vez.

Los procesos de sanación, también pasan necesariamente por la toma de conciencia de cómo la cultura nos ha asignado a las mujeres un rol importante en la reproducción de la masculinidad hegemónica¹¹⁵ y la misoginia, responsables de la opresión de las mujeres, convirtiéndonos -sin tener conciencia de ello- en piezas clave para el sostenimiento y perpetuación del sistema patriarcal, e impidiéndonos la transformación personal y social¹¹⁶. Afortunadamente, toma de conciencia de los pensamientos, creencias y prácticas misóginas, racistas y discriminatorias asumidas por cada participante en el proceso -incluido el equipo-, permite su sanación y su transformación personal, y el establecimiento de nuevas relaciones, desde otros lugares.

Sin lugar a dudas, la autoconciencia y la transformación personal promovida por la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, contribuye al bienestar de las mujeres y a la construcción de nuevos imaginarios sociales y nuevas representaciones sociales sobre ellas, a partir de nuevos contenidos simbólicos construidos por las

115 “Parfraseando a Margarita Pisano, feminista radical chilena, digo: No hay nada que rescatar de la masculinidad, porque constituye la cultura de la crueldad, de la violencia, del maltrato, del abuso y del sometimiento”. (Paz, 2020).

116 Margarita Pisano y Andrea Franulic, del Movimiento Rebelde del Afuera, más conocido como “feminismo del afuera” realizaron aportes importantes a este debate, los cuales fueron considerados en el equipo de Actoras de Cambio.

propias mujeres, para crear culturas distintas¹¹⁷, relaciones sociales horizontales y, en última instancia, desde su conciencia comunitaria, aportar a la creación de un nuevo “proyecto civilizatorio”, como diría la filósofa feminista, Margarita Pisano.

3.4 Apostar por la reapropiación del cuerpo y la sexualidad

La autora Catharine MacKinnon, desde el feminismo radical, explica cómo el patriarcado, ha erotizado “la dominación, la agresión y el sometimiento, creando [el cuerpo de las mujeres como] un objeto sexual accesible [...] convirtiéndolo en] un blanco de uso y abuso sexual”¹¹⁸. Ese imaginario social, bastante extendido en la sociedad guatemalteca, subyace a “las relaciones de poder que se expresan en la expropiación del cuerpo de las mujeres, y se manifiestan en el derecho de posesión que los hombres sienten sobre las mujeres, y que justifica socialmente el acoso, el abuso, la violación sexual y los asesinatos contra mujeres”¹¹⁹. En última instancia, ha derivado en el terror, como mecanismo del poder patriarcal, que busca perpetuar “la expropiación de las vidas -cuerpo y sexualidad- de las mujeres [...] mediante todas las formas y expresiones de violencia sexual y de violencia contra las mujeres”¹²⁰.

Además del terror, “La expropiación del cuerpo de las mujeres tiene múltiples expresiones. Una de ellas es su segregación al ámbito doméstico como garante de

117 “Cierto es, que por obligación hemos estado ausentes de la historia o se nos ha invisibilizado, pero las mujeres podemos transformar esta ausencia en una potencialidad de crear una cultura no unidimensional como la patriarcal, sino múltiple y equilibrada, como plantea la italiana feminista de la diferencia Carla Lonzi.” (Paz, *Op. Cit.*).

118 Fernández, 2017: 210.

119 Fulchiron *et. al.*, 2011: 432.

120 Méndez, 2015: 79.

la reproducción de la fuerza de trabajo para el capital, además de que socialmente ese aporte es invisibilizado. El imaginario patriarcal genera la ficción de que la mujer ‘es mantenida’ por el conviviente-trabajador, lo cual no solo es falso sino en realidad sirve para legitimar el dominio y la subordinación. Mediante la maternidad obligatoria también las mujeres han garantizado nuevos trabajadores para el capital. Por otra parte, se niega y sataniza su cuerpo y su sexualidad y se estipulan controles sociales que dejan limitados espacios para su expresión. La alegría, la libertad de elegir y decidir, el placer, el conocimiento sobre el cuerpo y la sexualidad están proscritos. De modo que los mecanismos patriarcales combinan el terror directo contra los cuerpos de las mujeres con un dominio cultural para despojarlas de su libertad y autonomía”¹²¹. Es así como el sistema patriarcal define como destino prefijado para las mujeres, su experiencia vital como hijas, madres y esposas.

“La sexualidad y el cuerpo son temas de los que no se habla, son prohibidos socialmente. Para el feminismo, no obstante, son temas fundamentales que sirven para desentrañar, comprender y romper las cadenas patriarcales”¹²². Por ello, para Actoras de Cambio ha sido muy importante trabajar en la creación de nuevos contenidos alrededor del cuerpo y la sexualidad de las mujeres, como un mecanismo para que las mujeres retomen el control sobre sus cuerpos y su sexualidad, superen la victimización y escapen a la dominación masculina.

En consecuencia, “La reapropiación del cuerpo también significó la revalorización de la sexualidad, un nuevo comienzo en el proceso de construcción de la vida con gozo y con placer, con conciencia de la importancia del bienestar de sí mismas. Por ejemplo, con la danza, el juego, los masajes, los ejercicios bioenergéticos, las mujeres

121 Méndez, 2015: 80.

122 *Ibíd.*

aprendieron a disfrutar el cuerpo, a perder la vergüenza del mismo, rompiendo el silencio sobre aspectos tan naturales, pero tan ajenos como es el movimiento corporal, como nombrar cada parte del cuerpo y vivirla sin culpa, o por lo menos con conciencia de que la culpa, aunque la sientan, es un mecanismo para mantener el sometimiento y dominación de las mujeres. Implicó un cambio sustantivo.”¹²³

3.5 Reivindicar los espacios seguros para la sanación de mujeres sobrevivientes de violencia sexual

La propuesta de formación sanación está orientada a la construcción de una cultura de respeto y dignificación de las mujeres sobrevivientes de violencia sexual y racismo, por lo que se planteó la necesidad de construir espacios seguros para acompañar a estas sujetas sociales y políticas.

Desde el inicio, Actoras de Cambio acompañó la organización de grupos de mujeres Mam, Chuj, Q’eqchi’ y Kaqchikel, inspirados en los grupos de autoconciencia que fueron fundados en los años sesenta por feministas, para propiciar espacios seguros entre mujeres con el objetivo de compartir sus experiencias vitales como mujeres y transformar colectivamente su condición de mujeres en la sociedad. De modo que los grupos de mujeres que Actoras ha acompañado en estos años, se han caracterizado por ser espacios seguros que han permitido a las sobrevivientes avanzar en sus procesos de sanación, pero también les han posibilitado la expresión política, a través acciones sociales y políticas contra todas las formas de opresión.¹²⁴

123 Méndez, 2015: 81.

124 Méndez, 2020a: 77-78.

Era tanta la necesidad de espacios seguros para las sobrevivientes de violencia sexual, “que la organización de los grupos fue un proceso que se desarrolló sin que existiera un factor externo que lo impulsara. [En ese sentido,] Fue un gran aprendizaje estimular condiciones que respondieran a las dinámicas internas de los grupos formados, motivadas por factores múltiples, como los vínculos geográficos, identitarios, la pertenencia a comunidades cercanas, así como la complicidad generada alrededor de ser mujeres mayas sobrevivientes y tener la misma condición. Los grupos que se organizaron desde el inicio, lo hicieron con sus propios recursos y aún permanecen unidos.”¹²⁵

Estos espacios de mujeres mayas, se han constituido en espacios seguros, donde las mujeres pueden expresarse y ser escuchadas respetuosamente por cada una de las integrantes; un lugar de solidaridad y respeto entre todas, pues aún con historias y experiencias diferentes, comparten el reto de aprender a no juzgar ni juzgarse, de no culpar ni culparse, y de sentirse parte del grupo, de la colectividad, gestando procesos de cambio en sus vidas y contribuyendo a la vez, en la generación de cambios en las vidas de otras mujeres.¹²⁶

3.6 Construir relaciones horizontales

Considerando que una de las características del sistema patriarcal, es la estructuración vertical y jerárquica de las relaciones sociales, la **Colectiva Actoras de Cambio** apostó desde el principio por la construcción de relaciones horizontales, lo cual fue todo un desafío, pero ha sido posible gracias a la capacidad de diálogo de las integrantes, a las discusiones profundas sostenidas, a los consensos colectivos a los que han

125 Méndez, 2020a: 76-77.

126 Aguilar, 2012: 16.

podido arribar, luego de verse a sí mismas, romper con los mandatos patriarcales de la competencia, la misoginia y la envidia entre mujeres, a la búsqueda colectiva de soluciones y a la firme convicción de que, “la interdependencia entre las mujeres es el camino hacia la libertad que permite que el Yo sea, no para ser utilizado, sino para ser creativo. [Pues] Esta es la diferencia entre un ser pasivo y un ser activo”¹²⁷, tal como lo afirma la escritora feminista Audre Lorde.

En este sentido, Actoras de Cambio ha abrazado la posibilidad de construir “relaciones desde las diferencias no dominantes”, una propuesta muy potente de Audre Lorde, quien partiendo de la idea de que la construcción de comunidad es necesaria, pues “Sin una comunidad es imposible liberarse”¹²⁸, afirma que la construcción de una comunidad no debe suprimir las diferencias, ni negarlas¹²⁹, pues “Las diferencias son la potente materia prima a partir de la cual forjamos nuestro poder personal”¹³⁰.

Partiendo de esas reflexiones, la experiencia y la propuesta de Actoras de Cambio, pasa por el reconocimiento de sus diferencias, en el sentido de que tienen historias de vida diferentes y tienen puntos de vista diferentes, pero al poner en pie de igualdad sus diferencias, han podido reconocer la validez de esas diferencias y la riqueza que esas diferencias aportan al colectivo, pues al reconocer la autoridad de cada una, derivada de su experiencia vital y de sus saberes, han podido construir una compleja propuesta multidimensional con un alto potencial para la formación, la sanación y la transformación de las vidas de las mujeres.

127 Lorde, 2003: 117.

128 *Ibíd.*

129 *Ibíd.*

130 *Ibíd.*

Una clave importante en esta construcción de relaciones horizontales, ha sido el trabajo individual para que cada una encuentre a la “madre autónoma” y se vincule con ella, para evitar así relacionarse con los espacios organizativos, desde la carencia. De este modo, Actoras de Cambio intenta e intenciona que cada una se vincule a las demás, sin temor a la desaprobación, al juicio o a la crítica, aportando sus conocimientos, desde su poder personal. Sin embargo, esto depende de la disposición personal de las mujeres, para construir autoridad propia, lo cual supone, la toma de decisiones personales.

En esta construcción de la horizontalidad, influye fuertemente la construcción en la práctica, de esas relaciones entre mujeres que son desconocidas, pero que llevan a la construcción sin superioridades o hegemonías, libres de opresión y también libres de racismo, a partir del reconocimiento de todas esas formas que cada una tiene, como aprendizajes o creencias, lo cual implica que los caminos o veredas para construirla son diferentes, pero lo importante es confluir en el sueño, el deseo o el recuerdo ancestral.

3.7 Tejer una política de reconocimiento y amor entre mujeres

Cualquier proceso que busque sanar colectivamente los efectos de la violencia sexual en las mujeres, pasa necesariamente por la organización del grupo, porque no hay forma de crear condiciones para garantizar la no repetición, sin la fuerza y el apoyo del grupo. Actuar frente a la violencia sexual -hablando de ella, previniéndola, defendiendo o acompañando a las niñas, adolescentes y mujeres sobrevivientes-, requiere necesariamente del respaldo del grupo. Lo interesante, en el caso de los procesos acompañados por la **Colectiva Actoras de Cambio**, es que la organización

de los grupos se fue construyendo de manera natural, a lo largo del proceso de sanación, pues sanar la violencia sexual en colectivo, implica relacionarse con las demás desde la más profunda intimidad, desde una gran vulnerabilidad y en el marco de relaciones horizontales, a las cuales nos hemos referido anteriormente.

Todo ello supone la construcción de una política de reconocimiento y amor entre mujeres, en el sentido de que inevitablemente se despierta una fuerte admiración por las otras, por su fuerza a cada paso que dan, por su capacidad de trascender el dolor, y por su valentía para recuperar su poder personal y reconstruir sus vidas. En este proceso, las mujeres se reconocen mutuamente, pero van más allá de eso, porque cada una aprende a ver y reconocer el valor de cada historia y el valor de la presencia de cada compañera en el colectivo.

Esa política de reconocimiento y amor entre mujeres, conduce a una fuerte cohesión del grupo, porque cada una se reconoce y se valida, pero también reconoce la importancia de la existencia y los aportes de las otras para su propio proceso. Y desde el momento en que el grupo decide actuar en apoyo a las otras, la cohesión del grupo se materializa, y se incrementa el compromiso por trabajar permanentemente las relaciones de poder, los enojos, los silencios y todo aquello que pueda afectar la dinámica colectiva, pues surge entre las mujeres la conciencia de que bajo ninguna circunstancia pueden dejar sola a ninguna compañera, y esa razón es suficiente para mantener la cohesión y la fuerza en el grupo.

Esta política de reconocimiento y amor entre mujeres, desafía a la lógica patriarcal que promueve el conflicto y la rivalidad permanente entre las mujeres, y en su lugar propone valorar las diferencias en la conformación del todo, donde cada mujer es

acogida amorosamente por el grupo, como un ser único y valioso, que realiza aportes sustanciales al proceso de todas.

3.8 Recuperar los poderes para la vida en armonía y equilibrio

Los poderes para la vida en armonía y equilibrio son un tema central en la propuesta de Actoras de Cambio, pues en las mujeres sobrevivientes de violencia sexual, racismo y discriminación, sus poderes ha sido profundamente trastocados y minados. Por lo tanto, el proceso de sanación pasa necesariamente por la recuperación de esos poderes, que son fundamentales para trascender el dolor, reapropiarse de sus cuerpos y de su sexualidad, construir su autonomía, romper las relaciones de poder en su entorno y transformar sus vidas.

Una herramienta imprescindible en ese proceso, ha sido la propuesta feminista de Audre Lorde, de recuperar lo erótico como poder. Desde luego, esto supone una redefinición de lo erótico, una categoría que ha sido distorsionada por el patriarcado, para perpetuar el poder de dominación masculina. En ese sentido, “Los hombres han acostumbrado a definir erróneamente lo erótico y a emplearlo en contra de las mujeres. Lo han equiparado con una sensación confusa, trivial, psicótica, artificial. Por este motivo, muchas veces renunciamos a indagar en lo erótico y a considerarlo una fuente de poder e información, confundiéndolo con su antítesis, la pornografía [...que es] la negación directa del poder del erotismo, ya que representa la supresión de los sentimientos verdaderos.”¹³¹

131 Lorde, 2003: 38.

Por el contrario, “Lo erótico es un recurso que reside en el interior de todas nosotras, asentado en un plano profundamente femenino y espiritual, y firmemente enraizado en el poder de nuestros sentimientos inexpressados y aún por reconocer. [...Por lo tanto,] lo erótico es una afirmación de la fuerza vital de las mujeres; de esa energía creativa y fortalecida, cuyo conocimiento y uso estamos reclamando ahora en nuestro lenguaje, nuestra historia, nuestra danza, nuestro amor, nuestro trabajo y nuestras vidas.”¹³²

Es en este sentido que la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, propone lo erótico como herramienta para la recuperación del poder propio de las mujeres y para la revalorización de las relaciones de poder entre mujeres, de la política entre mujeres, devolviendo la autoridad, la validez y la fuerza a la política entre mujeres, a la alianza y la complicidad entre las mujeres del grupo.

La recuperación de los poderes para la vida en armonía y equilibrio en estos procesos, es fundamental para la emancipación de las mujeres y para la construcción de su libertad, pues la propuesta de Actoras de Cambio es una propuesta de libertad; una libertad muy vinculada a la justicia, pero no a la justicia formal, sino a la justicia resultante de la libertad política que supone la apropiación de sus cuerpos y de sus vidas para “«disponer de sí mismas» para actuar en función de lo que realmente quieren ser y hacer”¹³³.

Dicho de otro modo, “La justicia para las sobrevivientes es la recuperación de la fuerza, de la capacidad de decidir, es el dejar de ser una víctima a merced de lo que otros dispongan sobre sus vidas. Es reconocer la propia autoridad y la de las otras

132 Lorde, *Op. Cit.* p.37 y 40.

133 Fulchiron, 2018: 432.

para transformar las condiciones comunes”¹³⁴. Una mujer integrante del grupo Chuj, lo resume todo al declarar: Ahora, “yo soy libre, y esto es justo para mí”.¹³⁵

3.9 Construir autonomía

La propuesta de Actoras de Cambio implica la construcción de autonomía, en el sentido de que las mujeres que participan en los grupos, apuestan por la recuperación de sus cuerpos y de sus vidas, desde sus propios criterios de bienestar, y no desde mandatos impuestos derivados de las opresiones. De hecho, la propuesta intencionó, desde sus inicios, la no generación de dependencia por parte de las mujeres, quienes han ido asumiendo gradualmente la responsabilidad del protagonismo en sus propios procesos.

De este modo, poco a poco las mujeres van construyendo condiciones para su libertad y su autodeterminación, sin necesitar de una autoridad externa que les diga lo que tienen que hacer, pues reconocen la autoridad que hay en cada una, por el hecho de ser quienes son, de hacer lo que hacen y de los saberes que poseen. Y a partir de esa autoridad propia, saben que pueden transformar su realidad, de manera autónoma y libre, asumiendo la responsabilidad personal, que implica la consciencia de sus actos, sus decisiones y sus elecciones.

Esta autonomía implica un cuestionamiento profundo del Estado-que en buena medida es responsable de la realidad de las mujeres-, pero también de la institucionalidad, con toda la lógica patriarcal y, por ende, autoritaria que supone. Al rechazar esa forma masculina de ejercer el poder, tanto el equipo como los grupos y las redes de mujeres,

134 Cooperació, 2014: 38.

135 Fulchiron, 2018: 432.

han ido encontrando otras formas de organizarse, de relacionarse y de construir juntas, más vinculadas a la política de reconocimiento y amor entre mujeres y, por lo tanto, más autónomas¹³⁶.

3.10 Pasar de víctimas a actoras de cambio

La principal apuesta de la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, desde sus inicios, fue precisamente que las mujeres pudieran realizar un cambio profundo en su subjetividad de víctimas -construida desde la opresión- y logaran convertirse en actoras de cambio -una subjetividad construida desde la libertad-.

Para ello fue preciso superar la “interiorización de la opresión”, como la llama el Grupo de Mujeres Kaqla¹³⁷, refiriéndose a todas las formas de opresión que son vividas y asumidas por las víctimas, y que terminan moldeando su subjetividad¹³⁸. Ese fue el punto de partida. Y el desafío consistió en la desarticulación de esa subjetividad de víctimas, para recuperar el poder sobre sus vidas. En ese proceso, las integrantes del equipo de Actoras de Cambio comprendieron que el territorio básico para recorrer ese camino, era el cuerpo, pues en última instancia, como afirma Margarita Pisano, “Nos conectamos con nuestra energía no condicionada cuando recuperamos nuestro

136 El feminismo autónomo, como expresión latinoamericana del feminismo de la diferencia, y el anarcofeminismo, hicieron aportes importantes a estas reflexiones.

137 Los aportes del pensamiento y la experiencia del Grupo de Mujeres Kaqla, fueron muy importantes para Actoras de Cambio en sus inicios, debido a que dos de sus integrantes formaron parte del equipo en su primera fase.

138 “La internalización de las ideas opresoras es la que nos marca, por ello ya no nos vemos como somos, porque hemos aprendido a vernos a través de los ojos de los opresores”. (Grupo de Mujeres Mayas Kaqla, 2004: 22).

cuerpo. El cuerpo tiene la capacidad del sentir, el emocionar y el pensar, contiene todas nuestras energías, es el instrumento con el que tocamos la vida. A través de la historia, el cuerpo ha sido y es el lugar político de preferencia.”¹³⁹

Pasar de víctimas a actoras de cambio, también significa para las mujeres, tomar la responsabilidad de su propia vida, de su sanación, del descubrimiento de sus poderes y sus capacidades. Es hacer su propio camino.

Este proceso de víctimas a actoras de cambio, implica la construcción de nuevas subjetividades que, a su vez, suponen transformaciones en la forma como las mujeres se relacionan consigo mismas, en las prácticas de cuidado, respeto, libertad y dignidad personales, en el amor propio incondicional y en el perdón a sí mismas, y transformaciones también en la forma como se relacionan con lo público, con lo comunitario, con lo social. En última instancia, “La recuperación del cuerpo desafía a las mujeres en la capacidad de diseñar sus propias vidas, nos desafía en la capacidad de ser productoras de cultura, símbolos y valores...”¹⁴⁰ En otras palabras, cuando las mujeres transitan de víctimas a actoras de cambio, no solo transforman sus vidas, sino que también establecen nuevos lazos sociales, producen nuevos símbolos y valores en sus comunidades y crean una nueva cultura. Se convierten en auténticas actoras de cambio.

139 Pisano, 1993: 21.

140 *Ibíd.*

IV

Claves de la cosmovisión maya asumidas por la propuesta

“La cosmovisión maya, reconocida y resignificada por las mujeres sobrevivientes, constituyó una fuente directa para repensar la vida desde otros paradigmas, desde un sistema cosmocéntrico de movimiento perpetuo, que plantea como principio la integralidad, armonía y el equilibrio con todo lo que existe.”

Colectiva Actoras de Cambio

El trabajo de Actoras de Cambio, desde sus primeros años, estuvo dirigido a mujeres mayas sobrevivientes de violencia sexual durante el conflicto armado interno, en distintas regiones del país. Dos mujeres del equipo, Sara Álvarez y Angélica López, eran maya k'iche', con bastante conocimiento de la cosmovisión maya y participantes de un proceso de sanación impulsado por la Asociación de Mujeres Mayas Kaqla. Otra de las integrantes del equipo, Liduvina Méndez¹⁴¹, mestiza, conocía los aspectos fundamentales de la cosmovisión maya, porque se había acercado a ellos a través de un curso, de la búsqueda propia de sus orígenes y como una posibilidad de deconstrucción del racismo internalizado; además, ya había tenido una experiencia previa, trabajando el racismo con mujeres mayas retornadas, a partir de la recuperación de la cosmovisión.

Todos esos elementos, las llevaron a decidir naturalmente, que una dimensión importante de la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, sería sin lugar a dudas, la cosmovisión maya. Pero quizá la razón de mayor peso en la toma de esta decisión, fue el hecho de que, ya desde aquel momento, ellas reconocían el enorme potencial sanador de la cosmovisión maya, y la gran cantidad de herramientas de sanación, existentes en esa tradición milenaria, todas ellas de fácil acceso. A medida que fueron desarrollando el proceso con los grupos de mujeres, las integrantes del equipo fueron descubriendo algunas claves, derivadas de la experiencia específica de trabajar con mujeres mayas, desde su propia visión del mundo. A continuación, mencionamos algunas de esas claves.

141 Sara y Liduvina eran las responsables de la formación sanación en esa primera etapa del Consorcio Actoras de Cambio y Angélica era investigadora para la región de Huehuetenango.

4.1 Revalorizar los saberes ancestrales para el bienestar

Las cosmovisiones ancestrales tienen como fuente de salud el reequilibrio energético, físico, mental y emocional, a través de los cinco elementos: agua, fuego, tierra, viento y energía, y en conexión con el todo¹⁴². “Además, cuentan con «agentes de salud»¹⁴³, como guías espirituales¹⁴⁴, hueseros(as)¹⁴⁵, chayeros(as)¹⁴⁶, comadronas¹⁴⁷, curanderos(as)¹⁴⁸,

142 Liduvina Méndez, 17/08/2021.

143 “No me gusta nombrarlos así, pero no he encontrado una mejor traducción al castellano” (Sara Álvarez, 12/04/2021).

144 “Ajq’ij (El del día; el del tiempo; guía espiritual): [...] tiene a su cargo llevar el registro del tiempo, el restablecimiento del equilibrio entre lo social, lo espiritual, las formas de interrelación. Es el punto central de la vida y los acontecimientos de una comunidad, es el corazón de los procesos de salud – enfermedad por cuanto en su actividad se concentra, se concreta y se materializa la cosmovisión” (Car et. al., 2005: 174). Suelen presidir las ceremonias mayas, y pueden ser tanto hombres como mujeres.

145 “Las hueseras y los hueseros son una especialidad de la medicina indígena maya [...]. Son terapeutas especializados que se encargan de atender fracturas, esguinces o luxaciones de los huesos” (Car et. al., 2005: 80).

146 Chayeros o chayeras son médicos mayas que se encargan de curar dolencias físicas relacionadas con la circulación de la sangre, con el hinchamiento de venas en pies y manos, además del decaimiento de la persona (Lima, s/f: 09). Son expertos “en provocar sangrados a través de pequeños cortes en la piel en diferentes partes del cuerpo con el fin de provocar sangrías, para lo cual utilizan objetos punzocortantes fabricados a partir de piedras como la obsidiana principalmente, para bajar la fiebre, aliviar el dolor de cabeza...” (Car et. al., 2005: 79-80).

147 “Las comadronas son las terapeutas de mayor prestigio en las comunidades mayas, porque están vinculadas con la gestación y desarrollo de los primeros años de la vida humana, atienden el control pre y post natal, el parto, el puerperio y las enfermedades de las niñas y los niños en sus primeros cinco años de vida” (Car et. al., 2005: 80).

148 “Las curanderas y los curanderos se distinguen en la terapéutica maya porque son las personas que conocen técnicas de curación basadas en recursos naturales, pero también atienden consultas por afecciones espirituales” (Car et. al., 2005: 78).

etc. Para la sanación necesitan de estos «agentes de salud» y de estos conocimientos, con el fin de generar acompañamiento psicoespiritual, emocional, físico y energético para todas las personas y las comunidades. Las cosmovisiones ancestrales, no solo tienen este conocimiento, sino que también han sabido trasladarlo de generación en generación, pues los guías espirituales, por ejemplo, han existido desde hace muchísimos años y, en la actualidad, se siguen formando y continúan sirviendo en sus comunidades, atendiendo no solo la salud física, sino también realizando acompañamiento espiritual y emocional. Lo mismo sucede con las comadronas¹⁴⁹ y el importante trabajo que realizan, a partir del conocimiento que poseen sobre el cuerpo, la salud y la energía, que les permite verlo integralmente y tratarlo con distintas herramientas como el masaje, el temascal, las plantas, etc.”¹⁵⁰

Estos conocimientos ancestrales han sido heredados por los abuelos y las abuelas a sus descendientes. Si una abuela fue comadrona, lo más probable es que una hija y/o una nieta también lo sea; lo mismo sucede con los Ajq’ij¹⁵¹, los(as) curanderos(as), los(as) hueseros(as), etc. Sin embargo, la influencia colonial de la cosmovisión moderna occidental, y la mercantilización de la salud, propia del sistema capitalista neoliberal, han tenido como consecuencia que, de cierto modo, esta tradición milenaria se haya visto mermada en las últimas décadas.

Además, socialmente ha habido una abierta estigmatización sistemática de todos estos conocimientos científicos y métodos terapéuticos, y de sus rituales y símbolos -como el uso de las velas, el incienso y el fuego, por ejemplo-, lo cual ha sido alentado desde el

149 “El nombre de «comadronas» surge del mundo mestizo, en las comunidades mayas no se les reconoce de esa manera” (Elsa Rabanales, 06/04/2021).

150 Sara Álvarez, 12/04/2021.

151 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

desconocimiento absoluto de la episteme¹⁵² maya, desde la estrategia estatal racista y desde la moral cristiana, que tiende a etiquetar como “brujería” a todos los conocimientos y prácticas que no son autorizadas por las respectivas iglesias¹⁵³. Detrás de la estigmatización social de estos saberes, está la intención del sistema neoliberal, patriarcal y racista, de degradarlos y eliminarlos, dado que son completamente contrarios a sus mandatos y promueven una forma de vida y cultura que se oponen a la mercantilización de la vida.

Con todo y lo anteriormente expuesto, los conocimientos científicos ancestrales, han pervivido a través de las mujeres mayas que, de generación en generación, han asumido el compromiso de conservar estos saberes a través de sus prácticas como comadronas, curanderas, etc., ejerciendo abiertamente en sus comunidades, su trabajo para el reequilibrio y la armonización, y de otras que conservan la tradición, realizando su trabajo de manera clandestina, porque prefieren no exponerse a la estigmatización social¹⁵⁴, e incluso a la exclusión de sus comunidades¹⁵⁵.

Por otro lado, es bastante evidente que las prácticas ancestrales vinculadas a la sanación y al bienestar integral, forman parte de la cotidianidad de los pueblos mayas; “están muy arraigadas en las comunidades; aparentemente no se sabe de dónde vienen, pero los cuerpos sí lo saben, poseen todo ese conocimiento. Persistieron saberes como el

152 *Episteme* es el “Conjunto de conocimientos que condicionan las formas de entender e interpretar el mundo en determinadas épocas” (RAE).

153 La información sobre el estigma social que pesa sobre las practicantes de la tradición maya, como “brujas”, fue aportada por Elsa Rabanales (06/04/2021) y Amandine Fulchiron (13/04/2021).

154 Esta última información fue aportada por Elsa Rabanales, 06/04/2021.

155 Amandine Fulchiron, 13/04/2021.

uso de las plantas¹⁵⁶, la ruda, el romero, los siete montes, etc.; las ceremonias mayas y las conexiones con todo lo que existe, el humo, el soplo, por ejemplo”¹⁵⁷.

En las comunidades mayas, “las curanderas y las comadronas tienen mucho conocimiento sobre el poder curativo de una gran variedad de plantas y saben en qué parte de las montañas conseguirlas, para atender todo tipo de enfermedades. Otra cosa que llama la atención en las comunidades, es que varias personas que asisten a iglesias evangélicas, tienen prohibido el uso de flores, velas e incienso, pero a pesar de eso, con frecuencia se van a los cerros para colocar allí sus velas y sus flores. Cuando se trae en la sangre, es difícil que te lo quiten”¹⁵⁸.

Los procesos de formación sanación de Actoras de Cambio, han apostado mucho por la revalorización y la recuperación de estos saberes ancestrales, para la sanación y el bienestar de las mujeres, que siempre estuvieron allí, pero que habían sido estigmatizados y marginados por la mirada etnocéntrica¹⁵⁹ de las iglesias¹⁶⁰, las escuelas, las instituciones del Estado, etc. Esta apuesta por revalorizar y recuperar estos saberes milenarios, ha demostrado poseer un gran potencial “sanador de todas las formas de racismo y discriminación”¹⁶¹.

Un aspecto importante de la apuesta de Actoras de Cambio, es que aun cuando reconoce la importancia de los “agentes de salud” de la medicina maya, en su

156 Cabe mencionar que estos saberes también se popularizaron entre una buena parte de la población mestiza.

157 Liduvina Méndez, 29/03/2021.

158 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

159 El etnocentrismo es la tendencia a creer que la propia cultura es superior a todas las demás.

160 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

161 Liduvina Méndez, 29/03/2021.

trabajo con las mujeres mayas, ha intencionado la recuperación y la validación de las prácticas ancestrales para la sanación y el bienestar, de manera vivencial, lo cual ha resultado sumamente potente, porque ha sido “como devolver a las mujeres esos conocimientos que son de ellas, pero que muchas veces les fueron arrebatados por los procesos de colonización, racismo y explotación. Eso ha sido muy importante”¹⁶².

“Recuperar, reconstruir, revalorizar y devolver esta memoria, con y desde las mujeres, y reconocer que forma parte de los saberes de la humanidad, nos ha llevado a descubrir que la cosmovisión maya contiene planteamientos que no son compatibles con el racismo, el patriarcado, el capitalismo, por lo cual, nos ofrece la posibilidad de sanar todas las estructuras y relaciones de opresión. Por lo tanto, el hecho de que las mujeres mayas se reconecten con su cosmovisión y recuperen sus saberes, garantiza que las nuevas generaciones tengan las herramientas necesarias para relacionarse con el mundo, de una manera más armónica”¹⁶³.

En este sentido, es importante resaltar que la sabiduría ancestral maya, “plantea que todas y todos los seres vivientes somos parte del cosmos, que nadie está fuera, sino que todos los seres ocupamos un lugar, y que ningún lugar es más importante que otro. Que la energía vital está en todo lo que existe y que, por lo tanto, hay que honrarlo, respetarlo y dignificarlo. Esta sabiduría también habla de la posibilidad de recuperar el equilibrio, de la ciclicidad de la vida, de cómo todo cambia y se va transformando, lo cual contradice la idea de las estructuras y esquemas rígidos planteada por la cosmovisión occidental. En resumen, estos saberes ancestrales, constituyen una propuesta para el sostenimiento de la vida”¹⁶⁴ en bienestar, tanto del planeta como del universo.

162 Virginia Gálvez, 22/03/2021.

163 *Ibíd.*

164 *Ibíd.*

Los nawales que rigen cada día del calendario maya¹⁶⁵, son un claro ejemplo de cómo los conocimientos ancestrales se relacionan con la vida cotidiana de las mujeres y de los pueblos. Los elementos vitales, tierra, agua, aire y fuego, también ocupan un lugar central en la cosmovisión maya y, por lo tanto, en los procesos de formación sanación de Actoras de Cambio, como se puede observar en el centro energético que siempre está presente en las reuniones con las mujeres sobrevivientes con quienes trabajan, y al cual nos referiremos más adelante.

Si bien, hasta ahora hemos abordado en cierta medida, lo que ha implicado la revalorización y la recuperación de la sabiduría maya para las mujeres mayas sobrevivientes de violencia sexual con quienes ha trabajado Actoras de Cambio a lo largo de muchos años, es importante dejar constancia de que esta clave ha sido importantísima también para las mujeres mestizas y extranjeras que han formado parte del equipo de trabajo de Actoras de Cambio y de otros grupos de mujeres con los que la Asociación ha trabajado en los últimos años, pues “la cosmovisión maya nos acerca mucho a nuestras raíces, a la búsqueda de nuestros orígenes, y nos ayuda a construir colectivamente, desde relaciones no racistas y no dominantes con las mujeres y los pueblos mayas. La propuesta de vida de la cosmovisión maya, nos da oportunidades de evolucionar como personas, como colectivos y como sociedad”¹⁶⁶.

165 En el tercer capítulo del Cuaderno guía para lideresas comunitarias, “Abramos caminos de sanación para florecer juntas”, publicado en el 2020, la **Colectiva Actoras de Cambio** propone una interpretación de los nawales, como herramientas para el autoconocimiento, el amor propio y la construcción colectiva de bienestar de las mujeres sobrevivientes, de las comunidades, de la sociedad y del planeta.

166 Liduvina Méndez, 24/03/2021.

4.2 Expandir la conciencia para reconectar con la red de la vida

En términos generales, es posible afirmar que, en el mundo moderno “hemos perdido la conexión con la red de la vida y con el valor de lo ancestral”¹⁶⁷. Por eso, para el equipo de la **Colectiva Actoras de Cambio**, la experiencia del proceso vivido junto a las mujeres mayas sobrevivientes de violencia sexual, ha sido todo un descubrimiento que ha implicado “vivir la experiencia de conexión con el todo; con algo mucho más grande que nosotras, que era la vida misma. Por lo tanto, podría decirse que nos hemos conectado con el ritmo de la vida”¹⁶⁸.

Amandine Fulchiron sintetiza su experiencia de la siguiente manera: “Yo al inicio, no entendía nada. Y poco a poco, a través de lo vivido, fui entendiendo lo que implicaba eso de estar conectada con el todo; sentir que estaba conectada con el fuego, sentir que yo era parte de toda la red de la vida, que no estaba sola ni separada, sino en vínculo con la energía de los árboles y la energía de las estrellas. Ahora lo vivo, y me encanta, porque le da una dimensión muy grande a la vida”¹⁶⁹.

Por su parte, Elsa Rabanales plantea, “el ser humano es parte de la totalidad del universo y del cosmos. En nuestros cuerpos están todas las energías. Los cuatro elementos también se mueven por nuestro cuerpo; la tierra está vinculada a la energía femenina, el agua a la sangre, el fuego al poder interior y, el aire a la respiración y a la sabiduría de nuestras ideas”¹⁷⁰.

167 Sara Álvarez, 12/04/2021.

168 Amandine Fulchiron, 13/04/2021.

169 *Ibíd.*

170 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

“Todo tiene vida, -afirma Virginia Gálvez- todo tiene fuerza, todo tiene verdad. Esas fuerzas son inherentes a todos y a todas, desde las plantas, los minerales, los animales, hasta nosotras. Estos saberes ancestrales son también una postura frente al mundo, que permite a las mujeres que nos sentimos parte de todo, que nos conectemos espiritualmente y energéticamente a todo. Nosotras tenemos muy claro que, para recuperar nuestra vida, nos tenemos que conectar con la vida, no hay otra manera. Y para conectarnos con la vida, tenemos que conectarnos con la naturaleza, con las estrellas, con el planeta y con el universo, porque hay un vínculo entre nuestro bienestar y el de ellos. Esta es la postura que nosotras colocamos en cada espacio, en cada ejercicio, desde que abrimos hasta que cerramos, promovemos una nueva vinculación entre nosotras, el planeta y el cosmos”¹⁷¹.

“El proceso de Actoras de Cambio, ha permitido articular los distintos niveles de conciencia que existen; el micro -que sería el cuerpo y la subjetividad-, el macro -que es la conciencia colectiva y social-, y luego la vinculación a una conciencia vital, universal, es decir, la conciencia de estar vinculada con el todo, tal como lo plantean la cosmovisión maya y las demás civilizaciones ancestrales”¹⁷².

No obstante, la expansión de la conciencia y la reconexión con la red de la vida se producen como resultado de un sinnúmero de prácticas cotidianas que tienen que ver con el cuerpo, con la mente, con las emociones y con el espíritu; es decir, con el ser integral, tal como lo refieren las compañeras del equipo de la **Colectiva Actoras de Cambio**.

171 Virginia Gálvez, 22/03/2021.

172 Amandine Fulchiron, 13/04/2021.

En el día a día, nos cuenta Elsa Rabanales¹⁷³, “la cosmovisión maya alimenta nuestra vida y nuestro crecimiento. La mayoría de nuestros ancestros han trabajado la tierra, por eso le damos mucha importancia a nuestra relación con ella, incluso cuando cultivamos. Mi abuela, por las mañanas, saluda al sol y se despide de él por las tardes, cuando se oculta. Cuando hay un eclipse, en la comunidad es un momento sagrado y hacemos varios sonidos para llegar a la madre luna, pues reconocemos la conexión de la tierra con ella y con las galaxias. Encender el fuego es como prender la llama de nuestro corazón. Las flores representan la alegría de poder recuperar nuestros poderes desde la cosmovisión ancestral”¹⁷⁴.

“Según nuestros ancestros -narra Hermencia López¹⁷⁵-, es importante respetar la vida de todo lo que existe, por eso nos recomiendan pedir permiso antes de cortar las plantas medicinales, agradecer constantemente al universo, al agua, al aire, al fuego; pedir permiso a la tierra para sembrar las semillas, acoger a los perros de la calle y otras acciones que se deben practicar. Y para sanar, recuperamos la alegría a través de símbolos, colores y cantos, en sincronía con la naturaleza y con el cosmos”¹⁷⁶.

Virginia Gálvez comparte: “Según nos explicó una compañera, cuando asistimos a una ceremonia maya, debemos hacerlo con humildad, con agradecimiento, porque vamos a escuchar al fuego. Por lo tanto, participar en una ceremonia es como reconocer nuestro lugar en el cosmos. De igual manera, siempre que empezamos una reunión, colocamos nuestro centro energético en medio del círculo, y hablamos de la conexión con el agua, con la tierra, con el sol y con el aire. Ese solo acto, nos

173 Elsa Rabanales es una mujer mam.

174 Elsa Rabanales, 27/03/2021.

175 Hermencia López es una mujer mam.

176 Hermencia López, 28/03/2021.

plantea un cuestionamiento profundo acerca de cómo nos estamos relacionando con esos elementos, con los animales y con los demás seres del planeta y del cosmos.¹⁷⁷”

Finalmente, Liduvina Méndez plantea que, “el solo hecho de tomar conciencia de que, como grupo, como círculo, estamos conectadas con todo, nos da la posibilidad de hacer cosas nuevas, en los múltiples niveles del multiverso¹⁷⁸ en el que habitamos”¹⁷⁹. Con esta afirmación, Liduvina sintetiza las infinitas posibilidades que pueden abrirse, cuando se logra expandir la conciencia y reconectar con la red de la vida, que es solo una de las dimensiones del trabajo que la **Colectiva Actoras de Cambio** ha estado impulsando todos estos años con mujeres sobrevivientes de violencia sexual en distintas regiones del país.

4.3 Recuperar la espiritualidad maya

En un mundo patriarcal, capitalista, racista y discriminador, donde el conocimiento y el poder están asociados y donde solo se reconoce como conocimiento válido, todo aquello que ha sido probado científicamente, la espiritualidad ocupa un lugar marginal, y la espiritualidad maya, todavía más. Por otro lado, existe una gran tendencia a entender el término como sinónimo de religión o de religiosidad, lo cual resulta bastante reduccionista, porque la espiritualidad en el campo religioso, es

177 Virginia Gálvez, 22/03/2021.

178 La palabra multiverso se utiliza para referirse a la existencia de múltiples universos, más allá del nuestro, tal como lo han planteado diversas teorías.

179 Liduvina Méndez, 26/03/2021.

entendida desde una posición antropocéntrica¹⁸⁰ y dualista¹⁸¹, es decir, limitándola a la relación entre el hombre y Dios.

Pero la espiritualidad en el mundo maya no corresponde a esas ideas religiosas, pues tiene que ver con la relación permanente de todos los seres del cosmos con “el todo”. A partir de sus experiencias personales -vitales y organizativas- con esta dimensión de la propuesta, algunas integrantes del equipo inicial de Actoras de Cambio y otras del equipo actual, definieron así la espiritualidad, desde la cosmovisión maya:

“La espiritualidad maya es la conexión con nuestra esencia, con nuestros ancestros y ancestras, con el tiempo en que vivimos, y con todo lo que existe en el cosmos”¹⁸² (Elsa Rabanales).

“La espiritualidad es sentir que no solo somos materia, sino que también somos energía, y que la energía está conectada con otras formas de existencia”¹⁸³ (Sara Álvarez).

“La espiritualidad es la integración de nuestras emociones, de nuestro cuerpo, de nuestra energía, con todo lo que existe, en sincronía con el cosmos”¹⁸⁴ (Hermencia López).

180 El antropocentrismo plantea que el hombre -no el ser humano- es el centro y medida de todas las cosas, y antepone sus intereses y su poderío, por encima de los de todos los demás seres del universo, incluyendo a las mujeres.

181 El dualismo religioso interpreta la realidad desde dos principios opuestos, como: el espíritu y la materia; el bien y el mal; el cielo y el infierno; arriba y abajo; lo real y lo ideal; la santidad y el pecado, etc.

182 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

183 Sara Álvarez, 12/04/2021.

184 Hermencia López, 28/03/2021.

“La espiritualidad es la conciencia de nuestro lugar dentro del todo y de nuestra relación con él. Es la conciencia de nuestro camino, en medio del orden que rige en el universo, y la conciencia de cuál es nuestro aporte para el bien común, a partir de nuestros conocimientos”¹⁸⁵ (Virginia Gálvez).

“La espiritualidad es la experiencia de conexión con el todo; es la vida misma. Sentir que estamos conectadas con toda la red de la vida”¹⁸⁶ (Amandine Fulchiron).

“La espiritualidad abarca todo, incluido el cuerpo, la existencia con la que nos movemos en el mundo, la esencia de quiénes somos y nuestra personalidad, porque todos esos elementos están interrelacionados, son inseparables. A veces la personalidad no permite ver muchos aspectos de la espiritualidad, pero los aspectos más profundos e intangibles de quiénes somos, siempre tienen una expresión material. Por eso decimos que todo tiene espíritu, hasta la piedra, que se materializó a partir de la energía que existe, aunque no podamos explicar de dónde vino o cómo se materializó”¹⁸⁷ (Liduvina Méndez).

Definitivamente, todas estas ideas se distancian, en buena medida, de las concepciones religiosas acerca de la espiritualidad. ¿Cómo explicar -por ejemplo- que hasta las piedras tienen espíritu? Sara Álvarez, Psicóloga y Terapeuta Social Maya K’iche’, nos ayuda a comprender este tipo de afirmaciones, desde una perspectiva milenaria: “Las cosmovisiones ancestrales le dan existencia a todo, con el hábito de vida que le transmiten al soplarlo, porque creen que el aire, la tierra, el abuelo sol y todo, todo tiene existencia. La cosmovisión maya, al dar existencia a todo, genera al

185 Virginia Gálvez, 22/03/2021.

186 Amandine Fulchiron, 13/04/2021.

187 Liduvina Méndez, 29/03/2021.

mismo tiempo un vínculo, una conexión intrínseca con todo, con todas las personas, con todas las cosas y con todos los seres, porque todo lo existente tiene energía: la familia, la casa que habitamos, la ropa que utilizamos, el país en que vivimos, etc.”¹⁸⁸.

El hecho de darle existencia a todo y de vincularse al todo de manera permanente, implica que la espiritualidad es inherente a la vida en su totalidad, y no se limita a algunos momentos y espacios, ni defiende una doctrina dogmática¹⁸⁹ en particular. “En la cosmovisión maya, el trabajo espiritual conlleva la ritualización de la experiencia de vida. Desde el momento en que le damos existencia a todo, nos convertimos en seres espirituales que ritualizamos la comida, la forma de vestir y, absolutamente todo en nuestras vidas”¹⁹⁰. Ritualizar la vida implica sin duda, vivirla con un alto nivel de conciencia de que la vida es sagrada, en todas sus manifestaciones y, por lo tanto, en todas sus interconexiones.

En la experiencia de Actoras de Cambio, “El recurrir y resignificar la espiritualidad maya desde la experiencia de las mujeres, gracias a la presencia de mujeres mayas ajq’ijab en el equipo, fue darle vida y legitimidad a «la costumbre»”¹⁹¹.

Liduvina Méndez agrega, “la espiritualidad formó parte del trabajo que hacemos en Actoras de Cambio desde el principio, porque siempre hemos ido tras esa búsqueda

188 Sara Álvarez, 12/04/2021.

189 En este contexto, las doctrinas dogmáticas son conjuntos de ideas o principios que son defendidas y transmitidas por las religiones como verdad y, por lo tanto, son incuestionables. (Sara Álvarez -12/04/2021-, señaló que la espiritualidad maya no defiende ningún dogma).

190 Sara Álvarez, 12/04/2021.

191 Fulchiron, 2016: 414.

de equilibrio y armonización, que resulta del vínculo con la totalidad. Y en esa búsqueda hemos trascendido conceptos como lo bueno y lo malo, porque sabemos que todo está conectado y no podemos decir que uno de los dos lados no tiene espíritu, simplemente son formas distintas que asumen las frecuencias vibratorias, y existe una interconexión entre ambas, que se expresa como un vaivén. Por eso, aplicamos más los conceptos de equilibrio y desequilibrio. En el fondo, nosotras buscamos conectarnos con la energía del amor, intentando que esta sea el motor de la transformación, de la innovación, de la cocreación”¹⁹².

Al principio del proceso, algunas mujeres que asistían a determinadas iglesias, mostraron cierta resistencia a utilizar elementos simbólicos de la espiritualidad maya, como las velas o candelas, pues habían escuchado decir a sus líderes religiosos, que eso era “brujería”¹⁹³ y, por lo tanto, estaban más acostumbradas a realizar otros rituales, como los rezos o las oraciones¹⁹⁴.

Pero, por otro lado, debido a las tradiciones de sus abuelos y abuelas, “las mujeres mayas también suelen estar familiarizadas con el uso de las candelas, con el uso de las plantas, y con el uso del hálito de vida, al soplar las cosas y darles existencia. En todo caso, nosotras les dábamos opciones, y si no querían utilizar la candela, les sugeríamos que utilizaran una planta o una oración, porque lo que interesaba era que se conectaran con la intencionalidad energética y cerebral que se buscaba, y que generaran allí un efecto bioquímico. Al final, la memoria de los pequeños actos

192 Liduvina Méndez, 29/03/2021.

193 Amandine Fulchiron, 13/04/2021.

194 Sara Álvarez, 12/04/2021.

milenarios que habían vivido con sus abuelas y abuelos, hizo que gradualmente recuperaran la ritualización de la vida, propia de su cosmovisión”¹⁹⁵.

Este proceso de recuperación de la espiritualidad maya, también ha implicado que se observen algunas prácticas sincréticas¹⁹⁶ en los grupos de sobrevivientes, como por ejemplo, el hecho de que, algunas mujeres enciendan las candelas y luego se persignen¹⁹⁷, porque son católicas¹⁹⁸. Este tipo de prácticas ocurren de manera libre y espontánea, precisamente porque la espiritualidad maya no constituye una religión, sino más bien, un estilo de vida.

Una expresión de la espiritualidad maya, observada en las reuniones de los grupos de mujeres, es la utilización del llamado “centro energético”, el cual se coloca precisamente en el centro del círculo que forman las mujeres, sentadas en el suelo, sobre petates¹⁹⁹, para que sus cuerpos hagan conexión con la madre tierra. Sentarse en círculo, permite que todas las participantes, de manera equitativa, reciban la energía de todos los colores que están presentes en el centro energético; es equivalente a sentarse alrededor del fuego. Las mujeres se quitan los zapatos, para

195 *Ibíd.*

196 La antropología utiliza el término “sincretismo” para referirse a la utilización simultánea de elementos culturales o religiosos, propios de dos tradiciones distintas, como en este caso.

197 Persignarse es una tradición católica que consiste en trazar una cruz sobre el cuerpo, utilizando la mano derecha y repitiendo mentalmente o en voz alta, una fórmula que hace alusión a la “Santísima Trinidad” (padre, hijo y espíritu santo).

198 Hermencia López, 28/03/2021.

199 Los petates son alfombras de distintos tamaños, elaboradas artesanalmente por mujeres, con tiras de hojas de palma que se entretajan. Son muy populares en Guatemala y México.

que sus pies también se conecten con la tierra, favoreciendo así la sanación desde los pies hasta la cabeza²⁰⁰.

En el centro energético se colocan flores y velas de color rojo, morado o negro, blanco, amarillo, azul y verde. La vela roja representa la salida del sol y la sangre que tenemos en el cuerpo. La vela morada o negra representa la caída del sol, la transformación, el descanso y el agradecimiento por la transformación de las emociones negativas que fueron provocadas por los eventos traumáticos, pero que ya no están más en nosotras. La vela amarilla representa la energía del agua y de las emociones que fluyen por nuestro ser. La vela blanca representa la energía del viento y la fuerza de la sabiduría, el poder de nuestras ideas, de nuestros conocimientos. La vela azul representa el corazón del cielo. La vela verde representa el corazón de la tierra y de toda su fuerza, que nos acompaña y nos alimenta. Las flores acompañan los colores de las velas.²⁰¹

“A través del centro energético nos conectamos con la energía del fuego, con su luz, con su calor y con su poder transmutador²⁰² y sanador. También nos conectamos con las otras mujeres que están en el círculo, a través de la mirada; nos vemos a los ojos y nos conectamos como diciéndonos mutuamente: “Yo estoy aquí y tú también estás aquí. Yo te creo a ti y tú me crees a mí. Yo te acompaño y tú me acompañas”. Y así, todas caminamos juntas desde la cosmovisión, sintiéndonos acompañadas por las energías, aprendiendo a comunicarnos desde el cuerpo y el espíritu, y aprendiendo a sanarnos”²⁰³.

200 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

201 *Ibíd.*

202 Los alquimistas de la antigüedad, usaban el término “transmutación” para referirse a la conversión de un elemento químico en otro. En el contexto de los procesos de sanación, transmutar significa experimentar una transformación profunda del ser, a partir de la elevación de la frecuencia de las vibraciones, precisamente para sanar.

203 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

4.4 Redescubrir la capacidad regeneradora de la vida

La violencia sexual ejercida contra mujeres mayas durante la época genocida en Guatemala, dejó muchas heridas abiertas, muchos traumas, muchas vidas, familias y comunidades destrozadas y divididas por varias décadas. De hecho, el genocidio dejó al país entero sumido en la muerte y el dolor, de lo cual no ha podido recuperarse aún. ¿Cómo sanar en las mujeres las secuelas de esta violencia genocida?

Liduvina Méndez -quien junto a Sara Álvarez se encargó de desarrollar la primera propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio- reflexiona: “Yo he descubierto junto con las mujeres, que tienen posibilidades tremendas para trabajar la interiorización, tanto de la superioridad como de la inferioridad racista. Y a través de ese reconocimiento, las mujeres también logran sanar las secuelas del genocidio, porque hay una comprensión de por qué les pasó esto a los pueblos mayas”²⁰⁴.

Y refiriéndose a la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, Liduvina afirma: “Pienso que lo más importante es que, en medio de un sistema plagado de tanto abuso, de tanta ignominia y que nos hace odiarnos a nosotras mismas, la propuesta de Actoras de Cambio nos ayuda a encontrar caminos que nos permiten reconocernos como mujeres importantes, valiosas y poderosas, para poder seguir construyendo, amándonos a nosotras mismas, fortaleciendo nuestra capacidad de decidir y elegir, y ser fuente de nuestra felicidad”²⁰⁵.

204 Liduvina Méndez, 24/03/2021.

205 Liduvina Méndez, 26/03/2021.

Liduvina reconoce que la cosmovisión maya -como otras cosmovisiones ancestrales- abre la posibilidad de “sanar la violencia sexual y recuperar la esencia de lo que somos, recuperando nuestra paz, nuestro amor por nosotras mismas, y las interconexiones con todas y todos, y con todo lo que existe, hasta llegar a sentir que somos parte del todo y que, por lo tanto, cualquier acto nuestro, tiene implicaciones en todo”²⁰⁶.

La cosmovisión maya también nos da claves para construir “fuerza colectiva y construir otras formas de relación, a partir de la recuperación de las memorias ancestrales, pero también de la cocreación de otras formas de vida posibles, y que son tan indispensables. Podemos tener la seguridad de que la tierra va a continuar existiendo, porque tiene una gran capacidad para regenerarse, y de la misma manera, nosotras podemos recuperar nuestros poderes para la vida. Eso es lo que hemos observado que sucede cuando las mujeres decidimos juntarnos en red, luego de dejar de sentirnos víctimas, recuperando la fuerza vital, el lugar, la autoridad y la responsabilidad sobre nuestras vidas”²⁰⁷.

Muchas de las sobrevivientes en los grupos “han roto la vergüenza y la culpa que llevaban dentro, y al hacerlo, han roto también hacia afuera, la estigmatización de las otras y los otros hacia ellas. Son muchos los cambios que hemos observado en ellas, y ellas también lo reconocen cuando dicen, «Yo ya no me siento una mujer pequeña», refiriéndose a que ya no experimentan más los sentimientos de inferioridad que sentían antes. Es como decir, «Ahora me siento como una mujer grande e importante, soy valorada por mi comunidad, y tengo muchas cosas que decir». Puede que eventualmente tengan todavía algunos pensamientos estigmatizantes, pero estos

206 *Ibíd.*

207 *Ibíd.*

no las definen, y hoy pueden ver a los ojos a los otros y las otras, y decir lo que sienten y piensan, porque ahora no se sienten menos frente a nadie”²⁰⁸.

Así se manifiesta la fuerza de la capacidad regeneradora de la madre tierra y de la vida en su conjunto.

4.5 Recuperar la autoridad y el poder de las mujeres

“En las comunidades mayas, muchas mujeres dan a luz en su propia casa, solas, sin tener el acompañamiento de una comadrona. Ellas mismas nos han contado que durante el embarazo, se pueden dar cuenta de cuándo el bebé está mal ubicado en el bajo vientre, porque sienten dolor en su matriz. Entonces, ellas mismas, utilizando las estrategias y herramientas de sanación ancestral que conocen -como pomadas, plantas, trapos calientes, masajes y el temascal-, se suben la matriz y colocan al bebé en la posición correcta. En el momento del parto, ellas están solas, porque tienen el conocimiento necesario para dar a luz y cortar el ombligo de su bebé al nacer”²⁰⁹.

En las comunidades también hay “muchas mujeres jóvenes que son comadronas, porque heredaron los conocimientos de sus mamás o de sus abuelas, pero tienen miedo a nombrarse, porque existe la idea de que las comadronas deben ser mujeres mayores de cuarenta años; sin embargo, hay jóvenes de veinte años que ya están listas para ejercer como su rol como comadronas.”²¹⁰

208 Liduvina Méndez, 29/03/2021.

209 Elsa Rabanales, 06/04/2021.

210 *Ibíd.*

Estos solo son algunos ejemplos de la enorme sabiduría ancestral que existe entre las mujeres mayas, pero que carece de reconocimiento social, por toda la construcción racista, discriminadora y violenta del pensamiento científico, que ha desvalorizado y marginado este tipo de conocimientos milenarios. Eso explica por qué “cuando las conocimos, no se presentaban como comadronas, ni nos contaban que sabían curar con plantas, por ejemplo. Ahora sí se lo asumen, a partir de la revalorización de todo lo que han sido, y de lo que hoy son”²¹¹.

En ese sentido, “la propuesta de la **Colectiva Actoras de Cambio** ha servido a las mujeres mayas para recuperar su cosmovisión, su espiritualidad y su sabiduría, lo cual ocurrió de manera bastante natural, porque esos saberes ya formaban parte de ellas. Ahora, cuando ellas encienden una vela, ellas saben que más allá del acto de encenderla, la intención es sanar y construir un espacio digno para las mujeres. Incluso varias de ellas saben interpretar el fuego, a partir de la forma y la intensidad con la que arde”²¹².

Durante muchos años, las mujeres sobrevivientes de violencia sexual durante el conflicto armado interno, han guardado en sus cuerpos y en sus corazones, el miedo, la culpa y la vergüenza derivadas de esa traumática experiencia, en el más completo silencio, porque no se atrevían a contárselo a nadie.

En ese sentido, Elsa Rabanales afirma, “la violación sexual ha hecho mucho daño a nuestros cuerpos; por eso la mayoría de las mujeres estamos enfermas de nuestra matriz, de nuestros ovarios, sufrimos de constantes infecciones urinarias o vaginales. Son indicadores de lo que hay que sanar. Desde distintos aportes de la cosmovisión maya, hemos podido reconectarnos con la tierra, con el agua, con el viento, con

211 Liduvina Méndez, 29/03/2021.

212 Elsa Rabanales, 27/03/2021.

las piedras, con las flores y con todo lo que tiene vida, y eso nos ha transmitido vida también a nosotras. Poco a poco hemos ido recuperando nuestro cuerpo, a través del amor propio, a través del poder que hemos recuperado, y al revalorizar los conocimientos ancestrales, hasta nos hemos curado con plantas medicinales. Ahora las mujeres reconocen su sabiduría y su poder²¹³ -en sí mismas y en las demás-, y durante los talleres es usual verlas intercambiando conocimientos sobre plantas y otras herramientas de sanación, desde la cosmovisión maya”²¹⁴.

Hermencia López recuerda que, aunque todas las mujeres de los grupos son mayas, no todas tenían prácticas culturales mayas cuando iniciaron el proceso, y quienes sí las tenían, no lo mencionaban, por miedo a la estigmatización social. Pero agrega que eso ha cambiado mucho, y que hoy las mujeres están en bienestar y, al recuperar su poder, algunas jóvenes han avanzado tanto en sus procesos, que hasta han decidido estudiar con el programa de becas que la **Colectiva Actoras de Cambio** ofrece actualmente.²¹⁵ Liduvina Méndez confirma que, aunque en las comunidades hay mujeres mayores que están cambiando, las jóvenes se perciben con mucha fuerza.²¹⁶

En la misma línea, Elsa Rabanales afirma, “ahora las mujeres jóvenes somos más libres y más autónomas, desde que hemos recuperado la memoria de la sabiduría

²¹³ Virginia Gálvez (22/03/2021) nos cuenta que la recuperación del poder de las mujeres, se ha realizado desde el reconocimiento de los saberes diferenciados de cada cual, que ocupan lugares diferentes, pero todos aportan al sostenimiento de los grupos y las redes. Por lo tanto, cada una reconoce su lugar en relación al todo, respeta el lugar de las otras y todas honran la memoria de las ancestras, a través de un ejercicio promovido por Actoras de Cambio.

²¹⁴ Elsa Rabanales, 06/04/2021.

²¹⁵ Hermencia López, 28/03/2021.

²¹⁶ Liduvina Méndez, 29/03/2021.

que habíamos perdido. Prácticamente creamos una forma distinta de vivir, y [...] recuperamos el bienestar]. Es maravilloso poder tomar con amor las cosas que hoy queremos para nuestras vidas, y soltar con amor también, todo aquello que no queremos para nosotras”²¹⁷.

Claro que, para llegar a este momento, las mujeres y el equipo de Actoras de Cambio, tuvieron que recorrer un largo camino. Amandine Fulchiron recuerda: “era muy claro desde el inicio, que lo único que hacíamos nosotras era resignificar el mandato impuesto, las creencias negativas, las culpabilizaciones; resignificar para volver a construir un lugar justo para nosotras, las mujeres, pues sabíamos que lo que íbamos a revalorizar y rescatar de la cosmovisión maya, era todo aquello que les permitiera a las mujeres valorarse, sentirse bien, darse fuerza, pero siempre desde la experiencia de las mujeres. Nunca hemos retomado la palabra de los referentes masculinos, pues la idea siempre fue la de recuperar la sabiduría de la cosmovisión maya, desde un horizonte que fuera positivo, constructivo y revalorizante para las mujeres”²¹⁸. En ese sentido, “el aporte de Actoras de Cambio fue el de rescatar los contenidos libertarios, emancipatorios y dignificantes de las mujeres en la cosmovisión maya, que les permitieran verse a sí mismas como autoridades, desde los saberes ancestrales”²¹⁹.

En la actualidad, las mujeres “están viviendo otras cosas y construyendo otras posibilidades. Siempre con limitaciones, porque hay cosas que pesan, pero no tienen por qué aplastarles; entonces generan nuevas valoraciones de sí mismas y nuevas posibilidades, a partir de la reconexión con los conocimientos ancestrales”²²⁰.

²¹⁷ Elsa Rabanales, 06/04/2021.

²¹⁸ Amandine Fulchiron, 13/04/2021.

²¹⁹ Virginia Gálvez, 18/08/2021.

²²⁰ Liduvina Méndez, 29/04/2021.

Cabe mencionar que, actualmente, las mujeres se han convertido en referencias obligadas en sus territorios, sobre todo cuando se registran nuevos casos de violencia sexual contra alguna niña o mujer adulta. De este modo su autoridad ha sido finalmente reconocida en sus respectivas comunidades.

4.6 Reconocer la importancia de lo sistémico en la sanación

En la medicina occidental, claramente influenciada por la ciencia moderna, el cuerpo humano se atiende de manera fragmentada, razón por la cual existen las especializaciones en los distintos órganos del mismo (neumología, gastroenterología, cardiología, otorrinolaringología, etc.). Por otro lado, este pensamiento fragmenta también la atención de la salud física y de la salud mental -así llamada-, sin establecer nexos entre ellas.

La cosmovisión maya, por su parte, atiende de manera holística el bienestar de los seres humanos y, por lo mismo, considera sus diferentes dimensiones, cuerpo físico, mente, emociones y espíritu, estableciendo los vínculos entre todas ellas. Además, considera los fenómenos que se producen en la interacción de los seres humanos entre sí y con los demás seres que existen en el cosmos, es decir, los animales, las plantas, los minerales, los astros, etc., etc., etc.

Eso permite que se puedan reconocer enfermedades como “el ojo”, “el susto” y otras, que son sanadas a partir de herramientas terapéuticas derivadas de la sabiduría ancestral, como el uso de las plantas, el soplo y otros rituales específicos para restablecer el equilibrio del ser, en todas sus dimensiones. Desde esta perspectiva

también es posible recuperar el equilibrio del ser, “desde los vínculos con las y los ancestros”²²¹, y hasta comprender la influencia de las fases de la luna, o de los eclipses en el equilibrio de las personas y de los demás seres, entre otros fenómenos relacionados con el bienestar.

El calendario maya, con su propuesta de los nawales, también constituye un valiosísimo aporte de la cosmovisión maya al bienestar de las personas y de todo lo que existe. “Según esta mirada, veinte energías que expresan toda la sabiduría, potencialidades y fuerzas de la vida, se manifiestan cada día, durante trece ciclos. Estas energías están conectadas con la esencia de diversos animales y elementos de la naturaleza. Es por eso que son un recordatorio para la humanidad, que demuestra que todas las manifestaciones de la vida en la tierra y el universo, están conectadas, tienen un lugar y un valor, porque aportan al tejido de armonía de todo lo que existe”²²².

“Además, las energías de los nawales nos proporcionan claves importantes sobre cómo podemos también construir el bienestar en nuestro espacio colectivo, ya que su sabiduría nos enseña a despertar nuestras fuerzas, para reconocer nuestra autoridad individual y colectiva, percibir la realidad que vivimos las mujeres y actuar de manera efectiva para transformarla, construyendo así un lugar distinto para nosotras en nuestros espacios comunitarios, que además, represente el bienestar para la sociedad en general, y para el planeta. De esta manera, la energía de los nawales representa sanación para las mujeres, porque nos ayuda a reconocernos a nosotras mismas, en las diferentes manifestaciones de la vida, lo que contribuye a encender nuestro fuego interno, para alcanzar nuestra plenitud, que es posible para nosotras”²²³.

221 Hermencia López, 28/03/2021.

222 Gálvez, 2020: 87.

223 *Ibíd.*

Todo lo mencionado hasta ahora, permite observar cómo lo colectivo, lo sistémico, lo familiar, lo comunitario, lo social, lo planetario y lo cósmico, ocupa un lugar central en la sabiduría maya ancestral, lo cual “le da un sentido de existencia a esta red de la vida o a este sistema mundo en el que vivimos”²²⁴.

Esta clave de la cosmovisión maya, es fundamental para el trabajo que realiza Actoras de Cambio, tanto para ubicar y comprender las estructuras de opresión en su justa dimensión, como para el desarrollo de su propuesta de formación sanación, pues tal como plantea Sara Álvarez, “la violencia sexual no solo afectó a los cuerpos, sino que también afectó a todo un sistema de vida, pues los cuerpos están vinculados a la Madre Tierra y, por lo tanto, la Madre Tierra también ha sido afectada”²²⁵.

4.7 Resignificar las memorias de dolor

En la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, ha sido fundamental resignificar las memorias de dolor resultantes de la violación sexual, el racismo, la discriminación y la violencia genocida. La sociedad en su conjunto, está marcada por la violencia, y son muchos los traumas que necesitamos sanar, incluyendo “los traumas ancestrales”²²⁶.

La cosmovisión maya recupera mucho el tema de la ancestralidad, y eso es importante, para trascender el arquetipo²²⁷ de la víctima. Sara Álvarez explica que la recuperación

224 Sara Álvarez, 12/04/2021.

225 Sara Álvarez, 12/04/2021.

226 Liduvina Méndez, 26/03/2021.

227 El Psiquiatra Carl Jung, investigó acerca de cómo “los fenómenos ancestrales que se producen a nivel colectivo en las diferentes culturas y sociedades dan forma a nuestra manera de ser. Y lo hizo a través de un concepto llamado «arquetipo». [...] Los arquetipos es la forma que les es dada a algunas experiencias y recuerdos de nuestros primeros antepasados, según Jung. Esto implica que no nos

de la memoria histórica de las y los ancestros, implica el reconocimiento de que fueron sujetos de control y de opresión, pero más importante que eso, es el reconocimiento del poder y de la fuerza de las y los abuelos, a través de la recuperación de sus conocimientos en los campos de la medicina, la nutrición, la agricultura, la astronomía, las matemáticas y demás saberes ancestrales que nos nutren, nos sostienen y nos aportan claves para vivir en bienestar en esta época que nos tocó vivir²²⁸.

En este sentido, Liduvina Méndez reconoce que la resignificación de las memorias de dolor en los grupos, ha permitido realizar nuevas conexiones cerebrales, reinterpretar los acontecimientos traumáticos vividos y establecer una nueva relación con el pasado, a partir de los nuevos aprendizajes. Entre otros resultados de la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, Liduvina comenta que ha sido posible para muchas mujeres reconocer que la violación sexual o las diferentes violencias vividas, fueron una circunstancia en la vida, pero que no forzosamente marcaron su destino²²⁹.

En consecuencia -plantea Liduvina-, muchas sobrevivientes han podido continuar con sus vidas, luego de haber sanado el miedo y el trauma, y de haber recuperado el equilibrio de su ser. A partir de su propia sanación, “las mujeres han hecho cosas maravillosas en las redes, como acuerpar a las sobrevivientes de violencia sexual en la actualidad, y acuerparlas en sus comunidades, para que no sean estigmatizadas, sino por el contrario, lograr que la responsabilidad recaiga sobre los agresores”²³⁰.

desarrollamos de manera aislada al resto de la sociedad, sino que el contexto cultural nos influye en lo más íntimo, transmitiéndonos esquemas de pensamiento y de experimentación de la realidad que son heredados. [...] Por lo tanto, a nivel individual, los arquetipos pasan a ser patrones emocionales y de conducta, [...] pero quizá lo más importante, es que, a nivel colectivo, los arquetipos funcionan como un molde] que le da significado a lo que nos pasa” (Torres, s/f).

228 Sara Álvarez, 12/04/2021.

229 Liduvina Méndez, 26/03/2021.

230 *Ibíd.*

Elsa Rabanales confirma que, a partir de la resignificación de las memorias de dolor, varias mujeres han logrado dejar de verse como víctimas y han colocado la responsabilidad sobre los agresores. “Ya no hablan desde la culpa, pero sí rompen el silencio y hablan de lo que les pasó, para que las demás mujeres sepan la verdad y puedan poner límites; para que la violación sexual ya no sea silenciada ni tolerada en sus comunidades²³¹”.

4.8 Reconocer el potencial sanador del idioma materno

La lengua ²³²es un sistema de signos orales y escritos que permite la comunicación entre las personas que integran una misma comunidad lingüística. Por lo tanto, la lengua es el instrumento a través del cual se transmiten las distintas creaciones culturales a nivel planetario, razón por la cual, la lengua es un componente fundamental de todas las culturas. Es a través de la lengua, que los pueblos aprenden y transmiten su particular manera de ver y entender el mundo en el que habitan –es decir, su cosmovisión- y su forma de vincularse e interactuar con él.

En este sentido, la lengua “sintetiza la experiencia acumulada de un pueblo y, a la vez, la expresa. Es gracias a [...ella] que esta experiencia es transmitida de generación en generación. Así las nuevas generaciones continúan la labor creativa de sus antecesores. No tienen que volver a inventar, sino incorporar nuevos inventos al bagaje social²³³”.

231 Elsa Rabanales, 27/03/2021.

232 “Lengua, según el Diccionario del Español de México, es un «sistema de signos fónicos o gráficos con el que se comunican los miembros de una comunidad humana», mientras que idioma es «la lengua de un pueblo o nación; lengua que lo caracteriza»”. (Milenio Digital, 2019).

233 Sotil, 2015.

Estas breves reflexiones nos permiten dimensionar la importancia que adquiere el idioma materno, en los procesos de formación sanación que la **Colectiva Actoras de Cambio** lleva a cabo con los grupos de mujeres mayas. En este sentido, es importante resaltar que “la palabra hablada es el ámbito de predilección de las mujeres mayas, en una cultura androcéntrica y racista donde el saber escrito y la memoria oficial han sido reservados a los hombres, en particular criollos y mestizos, y donde las mujeres mayas han sido mantenidas en un estado de analfabetismo. Su memoria se traslada a través de la tradición oral. Son las encargadas de transmitir los valores culturales de su grupo [...]. La historia familiar y de la comunidad se transmite de abuela a madre y de madre a hija²³⁴”.

En su primera etapa, Actoras de Cambio trabajó con grupos de mujeres Mam, Chuj, Kaqchikel y Q’eqchi’, lo cual implicó todo un reto, considerando que el equipo estaba conformado por mujeres mayas, otras mestizas y una extranjera. En aquel momento decidieron trabajar con dos figuras importantes, las promotoras y las traductoras, quienes hacían de puente entre las mujeres sobrevivientes y el equipo técnico de Actoras de Cambio²³⁵. Tanto las promotoras como las traductoras, eran lideresas que hablaban el mismo idioma que las participantes en los grupos²³⁶. Varias de ellas contaban con experiencia organizativa y estaban comprometidas con la defensa de los derechos humanos de las mujeres en sus regiones, por lo que eran referentes importantes para las mujeres de su comunidad y para las sobrevivientes de violación sexual²³⁷.

234 Fulchiron *et. al.*, 2011: 24.

235 Fulchiron *et. al.*, 2011: 33.

236 *Ibíd.*

237 Fulchiron *et. al.*, 2011: 34.

Las promotoras tenían la responsabilidad de visitar a las sobrevivientes, de convocarlas y organizar los grupos de reflexión con ellas, motivando su participación y asegurando la cohesión de los grupos. Por su parte, las traductoras tenían eran las responsables de traducir durante las actividades que se organizaban, ya que todas las sobrevivientes eran monolingües²³⁸.

En la publicación “Tejidos que lleva el alma”, las investigadoras narran cómo “Este proceso empezó a generar cambios vitales en cada una de las promotoras y traductoras, contribuyendo a aportar nuevos referentes que han ampliado las posibilidades de valorarse, de tomar decisiones en su vida y de vivir más felices. Estar transitando por un proceso que permite repensarse, facilita el acompañamiento al proceso de cambio de otras, por haber pasado previamente por las mismas dudas, conflictos o preguntas”²³⁹. Reflexionando hoy sobre los logros de esta primera fase del trabajo de Actoras de Cambio, nos queda claro que el impacto que tuvo esa experiencia inicial, solo fue posible, porque la traducción posibilitó que las sobrevivientes pudieran transmitir y reinterpretar su experiencia, en su idioma materno.

A partir del período 2010 – 2011, la Colectiva decidió realizar todos los procesos de formación sanación, directamente en los idiomas mayas que hablaban las sobrevivientes que participaban en los grupos.²⁴⁰ Eso permitió que se produjeran cambios sustanciales en las mujeres; por ejemplo, a nivel personal, ahora que han recuperado su fuerza vital y su autoridad, decidieron trabajar con mayor dedicación en sus terrenos -tradicionalmente poco productivos-, sembrando una mayor variedad de

238 *Ibíd.*

239 Fulchiron *et. al.*, 2011: 34-35.

240 Liduvina Méndez, 26/03/2021.

alimentos, motivadas por los huertos que la **Colectiva Actoras de Cambio** promovió, en el marco de la pandemia de COVID-19. Desde luego, ellas ya poseen el conocimiento para cultivar la tierra, pero aprovechando esta posibilidad, sembraron y cosecharon una gran variedad de alimentos, los cuales usaron para la subsistencia de sus familias y hasta pudieron vender el excedente. Actualmente, continúan cuidando sus huertas²⁴¹.

A nivel colectivo, el efecto más sobresaliente de la realización de los procesos de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio** en el idioma materno de las sobrevivientes, fue la conformación de redes, a la cual nos referiremos a continuación.

4.9 Crear redes de mujeres para retejer la vida en colectivo

“La conformación de las redes de mujeres es un punto importante que tiene que ver con la metodología de formación sanación de Actoras de Cambio, que promueve el protagonismo de las mujeres, tanto en lo personal como en lo colectivo, a partir del reconocimiento de los saberes y poderes, en esos dos sentidos²⁴²”.

“Después del primer festival comunitario, realizado en el 2011, donde las mujeres rompieron en silencio y empezaron a recuperar su autoridad, muchas más mujeres se acercaron manifestando su intención de ser parte del espacio, lo que implicó el crecimiento de los grupos, a partir de la incorporación de más mujeres jóvenes y diversas a los grupos”²⁴³.

241 *Ibíd.*

242 *Ibíd.*

243 *Ibíd.*

Liduvina Méndez recuerda que ese fue un momento muy importante en el proceso, porque las mujeres habían recuperado su fuerza, y ya no asumían la estigmatización ni la vergüenza frente a sus comunidades, por ser sobrevivientes de violación sexual durante la guerra. A esto se sumó la decisión de realizar los procesos de formación sanación en sus propios idiomas, lo cual les dio un nuevo impulso a los grupos, y fue entonces cuando decidieron juntarse en redes y trabajar por la construcción de “territorios libres de violencia sexual”, lo cual dio paso a una nueva fase en el trabajo de la **Colectiva Actoras de Cambio**, pues hasta entonces, el equipo de trabajo se encargaba de organizar todas las actividades, pero a partir de ese momento, se produjo un cambio sustancial en la dinámica, porque las redes de mujeres empezaron a ser más autónomas, organizándose de acuerdo a sus propias necesidades, utilizando sus propios mecanismos de convocatoria y permaneciendo libres de las estructuras jerárquicas conocidas en el mundo mestizo.²⁴⁴

La producción de hortalizas durante la pandemia de COVID-19, fue precisamente una actividad realizada por las mujeres de las redes, “que ven en la siembra de estos alimentos, el fortalecimiento de su autonomía alimentaria”²⁴⁵. También en el Caserío Mapá, del municipio de San Sebastián Huehuetenango, antes de la pandemia, algunas integrantes de una red de mujeres, que trabajaban con artesanía de barro, decidieron retomar esta labor, elaborando ollas y cántaros de barro²⁴⁶, pero ahora están interesadas en mejorar sus diseños, para lo cual Actoras de Cambio les apoyará, reforzando contenidos relacionados con la cosmovisión maya²⁴⁷. “Además, quieren

²⁴⁴ *Ibíd.*

²⁴⁵ **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 18.

²⁴⁶ Liduvina Méndez, 26/03/2021.

²⁴⁷ **Colectiva Actoras de Cambio**, 2020: 23.

abrir una escuelita para enseñarles el oficio a las jóvenes que estén interesadas en aprender. Eso, sin duda, nace de su autonomía”²⁴⁸.

Liduvina subraya la importancia de la autonomía de las redes, porque eso garantiza una mayor estabilidad y una mayor permanencia de esos espacios organizativos de las mujeres en el tiempo, al margen de la dinámica de la **Colectiva Actoras de Cambio**. Agrega que se trata de un cambio sustancial, porque las mujeres han pasado en sus procesos, de la formación sanación a la acción²⁴⁹, retejiendo sus vidas desde la colectividad. En esa misma línea, Hermencia López afirma que las mujeres de las redes son ahora referentes en sus comunidades, y que les piden acompañamiento, cuando se presentan casos de violencia sexual y de violencia contra las mujeres; incluso han pensado organizarse para hacer casas de refugio para las mujeres sobrevivientes de violencia en la actualidad.

Sin duda, las mujeres de las redes han dado el paso de víctimas a actoras de cambio, y continúan retejiendo no solo sus vidas, sino LA VIDA en sus comunidades.

4.10 Reivindicar las raíces ancestrales para sanar la imbricación de opresiones coloniales

El proceso de redescubrimiento y revalorización de los conocimientos ancestrales de la cosmovisión maya, llevó a las mujeres a reivindicar sus raíces, a través del reconocimiento del invaluable legado de sus ancestas y ancestros.

²⁴⁸ Liduvina Méndez, 26/03/2021.

²⁴⁹ *Ibíd.*

“Reconocer su origen maya vinculado a una gran civilización que les dejó una herencia cultural como la cosmovisión maya, las llenó de asombro, orgullo y autovalía. Tal reencuentro con sus orígenes fue como despertar de una pesadilla en la que recurrentemente les dijeron: «ustedes, los indios, y las indias peor aún, son tontas, ignorantes, de malas costumbres, sucias, no trabajan... son menos que personas...» Este mismo imaginario que sostuvo el genocidio en la guerra y que sostiene el racismo colonial, se desconfiguró al entender su historia, al reconocer a sus ancestros y ancestros como seres dignos”²⁵⁰.

Este descubrimiento permitió que las mujeres comprendieran que todas esas falsas imágenes distorsionadas e inferiorizadas que los españoles -y luego los criollos- crearon y difundieron -y los mestizos asumieron- acerca de los pueblos mayas, eran parte de una estrategia política racista del Estado guatemalteco, que buscó justificar un proyecto económico heredado desde la colonia, que inferioriza, discrimina y excluye simbólica y materialmente a la mayor parte de la población, para apropiarse de su fuerza de trabajo y de su producción, por la vía del sometimiento a la explotación laboral.

Este racismo impulsado por el Estado guatemalteco, ha resultado en distintas políticas que han ido desde las asimilacionistas, y las integracionistas, hasta llegar a las genocidas y etnocidas. En el caso de las políticas asimilacionistas, la intención ha sido obligar a los pueblos mayas a abandonar su idioma, su vestimenta, sus costumbres, sus valores, su cosmovisión y todas sus señas de identidad cultural, para adoptar las de la cultura dominante. De estas políticas se deriva precisamente la negación de la cosmovisión maya que desde la colonia ha llegado a nuestros días. Las iglesias, desde luego, han realizado una contribución importante, al satanizar la espiritualidad maya e imponer la espiritualidad judeocristiana.

250 Méndez, 2015: 89.

Las políticas integracionistas, por su parte, desde una posición paternalista, han pretendido integrar a los pueblos indígenas a la “cultura nacional”²⁵¹, borrando de tajo la enorme riqueza de la cosmovisión maya. Y, por último, las políticas genocidas y etnocidas, han estado orientadas a borrar de la faz de la tierra a pueblos enteros, como ocurrió en Guatemala durante el período más álgido de la guerra, tal como lo refiere la Comisión para el Esclarecimiento Histórico:

“Mediante su investigación, la CEH [...] concluye que la innegable realidad del racismo como doctrina de superioridad expresada permanentemente por el Estado constituye un factor fundamental para explicar la especial saña e indiscriminación con que se realizaron las operaciones militares contra centenares de comunidades mayas en el occidente y noroccidente del país, en particular entre 1981 y 1983, cuando se concentraron más de la mitad de las masacres y acciones de tierra arrasada en su contra”²⁵². “En consecuencia, la CEH concluye que agentes del Estado de Guatemala, en el marco de las operaciones contrainsurgentes realizadas entre los años 1981 y 1983, ejecutaron actos de genocidio en contra de grupos del pueblo maya que residía en las cuatro regiones analizadas²⁵³: Maya-Q’anjob’al y Maya-Chuj, en Barillas, Nentón y San Mateo Ixtatán del Norte de Huehuetenango; Maya-Ixil, en Nebaj, Cotzal y Chajul, Quiché; Maya-K’iche’ en Joyabaj, Zacualpa y Chiché, Quiché; y Maya-Achi en Rabinal, Baja Verapaz”²⁵⁴.

Desde esta interpretación de lo ocurrido, y a partir de la revalorización de la sabiduría ancestral, las mujeres reafirmaron su identidad y recuperaron su autoridad,

251 Chacach, 1994: 242.

252 CEH, 1999. Epígrafe No. 33, Conclusiones.

253 CEH, 1999. Epígrafe No. 122, Conclusiones.

254 CEH, 1999. Epígrafe No. 110, Conclusiones.

al comprender las razones políticas del racismo y la discriminación de los pueblos mayas. La violencia sexual que sufrieron durante la guerra, adquirió un nuevo sentido también, en el marco de la política genocida y etnocida, proporcionándoles nuevos elementos para la sanación del genocidio, el etnocidio y de todos los crímenes relacionados con las opresiones heredadas de la colonia.

Y aunque fortalecieron su identidad como integrantes de los pueblos mayas, desde una posición crítica, también cuestionaron y se propusieron transformar las “prácticas patriarcales y machistas presentes en la vivencia cotidiana de las mujeres en general y de las mujeres mayas, que contribuyen a su subordinación y opresión, tal es el caso de la división sexual del trabajo que valoriza el trabajo de los hombres y desvaloriza el trabajo de las mujeres. Otros ejemplos son: la mínima o ausente oportunidad de educación formal para las mujeres, la entrega de las mujeres -por parte de sus familias- en matrimonio sin su consentimiento, a muy temprana edad y a cambio de dinero o pertenencias”²⁵⁵.

El derecho consuetudinario -ejercido regularmente por autoridades ancestrales masculinas- también fue cuestionado, por su visión patriarcal en relación a la violación sexual, que no ofrece a las mujeres mayas sobrevivientes, mecanismos de reparación y dignificación para sanar, ni posibilidades de construcción de condiciones sociales para que la violencia sexual no se repita en sus comunidades.

²⁵⁵ Méndez, 2015: 90.

La propuesta de formación sanación de la Colectiva Actoras de Cambio y su multidimensionalidad



“Sanando
con todos los sentidos despiertos.
Con los cuerpos floreciendo
como en una primavera del color.
Escuchando la voz de nuestros corazones
recuperamos el espíritu de vida.
Estamos auto determinadas a vivir en paz,
con justicia, dignidad,
alegría y libertad.”

Colectiva Actoras de Cambio



5.1 ¿Cómo concibe la sanación?²⁵⁶

Sanar para nosotras es un proceso político transformador, es despertar e identificar las capacidades, posibilidades, oportunidades caminos, recursos personales, colectivos, y ancestrales que nos ayuden a recuperar los poderes para la vida y construir el equilibrio y la armonía, en sincronía con todo lo que existe.

La determinación de sanar paulatinamente nos libera el cuerpo, la mente, el espíritu, desanuda las heridas y dolores implantados en el cuerpo y el espíritu, tanto personal, como ancestral y colectivamente, pues es ahí donde podemos tomar fuerza para la vida y transformar el dolor, la rabia, la desesperanza, la frustración, la decepción, las heridas, el desequilibrio y la desarmonía, en fuerza para vivir y resignificar las historias personales, colectivas, sociales y ancestrales.

La «sanación-acción» -como la nombramos-, se orienta a nuestra integralidad. La vida y las heridas nos desarmonizan, nos desequilibran, por lo que cobra sentido la consigna “lo personal es político”, y para lograr la autodeterminación, el autogobierno y el cambio de creencias limitantes, se hace necesario sanar las memorias y la energía anudada, recuperar los cuerpos. En nuestra experiencia, esto ha facilitado sanar la violencia sexual, el racismo, el genocidio y otras heridas.

Y a partir de ahí, el proceso de acción política -en nuestro caso- ha logrado protagonismo en las mujeres, autonomía; sus propias voces han tenido la fuerza para romper muchos miedos, el terror sobre sus cuerpos y sus vidas, así como la

²⁵⁶ Este apartado fue tomado de: Méndez, 2021.

inferiorización que provoca el racismo, el machismo y todas las opresiones, al colocar su verdad, en sus propios idiomas. Como ellas lo nombran, “se han quitado los velos de los ojos y han desanudado los cuerpos rígidos”, lo que permite el movimiento de y hacia la vida; han podido ir hacia territorios libres, de arte, de danza, que antes les eran prohibidos; ahora colocan límites, y su relación con ellas mismas y con las y los otros, se transforman porque se innovan. Son mujeres que hablan de la violencia sexual como un crimen, en síntesis, son Actoras de Cambio.

Somos, o vamos caminando hacia círculos, donde no hay jerarquías autoritarias, sino que hay respeto y reconocimiento entre todas, y las diversidades son bienvenidas, siempre que confluyan en la interconexión amorosa de ir hacia la vida, el equilibrio y la armonía con todo lo que existe.

Vale decir que no nos vemos como el camino, ni como la verdad, solo somos una construcción que puso al centro el amor entre nosotras, y con todo lo que existe y que es cambiante.

Es la integración -lo que Liduvina llama alquimia- de la «sanación-acción», la memoria histórica desde la perspectiva de las mujeres, esa memoria que no es solo el recuento de lo sufrido, sino sobre todo, el reconocimiento y el hecho de recordar que somos mucho más que la opresión, la subordinación, el sufrimiento, y que tenemos todo el potencial de sanar y construir la vida que queremos, así como la justicia que queremos, y desde ahí sumarnos entre todas para la construcción de territorios libres de violencia sexual, que básicamente, o esencialmente, lo que busca es que las mujeres recuperemos los poderes para la vida, personal y colectivamente, en armonía con todo lo que existe.²⁵⁷

²⁵⁷ *Ibíd.*

5.2 ¿A quiénes va dirigida?²⁵⁸

Actoras de Cambio inició su trabajo con grupos de mujeres mayas sobrevivientes de violencia sexual durante la guerra. Más adelante, a partir de que estas mujeres rompieron el silencio en sus respectivas comunidades, se fueron incorporando a los grupos otras mujeres mayas y mestizas sobrevivientes de violencia sexual en la época contemporánea, en la búsqueda de desarticular las violencias machistas y demás estructuras de opresión, sanar los traumas ocasionados por las experiencias que vivieron, y organizarse colectivamente para construir territorios libres de violencia.

Actualmente, el trabajo de la **Colectiva Actoras de Cambio** también está dirigido a maestras de preprimaria, primaria, básicos y diversificado, y a otras mujeres organizadas que trabajan con niñez.

Y, finalmente, otro grupo importante con el que trabaja la Colectiva está constituido por mujeres organizadas, mujeres que participan en organizaciones de derechos humanos y mujeres feministas autónomas, que acompañan a otras mujeres sobrevivientes de violencia en sus espacios organizativos.

5.3 La recuperación de la memoria histórica²⁵⁹

La propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, en su primera etapa, buscó contribuir a romper el silencio alrededor de las violencias machistas y,

²⁵⁸ Información aportada por Virginia Gálvez, 22/03/2021.

²⁵⁹ Información aportada por Liduvina Méndez, 23/03/2021.

particularmente, en torno a miles de violaciones sexuales perpetradas contra mujeres mayas durante la guerra, pues ese silencio funcionaba como una cárcel simbólica que mantenía a las mujeres constreñidas por el terror y por la pérdida del espíritu, impidiéndoles sanar. Tal como lo señalan muchas reflexiones feministas, la violación sexual invade no solo el cuerpo de las mujeres, sino todo su ser, haciéndolas sentir desvalorizadas y ausentes de su presente. De ahí que la propuesta propiciara, no solo el reconocimiento de las memorias de dolor de las sobrevivientes, sino también su transformación, al reconocer también sus otras memorias, las que les permiten continuar vivas y seguir creando y cocreando, a pesar del dolor. De ahí que sea tan importante para la propuesta, la recuperación de esa memoria histórica.

Reconociendo que la violencia contra las mujeres es una experiencia compartida por todas las mujeres, Actoras de Cambio consideró oportuno implementar una propuesta de formación sanación que fuera útil para trabajar en colectivo, no solo de manera individual, pues al trabajar en colectivo, se despierta también la empatía recíproca en el grupo y, en consecuencia, se activa el campo energético que permite traer al presente las memorias colectivas necesarias para sanar juntas, aquí y ahora.

Entonces se genera una dinámica que va dialécticamente de lo personal a lo colectivo y de lo colectivo a lo personal, lo cual implica en última instancia, que las sobrevivientes enfocan sus energías, no solo hacia afuera -en el reclamo al Estado y a los otros actores con responsabilidad en lo ocurrido-, sino también hacia adentro, hacia su realidad interna, es decir, en lo que como personas están viviendo, sin dejar de lado lo colectivo, porque lo personal también contiene memorias ancestrales, y lo ancestral está impregnado de las memorias personales y colectivas.

La memoria histórica, comprendida desde esta perspectiva, constituye otra construcción importante en el trabajo de la **Colectiva Actoras de Cambio**, pues con ella se recuperan memorias feministas, pero también memorias ancestrales que han sido practicadas por distintas cosmovisiones milenarias, que nos muestran que no somos individuos aisladas, sino seres interconectados e interdependientes. Eso permite que las mujeres nos sanemos en estos colectivos y recuperemos fuerza para nuestras vidas, para después compartir esto con otras y otros, a través de la acción política, pero no necesariamente una acción política dirigida hacia el Estado, sino enfocada en la construcción de lo que deseamos transformar, individual y colectivamente. Por otro lado, quienes conforman el equipo de Actoras de Cambio también parten de su experiencia personal y colectiva, y de la recuperación de las memorias feministas y ancestrales, enriqueciendo con ellas la propuesta.

Con el paso del tiempo y con la incorporación de nuevas integrantes, tanto al equipo como a los grupos de sobrevivientes, se han producido algunos cambios, propios de la evolución del proceso, pero la esencia de la propuesta se mantiene, pues al final, la recuperación de las memorias feministas y ancestrales, sigue siendo un paso importante para la sanación de las violencias machistas y para la creación de relaciones desde otros lugares.

5.4 ¿Cuáles son sus principales apuestas?²⁶⁰

La propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio, busca sanar los efectos de la violencia sexual en las vidas de las mujeres, los traumas de la violencia sexual

²⁶⁰ Información aportada por Amandine Fulchiron (13/04/2021) y por Liduvina Méndez (17/08/2021).

de la guerra, del racismo y de todos los sistemas de opresión, que se sintetizan en la apropiación del cuerpo de las mujeres y, en particular, de las mujeres mayas.

Entonces, la apuesta es sanar -desde la responsabilidad de cada una, reconociendo que los caminos para sanar son personales y apoyados por lo colectivo-, desarticular la culpa, reconocer las fortalezas para salir del dolor -de modo que lo nuevo no sea sostenido por el dolor, sino que sea posible trascenderlo-, descubrir la fuerza de elegir y construir un lugar sin violencia, justo y libre para todas.

Por lo tanto, el proceso contribuye a la reconstrucción de la vida, desde la autonomía y desde la libertad de las mujeres, y a la construcción de territorios y sociedades donde la violencia sexual ya no sea normalizada, ni tolerada, ni justificada. Dicho de otro modo, la propuesta contribuye a la recuperación del poder de las mujeres sobre sus cuerpos y sus vidas, y a la creación de condiciones de posibilidad, para la construcción de sociedades justas para todas, donde se erradique la violencia sexual, como práctica común.

Para ello, la **Colectiva Actoras de Cambio** ha creado diferentes estrategias. Una de ellas, constituye el eje central de la propuesta, y es la recuperación del cuerpo y de la vida misma, pasando por la desarticulación de la culpa, durante el proceso de sanación, que va estrechamente vinculado a una política de reparación de los incalculables daños vividos por las mujeres, antes, durante y después de la guerra. Sin embargo, esa política de reparación, trasciende la concepción tradicional que deposita en el Estado esa responsabilidad, planteando más bien la posibilidad de que las mujeres nos escuchemos, nos apoyemos, nos validemos, nos organicemos y nos

defendamos entre nosotras, sanemos nuestras memorias colectivas y autoricemos nuestra voz y nuestra experiencia en el ámbito público y social.

En este proceso, la propuesta de la **Colectiva Actoras de Cambio**, realiza un aporte importantísimo, al articular las dimensiones micro con las dimensiones macro, es decir, lo personal, lo intersubjetivo, lo comunitario, lo social y lo político, atravesando todos los ámbitos, no desde el lugar común de las políticas públicas, sino desde la propia vida de las mujeres.

5.5 ¿En qué consiste?²⁶¹

En primer lugar, la propuesta consiste en crear espacios seguros, espacios de confianza y de construcción colectiva, donde las mujeres puedan romper el silencio que han guardado por largos años, debido a la estigmatización social y a los tabúes derivados de la interpretación cultural dominante alrededor de la violación sexual, la cual supone que se trató de un acto consentido y hasta deseado por las mujeres, generando el rechazo social y la imputación de la culpa a las mujeres, y en consecuencia, alentando actos violentos contra ellas, excluyéndolas e imponiéndoles el silencio como sanción, debido a la condena moral que pesaba sobre ellas.

Reconociendo esta ausencia de condiciones sociales para que las mujeres puedan hablar y ser escuchadas, la propuesta construye espacios sociales “entre nosotras”, donde las sobrevivientes puedan empezar a hablar, y sean escuchadas sin juicio, sin ser criticadas ni estigmatizadas. Este es el primer paso, y al romper el silencio, las

²⁶¹ Este apartado fue construido con los aportes de Amandine Fulchiron (13/04/2021) y Virginia Gálvez (22/03/2021).

mujeres logran tomar conciencia de la magnitud del dolor que han guardado en su ser durante un tiempo largo.

Esto implica trabajar todas las emociones dolorosas que también habían sido acalladas a través del silenciamiento social y masculino que les impedía hablar. El grupo se constituye en un espacio privilegiado para liberar las emociones, sentirlas, experimentar el dolor, el odio, la rabia, la culpa, la vergüenza y todo lo que les provoca la experiencia de la violación sexual, sin calificarlas como buenas o malas, ni correctas o incorrectas, sino más bien, responsabilizándose de estas emociones al decidir, de manera consciente, liberarse de ellas al ubicarlas en el cuerpo, nombrándolas, conectándose con todas las capacidades innatas y personales para sanar, decidiendo también, de manera consciente, conectarse con la vida, a través de la respiración profunda, la danza y el disfrute, a través de los masajes y todas las acciones vitales que se facilitan en el espacio, pues la propuesta pone al servicio de las mujeres muchas herramientas técnicas, reflexiones filosóficas y reflexiones políticas, que les permiten despertar el autoconocimiento y la autoconciencia. Todo ese proceso individual, se une al movimiento colectivo que lo potencia y hace que la recuperación sea más rápida.

Luego de poner en común lo que sienten, liberarlo, sanarlo y elaborarlo, es posible empezar a nombrarlo desde otro lugar, desde la memoria de fuerza, de construcción, de amor, de libertad, que permite a las mujeres romper con la culpabilización y la estigmatización impuestas, y renombrar lo que les ha sucedido, dándole un sentido propio, desde lo que realmente ha significado para sus ancestros y para las mujeres de sus pueblos y de otros pueblos en sus territorios. Este ejercicio colectivo, es lo que Actoras de Cambio denomina, “resignificar”.

Esto permite a las mujeres asignar a su experiencia un significado social y político, y darse cuenta de que no son las únicas que la han vivido, pues las mujeres a lo largo de la historia de la humanidad, han vivido violencia sexual. Por lo tanto, no están locas, como les han querido hacer creer. El espacio colectivo se convierte así, en un lugar de reafirmación de su verdad, de la verdad de las sobrevivientes, quienes necesitan que se les crea, que se reconozca que han sido violadas, que se les deje de culpar por lo ocurrido, que se les deje de llamar mentirosas, pues este reconocimiento de su verdad, pondría en evidencia la injusticia de la exclusión, el rechazo y la condena social que ha pesado sobre ellas, desde la interpretación patriarcal de la violación sexual. Entonces, la colectividad es el espacio donde todas reconocen mutuamente su verdad, la validan, la nombran con un lenguaje propio y la explican social y políticamente. Es allí donde se resignifica todo lo vivido, se transforma la memoria sufriente, se sana y se hacen conexiones con la memoria vital, la memoria de libertad, rebeldía, fuerza, autonomía y sabiduría que existe en cada una, pero que el sistema ha acallado, al nombrarla como locura, brujería o pecado. Esta memoria, al hacerse colectiva, también se resignifica y es fuente fundamental de autodescubrimiento y de claridad para descubrir el propio camino.

Esa posibilidad de entender la significación del sufrimiento ocasionado por la violencia sexual, de sanarlo, de recuperar el ser en colectivo, abre también la posibilidad de desarticular la culpa, para ubicar la responsabilidad y la vergüenza de lo sucedido en donde debe estar, fuera de las sobrevivientes y sobre los agresores. Entonces podemos empezar a construir un nuevo contenido simbólico que nos nutra, desde nosotras mismas, allí donde antes experimentábamos un inmenso vacío, lo cual es comprensible porque a lo largo de nuestras vidas, socialmente a las mujeres nos han vaciado

de contenido simbólico, nos han vaciado de nuestra sabiduría, nos han vaciado de nuestras reflexiones sobre la realidad y sobre el mundo, y nos han convertido en seres dependientes y carentes, en todos los espacios sociales en los cuales nos movemos.

Pero la resignificación nos permite nutrirnos y construir contenidos simbólicos que nos permitan recuperar la autoridad y cambiar las condiciones de opresión que compartimos con las demás. La desarticulación de la culpa es fundamental en este proceso, pero no se trata solo de un acto verbal compartido en el colectivo y de resignificación social y política, sino que se trata también de un proceso que permite a las mujeres reapropiarse de su cuerpo pues, a fin de cuentas, el territorio que ha sido invadido y torturado, es su cuerpo, y esa experiencia traumática les provocó una disociación con su cuerpo, para no volver a sentir el dolor, para no volver a sentir el asco, para no volver a sentir la crueldad.

Entonces, para poder reconstruir la vida y recuperar el alma, es necesario curar el susto y reapropiarse de cada pedacito del cuerpo que fue vulnerado y expropiado; recuperarlo con abrazos y caricias, es decir, desde la ternura y desde el amor, para sustituir las memorias de la violencia y reconectar con el cuerpo, cocreando nuevas memorias desde la ternura, desde el disfrute, desde el bienestar, desde la sensación de estar cómodas en la piel, lo cual permite abandonar el terror, la vergüenza, el asco y todas las memorias traumáticas, a medida que se pone el cuerpo en movimiento y se produce la reapropiación de él, desde la alegría, el baile y el amor.

La propuesta busca construir la capacidad de descubrir nuestros propios caminos, de despertar nuestras posibilidades y de decidir sobre nosotras mismas, sobre nuestros

cuerpos y sobre la vida en general, dado que el objetivo de la violación sexual es despojar de su poder a las mujeres, someternos, para que nunca más levantemos nuestras voces, ni nuestras cabezas, y para que sigamos calladas. Entonces, la propuesta contribuye a desarticular ese aprendizaje y a reconstruir el poder sobre nosotras, poniendo al servicio del proceso, todo lo que permita la revalorización, la autoafirmación personal y colectiva, y todo aquello que nos posibilite sentirnos importantes, satisfechas y orgullosas de nosotras mismas.

La propuesta de Actoras de Cambio, consideró importante la revalorización de la sabiduría y los conocimientos ancestrales que las mujeres mayas tenían, en relación a la sanación con plantas y a partir del fuego, entre otros saberes que habían olvidado, habían dejado de practicar, o bien habían callado, por miedo a ser acusadas de “brujas” y a ser excluidas de la comunidad.

Entonces, una parte importante del trabajo se realiza con ceremonias de fuego y con plantas, con lo cual se avanza en el proceso de sanación desde lo energético, al tiempo que las mujeres, poco a poco van tomando conciencia de la potencia sanadora de los conocimientos milenarios que tienen en sus manos. De este modo, se han ido fomentando procesos de revalorización y de recuperación de ese poder y de esa memoria, y se ha ido reincorporando a la vida cotidiana de las mujeres, incrementando su poder propio, y constituyéndose en un elemento central de su proceso de sanación, tal como lo afirma Elsa Rabanales:

“Las mujeres dicen que después de una violación sexual, se sienten como si estuvieran muertas en vida. La sanación nos ayuda a validar nuestra fuerza. Nos

conectamos con la madre tierra, con las energías del universo, con el agua, con el fuego, con la luna con todo lo que existe, pues eso nos ayuda a sentirnos vivas y parte de esa totalidad, a recuperar nuestras vidas y a recuperar el poder que la invasión a nuestro cuerpo nos ha quitado, pero que siempre ha estado allí”.²⁶²

Otro elemento importante de la propuesta de Actoras de Cambio, es la acción política, que consiste en la salida de las mujeres al ámbito público, con su propia voz, lo cual se dio como resultado de los festivales de la memoria, protagonizados por las sobrevivientes en sus propios territorios.

“Cuando las lideresas sobrevivientes del conflicto armado rompieron el silencio en sus comunidades, se empezó a recuperar la memoria histórica de la que nadie hablaba. Entonces las demás mujeres empezaron a conectarse con eso, porque después de todo, todas somos sobrevivientes. Y así empezamos a compartir nuestra historia entre todas, reflexionando sobre las secuelas que la violación dejó en nuestros cuerpos y reconociendo la memoria histórica sobre estos hechos”.²⁶³

Habiendo superado el miedo y el dolor, y liberándose de las ataduras del pasado, las mujeres fueron incorporando la acción política en diferentes sentidos, comenzando por su propia vida. En ese sentido, las mujeres fueron actuando en sus propios espacios, para poner límites a las distintas expresiones de violencia que vivían. Respaladas por el poder colectivo, enfrentaron individualmente la violencia en sus propias familias, para evitar la repetición de patrones violentos.

²⁶² Elsa Rabanales, 27/03/2021.

²⁶³ *Ibíd.*

Luego de los mencionados festivales, surgió con más fuerza el anhelo de la no repetición entre las sobrevivientes, movido por el deseo de que no les sucediera a otras y por la necesidad de cambiar vidas, lo que dio lugar a las discusiones colectivas alrededor de la acción política, para pasar de la sanación a la acción, pues al romper el silencio, las mujeres acabaron con la estigmatización y en consecuencia, más mujeres se sumaron a los grupos, lo que dio lugar a la conformación de las redes de mujeres y a la construcción de otras formas de justicia para las mujeres en sus comunidades.

La acción política impulsada por las reflexiones y el activismo feminista, permitió a las mujeres cerrar el ciclo y sentirse grandes -como dicen ellas-, importantes, respetadas, pues ya cambiaron la mirada sobre sí mismas, y la comunidad ya cambió la mirada respecto a ellas. Ya no cargan más con el estigma de “pobrecitas” o “putas”, sino que se convirtieron en mujeres importantes y referentes obligados para todos los casos de violencia contra las mujeres que se presentan en sus comunidades, pues tienen la capacidad de acompañar a las sobrevivientes y de contribuir a erradicar la violencia en sus territorios. Esta acción concreta, tanto a nivel personal como colectivo, constituye la mejor y más efectiva garantía de no repetición en las comunidades, liderada por mujeres que han transitado de víctimas a actoras de cambio, que “se han tomado el espacio, para crear condiciones más dignas para ellas y para poder renacer junto a las otras”²⁶⁴.

De este modo, la propuesta de la **Colectiva Actoras de Cambio** pasó a ser, una propuesta de formación – sanación – acción, evidenciando que los procesos de sanación, si se vinculan a acciones que provocan cambios de forma, de lugar y de relacionamiento social, pueden constituirse en una garantía real de no repetición y pueden construir territorios libres de violencia.

²⁶⁴ Elsa Rabanales, 27/03/2021.

La duración del proceso depende de los grupos, pero en términos generales, implica varios años. La **Colectiva Actoras de Cambio** trabaja con grupos de mujeres que sufrieron violencia sexual hace más de 30 años, lo cual requiere procesos de formación sanación de largo aliento, pero también trabaja con mujeres sobrevivientes de violencia sexual en la actualidad, cuyos procesos de sanación del trauma y del dolor, pueden requerir de un tiempo más corto. En todos los casos, se trabaja de manera integral y al ritmo de las sobrevivientes. En uno de los grupos, por ejemplo, transcurrieron aproximadamente siete años del proceso, antes de que las mujeres tuvieran la fuerza para romper el miedo y el silencio en su comunidad, convirtiéndose desde entonces, en lideresas²⁶⁵.

5.6 Claves espirituales que la impulsan²⁶⁶

La espiritualidad constituye una dimensión muy importante en la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, dado el enfoque holístico con el que aborda el trabajo con sobrevivientes de violencia. Desde luego que la propuesta difiere de quienes entienden la espiritualidad como sinónimo de religión, pues las religiones remiten a Dios, en cualquiera de sus formas, como principio y fin de la existencia. En cambio, la propuesta entiende que la espiritualidad es un concepto que trasciende religiones y dioses, y más bien tiene que ver con la conexión y con la convivencia armónica con todo lo que tiene existencia en el universo y en el multiverso que habitamos. En ese marco, plantea que la relación que tenemos con

²⁶⁵ *Ibíd.*

²⁶⁶ Este apartado fue construido con los aportes de Liduvina Méndez (24, 26 y 29/03/2021), Amandine Fulchiron (13/04/2021), Elsa Rabanales (06/04/2021) y Virginia Gálvez (22/03/2021).

nuestros cuerpos, deviene de esta conexión -o desconexión-, que tiene un carácter profundamente espiritual.

En el largo camino de construcción de esta propuesta, la **Colectiva Actoras de Cambio** ha tenido múltiples aprendizajes en esta dimensión espiritual, a partir de la cosmovisión maya, pero también de otras cosmovisiones milenarias, como el hinduismo, el budismo, el taoísmo y otras, de las cuales ha ido obteniendo algunas claves espirituales que hoy están muy presentes en su trabajo²⁶⁷.

Una de esas claves es **la conexión con el todo**, la cual nos permite sabernos y sentirnos parte de todo lo que existe, ni separadas ni excluidas, sino parte del todo, y en constante intercambio con los distintos elementos que conforman el universo. Es muy conocido el principio oriental que afirma que “Somos uno”, haciendo alusión a esta conexión con el todo y al hecho de que, todo lo que hacemos o dejamos de hacer, tiene repercusiones, no solo para nosotras en lo individual, sino para el colectivo y, más allá de lo humano, para ese todo del cual formamos parte. Esta clave espiritual es bastante potente, frente a la sociedad moderna occidental, que promueve la fragmentación a todos los niveles; frente a las realidades comunitarias de la posguerra, caracterizadas por la polarización y por el tejido social roto y; frente a vidas humanas destruidas por el *continuum* de la violencia genocida y femicida que impera en nuestro país y en el mundo. Frente a esas realidades sociales, la conexión con el todo nos permite reconectarnos con la fuerza regeneradora del universo y potenciar nuestra acción política para retejer nuestras vidas y las de nuestras comunidades.

²⁶⁷ Desde luego, estos aprendizajes pasan por la experiencia personal de cada integrante del equipo, la cual ha sido bastante diversa en Actoras de Cambio, pero la cosmovisión maya y el feminismo han sido siempre los hilos que unen las diversas experiencias.

Honrar la vida, es otra clave espiritual importante en esta propuesta. En primera instancia, porque la reconstrucción de la vida es un elemento central del proceso, pues las mujeres que participan en los grupos, se encuentran con una pregunta fundamental que está implícita en la propuesta de formación sanación: ¿Qué sentido tiene nuestra vida, si solo venimos a sufrir? La existencia misma de la propuesta, plantea que es posible salir del sufrimiento y construir la vida digna, armónica y amorosa que nos merecemos, honrando con ello la vida, pues si la energía vital está en todo lo que existe, entonces también está en nosotras y nos posibilita reconstruir nuestras vidas, como primer paso para contribuir a honrar, respetar y dignificar la vida en nuestros territorios.

El amor universal es otra clave espiritual importante de la propuesta, pues el hecho de sentirnos parte de la totalidad, restablece en nosotras los lazos que nos unen a las otras y los otros y a los demás seres que conforman el universo, que son sin duda, lazos de unidad en y desde el amor, pero un amor universal, que trasciende cualquier noción limitada y limitante del amor, que haya sido construida por el pensamiento patriarcal. Esta clave del amor universal, nos permite conectarnos con el amor para sí, fruto de experimentarnos a nosotras mismas de manera integral y conectadas con el todo, contrario al amor para otros, que nos ha impuesto a las mujeres la sociedad patriarcal. Y desde ese amor para sí, nos conectamos con el amor a las otras y los otros, con el amor a la vida, con el amor a la libertad y con el amor a la justicia. Y dado que el punto de partida es desde un lugar distinto, todos esos conceptos, adquieren una significación totalmente distinta a la predominante en nuestra sociedad, potenciando nuestra creatividad para impulsar nuevas acciones políticas para la transformación de nuestras vidas y de nuestras comunidades.

La interdependencia constituye otra clave espiritual de la propuesta, pues el hecho de reconocernos parte importante de todo lo que existe y en condiciones de igualdad con los demás elementos del cosmos, podemos también reconocer la interdependencia que se produce en la dinámica cotidiana de la vida. Esta interdependencia, por lo tanto, permite relacionarnos con las y los otros, desde el respeto y desde el amor, entendiendo que “lo otro” no está sujetado a nosotras, ni es superior ni inferior a nosotras, sino que comparte con nosotras su condición de “existente”, y desde allí, estamos en permanente interconexión e interdependencia mutua. En los grupos de mujeres con los que trabaja la **Colectiva Actoras de Cambio**, esta clave espiritual contribuye a desdibujar los esquemas jerárquicos derivados de las distintas estructuras de opresión impuestas por el sistema dominante, y a tener mayor claridad para nuestra acción política transformadora de relaciones y de estructuras sociales.

Sabiendo que todas y todos somos parte de todo lo que existe y que, por lo tanto, todas y todos ocupamos un lugar en esta totalidad, y que no hay un lugar más importante que los otros, la recuperación del **equilibrio** aparece como posibilidad, pues como seres vitales que somos, tenemos dentro de nosotras la fuerza y el poder necesarios para recuperar nuestro propio equilibrio y, a partir de allí, ocupar el lugar que nos corresponde en nuestra familia, en nuestra comunidad, en nuestra sociedad y en el universo. Esta clave espiritual del equilibrio, también se expresa en el principio filosófico taoísta del “Yin yang”, que plantea la dualidad, es decir, la coexistencia de dos energías distintas que son esenciales para mantener el equilibrio en el universo: el día y la noche, la oscuridad y la luz, la energía activa y la pasiva, etc. Obviamente, el equilibrio requiere que ambas energías sean valoradas en la misma medida y que

cada una de ellas ocupe el lugar que le corresponde en la sinfonía universal. Por lo tanto, la clave espiritual del equilibrio, nos invita a ocupar el lugar digno y justo que nos corresponde, sin esperar que los otros (compañeros, comunidad, sociedad, Estado) nos concedan el permiso o la autorización para hacerlo. Y al ocupar nuestro lugar, como una acción política, contribuiremos a que las y los demás, ocupen su lugar, promoviendo con ello la transformación de relaciones de opresión hacia relaciones sociales más justas, más armónicas y más equilibradas.

La armonía es otra clave espiritual importante en la propuesta de la **Colectiva Actoras de Cambio**, pues al sentirnos conectadas con el todo desde el amor, y promoviendo el equilibrio en nosotras mismas y en nuestras relaciones con todos los demás elementos del universo, la armonía deviene como un resultado natural de este proceso. Esa armonía se manifiesta en nuestra relación con nosotras mismas, con nuestras familias, con las compañeras del grupo y en todos los ámbitos donde nos movemos. Desde luego, en la experiencia de Actoras de Cambio, esa armonía se consigue luego de un arduo proceso de sanación, que incluye la sanación de las relaciones entre mujeres, pues socialmente se nos ha enseñado a considerar como enemigas o rivales a quienes no piensan como nosotras. Pero en esta nueva comprensión de nuestra existencia, como parte de la totalidad, esa percepción de las otras ya no cabe, pues todo lo que existe en la totalidad es diverso, y por lo mismo, la construcción de la armonía es posible, en medio de la diversidad, a la cual dejamos de ver como amenaza y aprendemos a reconocer como riqueza, dando paso al restablecimiento de la armonía universal, la cual va mucho más allá de nosotras, y supone la acción política cotidiana por la construcción de la armonía en nuestros territorios.

La integralidad constituye otra de las claves espirituales de la propuesta, en el sentido de que nos permite reconocer las distintas dimensiones que nos conforman: cuerpo, espíritu, mente, emociones y energía que se conecta con la energía del todo. Esta clave espiritual, ha permitido a Actoras de Cambio, construir una propuesta holística que considera las distintas dimensiones de la integralidad humana y que incluye diversas herramientas, en los procesos de formación sanación. A las mujeres de los grupos también les ha permitido validar sus conocimientos ancestrales, que son perfectamente compatibles con esta concepción integral de los seres humanos. Esta clave espiritual de la integralidad, también se relaciona con la «doble mirada» del Kab'awil, que “es un ente cosmogónico que tiene la capacidad de mirar de cerca y de lejos, de día y de noche, lo bueno y lo malo, hacia arriba y hacia abajo, hacia el pasado y hacia el futuro”²⁶⁸, la cual también plantea la necesidad de una mirada integral, estratégica y profunda de los procesos de sanación, que trascienden la duración temporal de los proyectos y de las organizaciones sociales que los promueven, en este caso, la **Colectiva Actoras de Cambio**. La integralidad también nos permite ampliar nuestra mirada en las acciones políticas que realizamos en nuestros territorios, para construir el bienestar para todas y todos.

El reconocimiento y la aceptación profunda de que **todo cambia**, constituye otra de las claves espirituales de esta propuesta, pues implica la certeza de la transformación permanente y de la esperanza en que el sufrimiento ocasionado por la violencia, no será para siempre, pues la vida es cíclica, al igual que las distintas estaciones de la naturaleza. En la tradición budista, se le conoce como el principio de la impermanencia, a esta conciencia de la transitoriedad de la vida, del tiempo

²⁶⁸ Esta idea fue originalmente planteada por Amandine Fulchiron (13/04/2021) y ampliada por esta cita de la Escuela Popular Campesina Kab'awil, s/f.

y de todo lo que existe, que nos lleva a comprender que la mejor actitud frente a los pensamientos, las emociones y las sensaciones negativas, no es apegarnos ni resistirnos, sino seguir fluyendo con la vida, con la firme convicción de que todo pasará, y de que siempre tendremos la posibilidad de recuperar el equilibrio y la armonía personal y colectiva. Esta clave espiritual nos enseña a seguir avanzando, sin creer en un destino futuro prefijado, ni determinado por el pasado, sino confiando en un presente lleno de infinitas posibilidades, y en un proceso evolutivo respetuoso de los ritmos y los tiempos de cada una, respetando el libre albedrío. Esta certeza de que todo cambia, también nos da mucha esperanza y anima nuestra acción política para impulsar el cambio social en nuestras comunidades, porque estamos seguras de que todo puede cambiar y mejorar.

Saber que todo cambia permanentemente, nos ayuda a entender que la realidad es susceptible de ser transformada, pero que esa transformación no depende solo de fuerzas externas a nosotras mismas, ya que somos parte del todo, en constante conexión e interrelación con todo lo que existe. Eso nos lleva a tomar conciencia de **la cocreación**, como otra clave espiritual de mucha relevancia para la propuesta de la **Colectiva Actoras de Cambio**, pues nos permite reconocer nuestras propias capacidades y responsabilidades para realizar aportes personales y colectivos sustanciales para la transformación de la realidad que vivimos a nivel personal, familiar, colectivo, comunitario, nacional y como humanidad. En el trabajo de la Colectiva, esta clave espiritual ha permitido asumir corresponsabilidad en la cocreación de los procesos, entre el equipo y las mujeres que integran los grupos y las redes, confiando en las capacidades de cada una, para sanarse a sí mismas y para contribuir a la sanación de las demás. La cocreación también nos impulsa a realizar

nuevas acciones políticas para promover la sanación de nuestras comunidades y de todo lo que existe, desde la frecuencia vibratoria del amor, desde la cual nos conectamos con todo.

5.7 Elementos ancestrales que la nutren²⁶⁹

La propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, se ha nutrido de una serie de aportes de distintas cosmovisiones ancestrales, entre las que destacan: la tradición maya, la hindú, la budista y la china, tal como lo hemos mencionado anteriormente. “Todas las cosmovisiones ancestrales celebran la vida y reflejan la naturaleza, el cosmos, las estrellas, el universo, las aves, etc. Y en las prácticas de sanación, comparten el vínculo con las plantas, con el fuego y con el agua. Al recuperar estas prácticas ancestrales, automáticamente colocamos al centro la vida misma, que es algo inherente a las cosmovisiones ancestrales”²⁷⁰.

El planteamiento de que **todo es energía**, es común a todas las cosmovisiones ancestrales de las que se nutre esta propuesta, pues la comprensión de que somos energía, nos permite interconectarnos desde otro lugar, y entender que el cultivo del amor propio y hacia todos los seres del universo, nos abre múltiples posibilidades para nuestra evolución. Este descubrimiento es fundamental en medio de un mundo marcadamente materialista, que funda sus relaciones, su pensamiento y sus prácticas cotidianas, en la prevalencia de la materia, como principio y fin de todo lo que existe. El conocimiento de lo energético, es precisamente lo que permitió a

269 Este apartado contiene aportes de Liduvina Méndez (24 y 29/03/2021), Sara Álvarez (12/04/2021) y Virginia Gálvez (22/03/2021).

270 Virginia Gálvez, 22/03/2021.

estas cosmovisiones ancestrales, principalmente orientales, la creación de una serie de herramientas de sanación, que son extremadamente útiles en los procesos de formación sanación impulsados por la **Colectiva Actoras de Cambio**, y que llegaron a occidente con la propuesta de la medicina bioenergética, la psicología transpersonal y las terapias energéticas y psicocorporales. Esta energía universal les da una potencia mucho mayor a nuestras acciones políticas para la construcción de comunidades y sociedades cada vez más justas, más libres y en mayor bienestar.

La recuperación de las **memorias ancestrales de sanación**, ha sido fundamental para la construcción de esta propuesta, pues hay una serie de conocimientos que habían sido relegados, pero que forman parte de nuestra herencia milenaria. La conexión con otras cosmovisiones y filosofías ancestrales, ha permitido redescubrirlas. Históricamente, el papel de las brujas ha sido el de recordar que somos seres sagrados y que somos portadoras de poderes para la vida. Los círculos alrededor de los partos, los rituales en torno a la menstruación, los ritos para la producción de la leche materna, la potenciación de la fuerza del útero como centro de poder, el uso del calor, el masaje, el “toque”, constituyen saberes preservados de todas esas memorias que han sido transmitidas de generación en generación, tanto desde la cosmovisión maya como desde las cosmovisiones ancestrales de oriente, como en el caso de las terapias energéticas, cuyo uso permite acortar procesos de sanación. Las memorias ancestrales de sanación, también han contribuido a la sanación de los traumas ocasionados por el racismo y la discriminación, pues recuperar la memoria histórica desde esta perspectiva, devuelve la dignidad a los sujetos de estas memorias y aporta nuevos conocimientos que enriquecen la acción política para la defensa de la vida y el bienestar en nuestros territorios.

Entender la salud en términos de **equilibrio o desequilibrio**²⁷¹, ha implicado un aporte importante para la construcción de esta propuesta, pues el énfasis no está en el síntoma, sino en las raíces del desequilibrio, desde una perspectiva integral, lo que da lugar al planteamiento de preguntas, tales como: ¿en dónde se ubica tu desequilibrio?, ¿estás comiendo mal, o menos, o alimentos crudos?, ¿hay algún desequilibrio en tus emociones?, ¿hay desequilibrio en alguna relación que estás manteniendo con alguien?, ¿tienes algún conflicto con alguien y eso te has desequilibrado?, ¿estás en desequilibrio con la madre tierra?, ¿estás ocupando tu lugar de amor y de reconocimiento?, ¿hay algo que sanar en tu historia ancestral?, ¿las mujeres en tu comunidad están ocupando su lugar o están siendo anuladas?.

Estas preguntas no son respondidas verbalmente, sino que el trabajo se realiza a partir de lo que siente y de la expresión corporal del desequilibrio. Posteriormente, se realiza un proceso de consciencia y conexión de los orígenes del desequilibrio, para hacer los cambios necesarios para restablecer el equilibrio. Un punto importante en este sentido, es la vinculación de los desequilibrios físicos con los desequilibrios a nivel emocional, algo que no está presente en la medicina occidental, pero que sí es recuperado por estas tradiciones milenarias. Por ejemplo, la cosmovisión maya, plantea claramente que cuando nos enojamos, una energía caliente es la que nos desequilibra, mientras que cuando estamos tristes, es una energía fría la que nos desequilibra. Y por supuesto, cuenta con herramientas terapéuticas para restablecer el equilibrio en cada una de esas situaciones. En el plano colectivo, la propuesta también plantea la acción política comunitaria, para el restablecimiento del equilibrio a ese nivel.

271 Con aportes de Sara Álvarez (12/04/2021), Liduvina Méndez (17/08/2021) y Virginia Gálvez (18/08/2021).

El movimiento del cuerpo como clave para desbloquear la energía ha sido un elemento central en los procesos de formación sanación de Actoras de Cambio, pues tradiciones milenarias, como la de la medicina china, nos han enseñado que la energía bloqueada nos enferma y que, por lo mismo, el movimiento en todas sus formas, pero fundamentalmente, el movimiento corporal, es profundamente sanador, en tanto que contribuye en gran medida a desbloquear la energía estancada o formas de pensamiento que nos están limitando u oprimiendo, pues determinadas posturas corporales, favorecen el flujo de la energía.

En este sentido, la teoría de los chakras, procedente de la tradición hindú, ha realizado muchos aportes a la propuesta, para la identificación del origen de los bloqueos energéticos en las distintas partes del cuerpo de las mujeres, de su vinculación con las historias vividas y, por lo tanto, para la sanación de dichos bloqueos, particularmente relacionados con el chakra de la sexualidad, que suele estar muy afectado en las mujeres sobrevivientes de violencia sexual y merece una atención especial, dado que este chakra “nos da la fuerza para sobrevivir, tanto de manera individual como colectiva [y] Es allí donde aceptamos vivir en esta tierra y decimos «sí» a la vida”²⁷².

Estos saberes ancestrales, definitivamente están muy conectados con las mujeres, y nos muestran claramente que, debido a que existe una conexión íntima entre el cuerpo, la naturaleza y el cosmos, para los procesos de sanación, el cuerpo es el camino o la puerta de acceso al desbloqueo energético para la sanación. Otro aprendizaje importante en este sentido, es que el movimiento del cuerpo tiene una dimensión personal, pero también una dimensión colectiva, lo cual potencia el alcance de la sanación y descoloca el enfoque terapéutico tradicional, que se limita al individuo, llevándolo a otro nivel, pues si todo es energía, el desbloqueo energético puede producirse también, a nivel

272 Gálvez, 2020: 52.

sistémico. Desde una perspectiva comunitaria, este elemento ancestral también nos permite entender que el movimiento es clave para desbloquear la energía en el cuerpo social, y provocar los cambios sociales y políticos que necesitamos para construir comunidades más justas, más libres y más armónicas.

Los saberes ancestrales recuperados por la propuesta, han permitido a las mujeres construir **una relación cotidiana más orgánica con la red de la vida**²⁷³, trascendiendo la concepción antropocéntrica²⁷⁴ de la vida, predominante en nuestra sociedad, que nos ha llevado a construir jerarquías entre seres humanos (los hombres por encima de las mujeres; los adultos por encima de los y las niñas; los ricos por encima de los pobres, etc.) y a aceptar el poder de dominación de los seres humanos -de unos más que de otros- sobre los elementos de la naturaleza (el agua, la tierra, el aire y el fuego), sobre el reino vegetal, sobre el reino mineral y sobre el reino animal²⁷⁵; y

²⁷³ Sara Álvarez, 12/04/2021.

²⁷⁴ El antropocentrismo es una concepción filosófica que plantea que el ser humano -y particularmente, el hombre- es el centro del universo y, por lo tanto, está por encima de los demás seres que lo conforman (los animales, los minerales, las plantas, los astros, etc.). Este pensamiento ha sido fundamental para la expansión del capitalismo en todo el planeta.

²⁷⁵ A propósito del antropocentrismo, “es importante visibilizar la crítica que se ha realizado desde el feminismo radical y el ecofeminismo, a las normativas que han sido construidas desde miradas institucionales, para promover la igualdad de derechos entre hombres y mujeres, pero sin evidenciar que el lugar de privilegio de lo masculino, ha creado todo un sistema de relaciones con el mundo, que ha producido la destrucción del planeta, el empobrecimiento de la mayoría, la opresión y cosificación de otros y otras, como manera de ser en el mundo. La crisis planetaria causada por la pandemia, nos ha demostrado que son necesarias otras miradas del mundo, que integren, que conecten la recuperación del equilibrio del todo, como un nuevo horizonte en el que las mujeres históricamente hemos aportado nuestros saberes y formas distintas de vincularnos, colocando en el centro, la vida” (Virginia Gálvez, 30/08/2021).

a ver con buenos ojos la ansias de conquista de los hombres sobre otros planetas y galaxias. Este antropocentrismo nos ha desvinculado energética y físicamente de todos esos elementos que conforman el cosmos, lo cual ha traído a nuestras vidas mucha destrucción, enfermedad y muerte. En medio de esa realidad, aportes ancestrales como los de la cosmovisión maya, nos han mostrado la importancia de reconocernos como parte de la red de la vida, y de construir una relación más orgánica con ella en nuestra vida cotidiana, con el fin de vivir individual y colectivamente, una vida con mayor equilibrio, armonía y bienestar. Esta relación orgánica con la red de la vida, constituye en sí misma, una acción política importante para la transformación social de nuestras comunidades.

5.8 Principios terapéuticos que la definen²⁷⁶

Para la **Colectiva Actoras de Cambio**, la sanación es una capacidad innata que vincula lo biológico, con lo emocional, con el pensamiento, y con las historias personales y colectivas. Al redescubrir dicha capacidad, esta se pone en movimiento para la transformación, y solo tiene los límites que cada persona le imponga. Esa capacidad personal, nutrida por lo social, hace que los caminos para la sanación sean únicos e irrepetibles, pero conectados sincrónica y energéticamente con todo lo que existe, desde la interconexión amorosa. Está en movimiento constante, aunque no en un sentido lineal sino circular.

²⁷⁶ Este apartado fue construido con información proporcionada por Liduvina Méndez (17/08/2021), Amandine Fulchiron (13/04/2021), Virginia Gálvez (22/03/2021 y 18/08/2021) y Sara Álvarez (12/04/2021).

A continuación, nos referiremos a algunos principios terapéuticos que definen la propuesta de sanación de Actoras que, conectados en la colectividad de mujeres, producen cambios que configuran otras formas de relación, que se reflejan en cambios comunitarios y sociales que conectan la recuperación del equilibrio del todo, como un nuevo horizonte en el que las mujeres históricamente hemos aportado nuestros saberes y formas distintas de vincularnos, colocando en el centro la vida.

Lo **holístico** constituye un principio terapéutico fundamental de la propuesta, pues esta abarca las diferentes dimensiones de la vida, que forman parte del proceso de sanación, para lo cual utiliza una gran variedad de herramientas terapéuticas con fundamentos filosóficos claros, con objetivos muy bien definidos y con una misma direccionalidad. En este sentido, la sanación es un proceso “integral que se realiza desde el cuerpo, desde la energía, desde los pensamientos, desde las emociones, desde las creencias; desde la persona, desde la familia, desde las distintas generaciones; a nivel individual y a nivel sistémico, contextualizada por la cosmovisión de las participantes, para poder potenciar el trabajo que se realiza”²⁷⁷.

Otro principio terapéutico de la propuesta está dado por su carácter **biocéntrico**, en el sentido de que, contrario al antropocentrismo promovido por la sociedad moderna, la propuesta coloca en el centro a la vida misma, en todas sus formas y expresiones, que trascienden la vida humana, pues las relaciones y los eventos violentos vividos por las mujeres, producen efectos traumáticos en ellas, en sus familias, en sus comunidades, en la sociedad en general, pero también en la madre

²⁷⁷ Sara Álvarez, 12/04/2021.

tierra y en el cosmos, en un sentido material y en el plano energético. Por lo tanto, el enfoque terapéutico para la sanación de los traumas provocados por la violencia antropocéntrica genocida y femicida, debe ser biocéntrico, pues tal como Audre Lorde afirmó en 1979, “las herramientas del amo nunca desmontan la casa del amo”²⁷⁸.

Otro principio terapéutico de la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio** es que tiene un carácter **transpersonal**, lo cual refiere a experiencias y visiones del mundo que se extienden más allá del nivel personal, por lo que representa un “viaje” hacia el ser profundo de cada una de las mujeres, con el objetivo de desarrollar todo su potencial a través del desarrollo de la autoconciencia, comprendiendo y reforzando el nivel de identidad personal de cada una y llevándola hasta el reconocimiento de la identidad profunda y esencial, de manera que cada sobreviviente recupere el impulso natural hacia su propia evolución, alcanzando altos niveles de bienestar integral.²⁷⁹ Este principio adquiere mucha relevancia en una sociedad donde predominan las terapias convencionales, que le confieren un marcado énfasis al discurso, al lenguaje y a la generación de conciencia exclusivamente a través de la mente. Trascendiendo esta mirada, lo transpersonal propone la conexión espiritual y el movimiento de la energía a través de la conexión corporal, para promover un cambio más consciente, más efectivo y más rápido. Desde esta perspectiva, la configuración de la subjetividad se produce no solo en la mente, sino también en el cuerpo, en el plano emocional y en el plano espiritual.

²⁷⁸ Lorde, 2003: 118.

²⁷⁹ Grupo Esneca, 2019.

5.9 Terapias energéticas que utiliza²⁸⁰

Las herramientas terapéuticas energéticas han adquirido mucha importancia en la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, en la medida en que se ha ido comprobando su efectividad en los procesos terapéuticos. Esto se puede observar en el desarrollo de los talleres con los grupos, que incluyen diversas herramientas en distintos momentos del trabajo realizado con las mujeres, aun cuando los procesos no son homogéneos, pues cada integrante del equipo decide dónde colocar los énfasis, en función de las necesidades del grupo, pero también dependiendo de sus propias opciones terapéuticas.

Por ejemplo, al inicio de un taller, se dedica un espacio a la reconexión con la vitalidad, también llamada “conexión energética”, que consiste en equilibrar nuestra energía para conseguir estar presentes con todo nuestro ser, enfocándonos en el proceso de sanación²⁸¹. Ese espacio de integración energética, se refuerza a través del centro energético maya que se construye en medio del círculo de mujeres, a partir de símbolos vinculados con los principales elementos de la naturaleza: la tierra, el agua, el aire y el fuego²⁸².

En un segundo momento, se realiza la descarga de las energías negativas o estancadas. Este momento es fundamental, porque si la energía está bloqueada o entumecida, el trauma no se mueve y eso reduce las posibilidades de cambio. Por eso es necesario realizar ejercicios energéticos que nos lleven a soltar los procesos de pensamiento, a salir de la mente, para garantizar mayores posibilidades de realizar los cambios deseados.

²⁸⁰ La información de este apartado fue proporcionada por Liduvina Méndez, 23/03/2021.

²⁸¹ Desde luego, Actoras de Cambio promueve la sanación desde una intención política de trabajo para la erradicación de la violencia sexual, con lo cual se aleja de la posibilidad de fomentar un tipo de sanación que pudiera servir para hacer que las personas sean más funcionales dentro de un sistema neoliberal.

²⁸² A este centro energético nos hemos referido con más detalles en el capítulo número cuatro.

Durante el desarrollo de los talleres, se observa la implementación de trabajo corporal orientado al movimiento energético, a través de la danza, de ejercicios de yoga y del trabajo de chakras, que está en la base de todo el trabajo energético. También se puede ubicar en los talleres, el momento de identificación, resignificación y decisión consciente de liberar las emociones estancadas y los dolores, en el cual se abordan los nudos energéticos, también llamados traumas o desequilibrios, reconociéndolos y transitándolos en el cuerpo de una manera amable y rápida, a través de terapias energéticas y alternativas, lo cual es muy importante, para crear las condiciones de posibilidad que nos permitirán avanzar hacia la construcción de algo diferente, a través de la conexión con la memoria de la vitalidad, la fuerza, la autoridad, la potencia, la libertad y la rebeldía, que constituye otro momento del proceso.

Más adelante, hay un momento en el que se integra todo lo ocurrido, a través del dibujo, la danza u otros movimientos corporales, para que la energía empiece a moverse desde otro lado. Este sería el momento preciso de la conexión con la transformación y las nuevas posibilidades y oportunidades.

Y, por último, se realiza el cierre energético, que consiste en desarrollar un trabajo orientado a recargar energías y promover la rearmonización de las participantes, para que puedan recuperar su equilibrio y bienestar necesarios, para realizar en su vida cotidiana los cambios que se propusieron durante el taller.

Tal como mencionamos anteriormente, las terapias energéticas derivadas de cosmovisiones ancestrales de corte oriental, han llegado a occidente bajo el paraguas de “medicina bioenergética”. A continuación describiremos brevemente algunas de las múltiples herramientas terapéuticas energéticas que incluye la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**.

Centros energéticos o Chakras. Toda la teoría sobre los chakras tiene su origen en el conocimiento y sabiduría hindú, y su uso se ha extendido para muchas de las terapias energéticas, dándonos la posibilidad de autoconocernos y de reconocer nuestra integralidad, con todo lo que existe. Somos energía y estamos sostenidos por ella. Según Deedre Diemer, la energía “no acaba donde está tu piel, tu cuerpo es un sistema de energía en continuo cambio, que es afectado por la energía de tu alrededor y que afecta a esta. Tu cuerpo físico contiene la energía más densa [...]. Esta energía continúa formando estratos de campos de energía alrededor de tu cuerpo [...]”²⁸³.

Los siete chakras principales son: el chakra raíz, ubicado entre el ano y los genitales, nos permite entrar en contacto con la madre tierra y la energía vital; el chakra sacro, ubicado arriba de los genitales, concentra la fuerza de nuestra creatividad y de nuestra sexualidad; el chakra solar, ubicado arriba del ombligo, concentra la fuerza para poder transformar la energía de todos los chakras y recuperar el bienestar; el chakra corazón, ubicado en el centro del pecho, guarda la fuerza del amor universal; el chakra garganta, ubicado precisamente en la garganta, nos da la fuerza para la expresión y la comunicación; el chakra del tercer ojo, ubicado en el centro de la frente, nos provee de la fuerza de la consciencia de nosotras mismas y de la realidad; y el chakra corona, ubicado encima y en el centro de la cabeza, nos brinda la posibilidad de unir nuestra energía con la energía del universo.²⁸⁴

En Actoras de Cambio aplicamos esta terapia por su gran capacidad para crear esa totalidad e integralidad dentro de sí, equilibrando la energía desarmonizada a través del autoconocimiento, el equilibrio mediante el movimiento corporal, el yoga, la meditación, la visualización, el sonido, el color y el contacto con la naturaleza.

283 Diemer, 2005: 27.

284 Gálvez, 2020: 52-54.

Terapia Integrativa Avanzada (AIT²⁸⁵). Consiste en la recopilación de varias terapias y técnicas como la terapia cognitiva, analítica, kinestesia, meditación, holística, etc. Al integrar estas disciplinas con el trabajo energético y de psicología transpersonal, el resultado es una terapia eficaz y profunda, con resultados inmediatos para las personas.²⁸⁶ Fue creada por Asha Clinton y trabaja con los chakras o centros energéticos, con el fin de recuperar el bienestar y el equilibrio de los mismos. La **Colectiva Actoras de Cambio** ha preparado una versión sintética, para su aplicación con las mujeres de los grupos²⁸⁷, con base en la formación en AIT básico, recibida por todo el equipo.

Técnica de Liberación Emocional (EFT²⁸⁸) o Tapping. Es un conjunto de técnicas que permiten a las personas desprenderse, de una manera rápida y simple, del bloqueo emocional que han ido acumulando a través de los años, o que ha sido provocado por un evento traumático determinado. Tiene su origen en la acupuntura -de la medicina tradicional china- y en la Terapia del Campo del Pensamiento (TFT)²⁸⁹ creada por Roger J. Callahan. Sostiene que todas las emociones negativas a las que nos enfrentamos, ya sea a nivel físico, económico, emocional, etc., son causadas por un desequilibrio energético en nuestro cuerpo, frente a lo cual, su objetivo es inhibir ese desequilibrio, a partir de golpes suaves en un conjunto de puntos clave de meridianos en nuestro cuerpo.²⁹⁰ La **Colectiva Actoras de Cambio** ha desarrollado los distintos pasos para la realización de esta terapia²⁹¹, la cual también fue aprendida, al inicio de manera autodidacta, y posteriormente, con la facilitación del curso básico que fue recibido por todo el equipo.

285 Por sus siglas en inglés, *Advanced Integrative Therapy*.

286 Riera, s/f.

287 Consúltese: Gálvez, 2020: 56-60.

288 Por sus siglas en inglés, *Emotional Freedom Technique*.

289 Por sus siglas en inglés, *Thought Field Therapy*.

290 Thomen, 2019.

291 Consúltese: Gálvez 2020: 68-72.

Chi Kung. Es una terapia de la medicina tradicional china basada en el control de la respiración, el ejercicio físico y el control de la mente. Su “objetivo es fortalecer el cuerpo y la generación de la energía que lo anima. Liberar de obstrucciones el flujo de dicha energía y dirigirla a donde sea necesario, según el fin que persiga [...]”. El Chi Kung puede ser estático o dinámico. Los diferentes tipos de Chi Kung tienen influencias de tipo taoísta, budista, confucionista, [...etc.]”.²⁹²

El Yoga. Más que una práctica, es un estilo de vida que sana, cuida y fortalece el cuerpo, la mente y el espíritu mediante la práctica de la respiración, la meditación y las asanas (nombre que se les daba en sánscrito a las posturas corporales utilizadas en la antigüedad por los yoguis²⁹³ para la meditación). Las asanas tienen relación con los chakras o centros energéticos del cuerpo. El yoga se originó en la tradición hinduista y existen más de cien tipos de yoga. En la actualidad, su práctica se ha extendido por todo el mundo debido a sus grandes beneficios para el bienestar integral.²⁹⁴

Sistema de meridianos. Son vías o canales invisibles de energía que atraviesan el cuerpo. Este conocimiento se originó en la acupuntura y la medicina tradicional china. Se cree que nuestra energía vital, o chi, fluye a lo largo de estos meridianos y que si por alguna razón, un bloqueo interrumpe el flujo suave del chi, se producen enfermedades. La mayoría de los puntos de acupuntura y acupresión se encuentran en un meridiano, y se plantea que la estimulación de estos puntos con agujas de acupuntura o acupresión, ayuda a corregir y reequilibrar el flujo de la energía. Existen más de 300 puntos de acupuntura en el sistema de meridianos.²⁹⁵

292 Escuela Tradicional de Tai-chi chuan. En: Méndez, Liduvina; 2012: 24.

293 Los yoguis, eran los practicantes del yoga.

294 UNAL, s/f: 01.

295 QMayor Magazine, 2020.

Meditación con visualización. Es otra técnica bastante utilizada por Actoras de Cambio para conectar con la transformación, las nuevas posibilidades y oportunidades. Tanto la meditación como la visualización son métodos importantes para reencauzar, equilibrar y armonizar la energía²⁹⁶. Al igual que muchas otras, la meditación con visualización no siempre es reconocida como terapia por el mundo occidental.

La kinesiología. Es la ciencia que estudia el movimiento. Etimológicamente, el término proviene de dos palabras griegas, kinesis que significa movimiento, y logos que significa estudio, conocimiento. La kinesiología es una ciencia moderna que nació y se desarrolló desde finales del siglo XIX. La kinesiología es un conjunto de herramientas terapéuticas que se derivan de una amplia diversidad de disciplinas. Desde la antigua medicina china, pasando por el conocimiento médico occidental moderno y el enfoque holístico, la kinesiología estudia en profundidad la anatomía humana y la fisiología, especialmente lo referente a los músculos y huesos, principales agentes de nuestra movilidad. El objetivo principal de la kinesiología, es la salud motora corporal, para lo cual se centra en el tratamiento de los músculos y puntos de acupuntura, a través de los cuales se produce la comunicación de los distintos órganos correspondientes a esos músculos, que actúan sobre el sistema nervioso. Desde ahí se van equilibrando los demás sistemas corporales: el nervioso, el locomotor, el circulatorio, el vestibular, el respiratorio, el digestivo y el de drenaje.²⁹⁷

Gimnasia cerebral. Consiste en ejercicios corporales de conexión, con respiración consciente, que estimulan los hemisferios cerebrales, dependiendo de la naturaleza de los mismos. La gimnasia cerebral sirve para activar y potenciar el funcionamiento

296 Méndez, 2020b: 133.

297 Centro Cike, s/f.

de nuestro cerebro, el cual está dividido en dos hemisferios, el izquierdo y el derecho. El hemisferio izquierdo cumple funciones de orden lógico, operaciones matemáticas, control del lenguaje hablado y escrito, razonamiento; y el hemisferio derecho se relaciona con las emociones, las habilidades artísticas, la imaginación, el ritmo y el sentido musical. La gimnasia cerebral ayuda a mejorar las capacidades intelectuales, físicas y emocionales, incrementando las posibilidades de aprendizaje y la coordinación del cuerpo, al activar y conectar los dos hemisferios cerebrales²⁹⁸ para que puedan trabajar juntos en los procesos de aprendizaje y para la apertura a nuevas formas de ver, percibir la realidad para transformarla.

5.10 Claves de su pedagogía²⁹⁹

En vista de que la formación constituye un componente fundamental de la propuesta de la **Colectiva Actoras de Cambio**, a lo largo de su caminar, ha ido identificando algunas claves fundamentales de su pedagogía, entre las cuales, destacan las siguientes.

Promover la conformación de grupos de autoconciencia, como espacios privilegiados para que las mujeres sobrevivientes de violencia sexual puedan romper el silencio y compartir con otras sus historias, con el fin de sanar los traumas ocasionados por la experiencia, resignificar las memorias de dolor y convertirse en actoras de cambio en sus territorios.

Poner la vida de las mujeres al centro, estando permanentemente a la escucha de sus necesidades e intereses.

Reconocer colectivamente la autoridad de las mujeres, validando y legitimando

²⁹⁸ Orellana, 2010: 07.

²⁹⁹ Este apartado fue construido con aportes de Amandine Fulchiron (13/04/2021), Elsa Rabanales (06/04/2021), Virginia Gálvez (22/03/2021) y Liduvina Méndez (29/03/2021).

nuestras miradas, nuestra palabra, nuestro sentir y nuestra acción, como los contenidos de la justicia que podemos concretar en nuestros territorios, para transformar nuestra condición colectiva como mujeres.

Respetar los conocimientos de todas por igual como puntos de partida para la construcción colectiva, reconociendo que todas somos portadoras de conocimientos y poderes, y que no hay sabiduría mejor que la otra; pues tanto las abuelas como las jóvenes tienen mucho que aportar al proceso, desde sus experiencias particulares.

Propiciar la interconexión amorosa, entre las mujeres y con todo lo que existe.

Mantener la observancia del racismo, la misoginia, la homofobia y el clasismo, como decisión política, para nombrarlos de manera compasiva, aceptando lo que son -fuera de la idealización-, y buscando los mecanismos para transformarlos.

Respetar las distintas cosmovisiones de las mujeres que participan en los procesos, reconociéndolas, validándolas en condiciones de igualdad y recuperando sus conocimientos ancestrales.

Rescatar la memoria colectiva de los grupos de mujeres, en sus idiomas maternos.

Promover el diálogo permanente entre las mujeres participantes y con el equipo de Actoras de Cambio, con el objetivo de llegar a consensos y tomar decisiones conjuntas en el proceso, evitando así que el acompañamiento se realice desde una posición paternalista o maternalista.

Asumir la corresponsabilidad del proceso, entendiendo que cada una tiene la responsabilidad de su propio proceso y que todas son responsables del proceso colectivo.

Fomentar la autonomía, tanto de las mujeres de los grupos y las redes, como de las integrantes del equipo, como elemento fundamental de la recuperación del ser y de la toma de decisiones desde allí.

Promover la horizontalidad entre las mujeres que participan en los grupos, pero también entre ellas y quienes las acompañan, pues las integrantes del equipo no se posicionan en el proceso como las expertas ni las profesionales, sino también como sobrevivientes de violencia sexual, lo cual permite la construcción de relaciones horizontales.

Propiciar la construcción de pensamiento crítico, a través del ejercicio permanente del debate de todos los temas necesarios y del derecho al cuestionamiento de las posiciones de poder.

Estimular el desarrollo de la creatividad en las mujeres, a través de herramientas como la gimnasia cerebral, el movimiento del cuerpo, el disfrute y la alegría, con el fin de incrementar las posibilidades de aprendizaje, de construcción de pensamiento, de capacidades para la acción y de cocreación colectiva.

Ser flexibles en la construcción del proceso, pues en algún momento del camino las condiciones pueden cambiar, y aunque los objetivos deben permanecer claros, la operativización puede variar, en función de los ritmos, posibilidades y necesidades de las mujeres.

Promover la experiencia del bienestar y el disfrute, como alternativa al aprendizaje de la erotización de la violencia, que nos ha enseñado a las mujeres a amar aquello que nos destruye.

Abrir espacios de sanación para las integrantes del equipo, reconociendo la importancia de sanar las relaciones de poder al interior del equipo y la necesidad de vivenciar la sanación como un estilo de vida, previo al acompañamiento de otras.

Transitar del papel de la terapeuta hacia la facilitadora, partiendo de que el acompañamiento de Actoras de Cambio no se realiza desde la terapia convencional que confiere el protagonismo a la terapeuta, sino que privilegia la facilitación, y respeta los ritmos, los tiempos, las posibilidades y la libertad de cada una en la construcción de su propio camino terapéutico, en el incremento de su consciencia y en la construcción de sus significaciones personales.

5.11 El fin último de la propuesta³⁰⁰

Al igual que en sus inicios, la propuesta de formación sanación de Actoras de Cambio en la actualidad, busca contribuir a la construcción de la autonomía, la libertad y la justicia de las mujeres, a partir de la recuperación de su poder propio, para que puedan construir condiciones de posibilidad para vivir sin violencia y con el “corazón contento” -como ellas lo expresan-, en los distintos espacios donde se desarrolla su vida cotidiana: la familia, el grupo, la comunidad, el ámbito laboral y la sociedad en general.

³⁰⁰ Este apartado se construyó con aportes de Amandine Fulchiron (13/04/2021), Virginia Gálvez (22/03/2021), Elsa Rabanales (06/04/2021) y Liduvina Méndez (29/03/2021).

Por eso, la estrategia de Actoras de Cambio está enfocada en la construcción de territorios libres de violencia sexual contra las mujeres, para que las mujeres puedan vivir en un mundo distinto, con dignidad, con libertad, con conciencia de sí mismas, con posibilidades de construir, de crear y de cocrear.

La propuesta también busca contribuir a la creación de un nuevo proyecto civilizatorio³⁰¹, a partir de una construcción simbólica biocéntrica, que permita una nueva organización social en torno al cuidado de la vida, donde cada elemento del cosmos tenga un lugar, y donde todas y todos ocupemos el lugar que nos corresponde, desde las relaciones horizontales y desde la libertad de las diferentes expresiones de la vida en armonía, equilibrio y sincronía.


La recuperación del equilibrio, de la fuerza interior, de la alegría, del disfrute y de “lo erótico como poder”³⁰² en las vidas de las mujeres, tiene un papel muy importante en esta transformación de nuestra realidad y en la construcción de ese nuevo proyecto civilizatorio, energéticamente vinculado al bienestar, al buen vivir, personal, colectivo y universal.

En última instancia, la propuesta busca que las mujeres vivamos como seres plenos, autónomos, sin subordinaciones, sin hegemonía. Que la violencia sexual contra nosotras no se repita, que las relaciones entre hombres y mujeres no estén marcadas por el terror nunca más, y que poco a poco vaya creciendo la conciencia de que, la interconexión amorosa entre los seres que habitamos el cosmos, es posible, es urgente y es justa.

301 Como lo nombra Margarita Pisano.

302 Audre Lorde.

Logros y desafíos

“Hoy vemos con enorme gratitud que [...las] mujeres dejaron atrás la culpa, la vergüenza, el terror, la víctima. Ellas suelen decir que hoy tienen «el corazón contento». De ese modo se puede sintetizar el logro más importante de la propuesta, pues el «corazón contento» implica que lograron suturar cada una de las heridas que fueron abiertas con la crueldad de la guerra, que están en paz, que se sienten bien con su vida, que están alegres con lo que ahora hacen, que ya no se sienten estresadas ni amenazadas por su marido, ni por las represalias externas, ni por la estigmatización social, que se sienten libres de hablar, de caminar, de bailar. La «vida contenta» también implica que lograron retejer un lugar distinto para ellas en sus comunidades, que ya no son excluidas, que ya no son las parias, [...] y que ya tienen un lugar justo a nivel comunitario.”

Colectiva Actoras de Cambio

6.1 Principales logros³⁰³

Han transcurrido ya varios años desde que Actoras de Cambio inició este desafiante pero apasionante camino en distintos lugares del país y, sin duda ha valido la pena recorrerlo, pues los logros han sido numerosos y definitivamente satisfactorios, particularmente por los cambios que se han producido en las vidas de las mujeres que lo inspiraron, cambios que no fueron propiciados por el Estado guatemalteco, sino por la apuesta política de una organización social que buscó contribuir a la reconstrucción de las vidas de las mujeres mayas que sufrieron en sus cuerpos la ignominia de la guerra en una sociedad altamente patriarcal y racista.

Actoras de Cambio consiguió construir una propuesta que rebasó sus propias expectativas, y que hoy está siendo compartida con otras sujetas sociales, debido a que su alto potencial sanador, merece ser conocido y experimentado por todas las mujeres que soñamos con la transformación de nuestras vidas, de nuestras familias, de nuestras comunidades y de nuestra sociedad, sin tener que pasar por la tortuosa y frustrante experiencia de convertirnos en contestarias de un Estado que nunca ha respondido ni responderá a nuestras justas demandas, pues por su naturaleza patriarcal y colonial, no nos representa a las mujeres indígenas ni mestizas, ni está al servicio de nuestros intereses y necesidades.

En ese sentido, uno de los primeros logros de Actoras de Cambio fue colocar en el ámbito público el tema de la violencia sexual durante la guerra, y mostrar que no se trataba simplemente de un tema, sino de un grave problema social que implicó

303 Este apartado fue construido con los aportes de Liduvina Méndez (23 y 29/03/2021), Virginia Gálvez (22/03/2021); Elsa Rabanales (27 y 06/04/2021) y Amandine Fulchiron (13/04/2021).

serias violaciones a los derechos humanos de mujeres -mayas en su mayoría- durante el período genocida, lo que ha sido recogido y documentado en la publicación “Tejidos que lleva el alma. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado interno”, la cual presenta los resultados de una investigación realizada por un equipo multidisciplinario que fue coordinado por Amandine Fulchiron, y en palabras de la antropóloga guatemalteca Yolanda Aguilar, “Este podría ser considerado el tercer informe de memoria histórica realizado en Guatemala³⁰⁴. [Pues] Nunca antes se escribió en nuestro país sobre la violencia sexual cometida contra mujeres durante la guerra con este nivel de profundidad”³⁰⁵.

Sin duda, este fue un logro importante en la construcción de la memoria histórica de las mujeres mayas, pero el verdadero hito fue la ruptura del silencio por parte de las mujeres mam y chuj, quienes luego del II Festival Nacional por la Memoria, que fue organizado por la **Colectiva Actoras de Cambio** en Chimaltenango en el año 2011, con el lema “Yo soy voz de la memoria y cuerpo de la libertad”, decidieron romper el silencio en sus propias comunidades y dar públicamente sus testimonios de los horrores vividos en la época genocida, lo cual fue sustancial para sus vidas, porque de ese modo lograron romper con el estigma que se les había impuesto socialmente, de “mujeres putas”, “mujeres fáciles”, “mujeres del ejército” y empezaron a ser respetadas, convirtiéndose en lideresas y referentes para la resolución de problemas en sus comunidades³⁰⁶, principalmente con el acompañamiento a los casos de violencia sexual que se producen en la actualidad.

304 El primero fue el Informe “Guatemala: Nunca Más” del Proyecto Interdiocesano de Recuperación de la Memoria Histórica -REMHI- del Arzobispado de Guatemala, publicado en 1998 y el segundo fue el Informe “Guatemala, memoria del silencio” de la Comisión para el Esclarecimiento Histórico -CEH-, publicado en 1999.

305 Fulchiron *et. al.*, 2011: xviii.

306 Incluso algunos hombres y sus esposas se han acercado a ellas, para pedirles orientación en relación a métodos de planificación familiar y otros temas vinculados.

Claro que este momento llegó después de varios años de trabajo en la sanación de sus cuerpos, de su sexualidad, de la integralidad de su ser, de su subjetividad dañada; años de muchos esfuerzos por la recuperación de su poder propio y de su autoridad para ser, hacer y decidir; años de construcción de nuevos contenidos simbólicos de lo que significó para ellas la experiencia traumática vivida y de reconceptualización de lo que para ellas significa hoy la justicia, la reparación y la no repetición.

Hoy vemos con enorme gratitud que estas mujeres dejaron atrás la culpa, la vergüenza, el terror, la víctima. Ellas suelen decir que hoy tienen “el corazón contento”. De ese modo se puede sintetizar el logro más importante de la propuesta, pues el “corazón contento” implica que lograron suturar cada una de las heridas que fueron abiertas con la crueldad de la guerra, que están en paz, que se sienten bien con su vida, que están alegres con lo que ahora hacen, que ya no se sienten estresadas ni amenazadas por su marido, ni por las represalias externas, ni por la estigmatización social, que se sienten libres de hablar, de caminar, de bailar.

La vida contenta es la libertad de ser, de sentirse seguras de sí mismas, es la ausencia de miedo, es la tranquilidad que les produce el hecho de haber podido negociar las relaciones en sus familias, de haber tenido la capacidad de poner límites a su pareja, de sentirse respetadas y valoradas, de ser lideresas en sus comunidades³⁰⁷. La vida contenta también implica que lograron retejer un lugar distinto para ellas en sus comunidades,

³⁰⁷ Ahora participan activamente en asambleas comunitarias, toman el micrófono y hablan sin miedo, algunas forman parte y hasta tienen cargos en las juntas directivas de espacios organizativos como los Consejos Comunitarios de Desarrollo Urbano y Rural (COCODE), las Asociaciones de Padres de Familia, de los Comités de Mujeres, de Jóvenes, etc.

que ya no son excluidas, que ya no son las parias³⁰⁸, que ahora son autoridades, que son referentes, y que ya tienen un lugar justo a nivel comunitario. Si bien las mujeres mayores han ido transformando sus vidas y hoy participan en actividades que nunca antes imaginaron, como las obras de teatro y la batucada, las jóvenes se sienten cada vez con mayor fuerza, algunas incluso han tomado la decisión de retomar sus estudios. Esa vida contenta también les ha permitido a todas organizarse para transformar sus condiciones materiales, como el trabajo de alfarería que están realizando las mujeres de Mapá y el cultivo de hortalizas que están llevando a cabo las redes de mujeres.

El mayor logro de las mujeres entonces, es haber demostrado que es posible reconstruirse y reconstruir la vida desde otro lugar, re-existir desde un lugar justo, desde un lugar libre. Y al haber devenido en referentes, están accionando para ampliar esas posibilidades hacia otras mujeres en sus comunidades, para seguir construyendo la vida que desean, para las otras también. Una evidencia de ello, es que en las comunidades donde residen las mujeres de los grupos, antes no se hablaba de la violencia sexual ni de la violación sexual, pero ahora se sabe que es un crimen, y los hombres saben que existe un grupo de mujeres que va a actuar si esto sucede. Esto funciona como una especie de límite colectivo frente a la violencia y ha implicado una disminución de los casos de violencia sexual en esas comunidades. De este modo, las mujeres de los grupos y las redes están asumiendo un papel protagónico en la construcción de territorios libres de violencia sexual desde la memoria histórica de las mujeres, uno de los ejes de trabajo de la **Colectiva Actoras de Cambio** en la actualidad.

³⁰⁸ “La palabra paria carga históricamente con un significado peyorativo [despectivo], señala a los seres humanos marginales, explotados, invisibilizados como integrantes decisivos de la sociedad, estigmatizados por la marca del desprecio, condenados a la humillación y el escarnio [burla cruel]” (Martínez Aceves, s/f).

La realización de los procesos de formación sanación en los idiomas maternos de las mujeres, ha sido muy importante, en términos de construcción de autonomía y autodeterminación de los grupos y las redes, pues las mujeres toman colectivamente sus decisiones y definen sus dinámicas colectivas.

Actoras de Cambio también ha contribuido al fortalecimiento de las capacidades y la autonomía de las mujeres, en lo individual, como en el caso de las compañeras que hoy facilitan los procesos de sanación en los grupos de mujeres Mam, quienes anteriormente desempeñaron el rol de traductoras.

También se ha logrado, en buena medida, la desestructuración de las relaciones racistas, tanto entre las integrantes del equipo de Actoras de Cambio, como entre ellas y las mujeres que participan en los grupos.

En todo este proceso ha sido fundamental la recuperación y revalorización de los saberes ancestrales, tanto de la cosmovisión maya como de otras cosmovisiones milenarias, poniendo al centro el deseo de recuperar la vida, la libertad y el disfrute, en toda su plenitud y no solo desde las pequeñas grietas que nos deja el sistema. Así se fueron transformando las memorias sufrientes y dolorosas del pasado, y se fue construyendo una memoria histórica distinta, a partir de todos los hitos que han sostenido las vidas de las y los ancestros, y de las mismas mujeres, permitiéndoles reinterpretar el trauma de la violación sexual y establecer una nueva relación con el pasado y, por lo tanto, con el presente.

Otro logro importante es que la **Colectiva Actoras de Cambio** ha podido empezar en estos últimos años, a trabajar con otras mujeres diversas, que están vinculadas

a diferentes organizaciones del país, lo cual permite una difusión mayor de la propuesta de formación sanación y, sobre todo, la posibilidad de que cada vez más mujeres accedan a procesos de sanación. Esto ha ampliado también la posibilidad de fomentar la relación intergeneracional, lo cual ha sido un elemento clave, en tanto que ha contribuido a romper paradigmas y a fortalecer la comunicación y el aprendizaje mutuo entre mujeres de distintas generaciones, poniendo en común los intereses y los deseos de todas.

Varias jóvenes de organizaciones de mujeres y feministas, tanto mayas como mestizas, han tenido acceso a los procesos de formación sanación de Actoras, lo cual ha contribuido a despertar sus propios caminos. La apertura al diálogo, a la interlocución con otros grupos interesados, ha posibilitado la difusión de historias de vida, herramientas, materiales y metodología de la propuesta de la Colectiva, tanto dentro como fuera del país. En ese sentido, es posible afirmar que otro de los logros fundamentales, es que la **Colectiva Actoras de Cambio** ya tiene una propuesta metodológica con sobradas evidencias empíricas de que funciona, tanto para la sanación de las mujeres como para la transformación de la conciencia colectiva.

Actoras de Cambio también ha realizado varias publicaciones, que constituyen un material privilegiado sobre las distintas dimensiones de su propuesta de formación sanación, las cuales están siendo compartidas con un público cada vez mayor, enriqueciendo el trabajo de algunas mujeres que acompañan a otras sobrevivientes de violencia sexual en distintos lugares del país. Además, cuenta con un equipo de trabajo formado en su propuesta y con un alto nivel de compromiso con los procesos de formación sanación que acompaña, pero siempre abierto a seguir aprendiendo,

y a continuar en la búsqueda y en la construcción permanente de nuevos y mejores caminos para las mujeres y, en consecuencia, para la sociedad en su conjunto. En última instancia, a la **Colectiva Actoras de Cambio** le interesa continuar compartiendo la fuerza transformadora de la interacción amorosa, pues como dijera Martin Luther King, “La oscuridad no puede expulsar a la oscuridad: solo la luz puede hacerlo. El odio no puede expulsar al odio: solo el amor puede hacer eso”.

6.2 Desafíos más relevantes³⁰⁹

“Hemos contribuido a que las mujeres, solas o en compañía, construyan su libertad y desplieguen su creatividad, capacidades y habilidades para vivir con bienestar. Sin embargo, debido a que las decisiones siempre son una combinación entre lo personal y lo colectivo, sabemos también que, en los caminos hacia la liberación, nuestros retos aumentan, ya que los tejidos sociales, a la par que nos permiten sobrevivir, tienen controles sociales patriarcales muy duros de romper. Por ello, también hemos fortalecido nuestras ideas sobre las redes de mujeres como el caudal y sostenimiento de los cambios que se deciden hacer”³¹⁰.

Por otro lado, hasta ahora, la propuesta de formación sanación de la **Colectiva Actoras de Cambio**, ha sido construida y sistematizada, en su mayoría, por mujeres mestizas. Sería muy interesante que las mujeres mayas que están en los procesos continúen creando y nutriendo de contenidos la propuesta, desde su propia mirada y desde sus propias apuestas, para mejorarla o para convertirla en una propuesta

309 Este apartado se construyó con los aportes de Liduvina Méndez (29/03/2021), Virginia Gálvez (22/03/2021), Amandine Fulchiron (13/04/2021) y Sara Álvarez (12/04/2021).

310 Méndez, 2015: 19.

distinta. Lo importante es que enfrenten el desafío de asumir un papel protagónico en la continuación de este esfuerzo, que tiene todavía mucho para dar. Por ejemplo, esta propuesta puede servir para llegar a niños, niñas y adolescentes, en el trabajo para la erradicación de la violencia sexual, que es parte del sueño de Actoras de Cambio, como una vía para construir condiciones de no repetición. Lo importante es abrir el camino para que otras puedan seguir construyendo.

“Es imprescindible que se continúen trabajando los traumas individuales y colectivos, para transformar la cultura de los pueblos y de la sociedad, y que cada vez haya menos dolor, menos sufrimiento, menos rabia y todo aquello que enferma, que desequilibra, que desarmoniza la vida personal y familiar, porque en la medida en que existan más procesos de sanación con las organizaciones y con las mujeres, se van a generar más energías vitales para la construcción de algo diferente”³¹¹. Para la Colectiva, esto implica el desafío de ampliar su radio de acción, lo cual es complejo en este momento, cuando el equipo de trabajo es bastante pequeño.

Por otro lado, “es muy importante continuar sanando la trama colectiva de la violencia sexual con todas las mujeres porque, aunque no todas hayan experimentado la violación sexual como tal, existe una energía traumatizada de violencia, de abuso, en todos los cuerpos de las mujeres. Pero dado que han transcurrido ya varios años desde que inició el trabajo de sanación con mujeres que sufrieron violencia sexual durante la guerra, valdría la pena «remirar» el trabajo realizado, para identificar los puntos donde hemos sido asertivas y aquellos donde podemos mejorar”³¹².

311 Sara Álvarez (12/04/2021).

312 Sara Álvarez, 12/04/2021.

La propuesta y la experiencia de la **Colectiva Actoras de Cambio**, pueden ayudar a muchos otros procesos en cuanto a sanación, pero también en cuanto a memoria histórica, a mecanismos de no repetición, a la política entre mujeres, a nuevas conceptualizaciones de la justicia desde las mujeres, etc., para ir ampliando los horizontes a otras mujeres y a otros procesos, con el fin de que conozcan que efectivamente existe la posibilidad de salir de la violencia, de sanar, de actuar frente a la violencia, de transformarla, de construir una vida nueva, desde la esperanza. Por eso, un desafío importante es que la propuesta se vincule a otros procesos que ya existen en otras partes del país y fuera de él, para potenciarlos.

Durante mucho tiempo, la Colectiva tuvo que enfocarse en crear, en cocrear, en construir, en ir tejiendo la propuesta. Pero todo apunta a que llegó el momento de dar a conocer y difundir la propuesta, tanto como sea posible, para lo cual será necesario plantear una estrategia de comunicación. Lo interesante es que este desafío se presenta en un momento en el que hay más apertura por parte de algunas organizaciones y de muchas mujeres, sobre todo jóvenes.

Hasta ahora, la propuesta ha funcionado a nivel comunitario, desde lo local, y eso ha sido importante porque ha echado raíces en territorios concretos. El desafío ahora está en abrirse a la posibilidad de hacer nuevas alianzas con espacios más amplios en Guatemala y, posiblemente, desde una plataforma latinoamericana, con otras comunidades, con otros movimientos más jóvenes y, por lo tanto, más autónomos. El desafío es construir puentes para transmitir la experiencia, y formar a otras, trasladando los aprendizajes de Actoras de Cambio, para que su propuesta continúe aportando a través del tiempo, no necesariamente como un paradigma, pero sí a través de su espíritu de encuentro, sanación y transformación de la vida de las mujeres, en sus propios términos, significados y autoridades.

FUENTES

Bibliográficas y documentales

- Aguilar, Yolanda. (2012). “Sanar nuestros cuerpos, reconstruir nuestra memoria”. Memorias de un proceso para sanar heridas de mujeres colombianas sobrevivientes de violencia sexual y otras violencias, refugiadas en Ecuador 2009-2011. Serie Derechos de las Personas Refugiadas. Ecuador: Asylum Access Ecuador (AAE).
- Aguilar, Yolanda y Amandine Fulchiron. El carácter sexual de la cultura de violencia contra las mujeres. En: Zepeda López, Raúl *et. al.* (2005). Las violencias en Guatemala. Algunas perspectivas. Colección Cultura de Paz, No. 10. Guatemala: FLACSO/UNESCO.
- Arzobispado de Guatemala. Oficina de Derechos Humanos -ODHAG-. (1998). “Guatemala: Nunca Más”. Informe del Proyecto Interdiocesano de Recuperación de la Memoria Histórica -REMHI-. Guatemala: ODHAG.
- Capacitar International, Inc. (2011). Capacitar: sanar el trauma, empoderar el bienestar. Un método de educación popular multicultural para transformar el trauma. USA: Capacitar International, Inc.
- Capacitar Internacional. (s/f). <https://capacitar.org/work/what-capacitar-teaches/>
- Car, Glendy; Karin Eder y Manuela García Pú. (2005). La herencia de las abuelas y los abuelos en la medicina indígena maya. Primera edición. Guatemala: Asociación de Servicios Comunitarios de Salud (ASECSA).
- Centro Cike. (s/f). ¿Qué es y para qué sirve la kinesiología? Argentina: Centro Cike. Disponible en: <https://centrocike.com.ar/blog/que-es-la-kinesiologia-y-para-que-sirve/>
- Chacach Cutzal, Martín. (1994). La realidad lingüística en Guatemala. En: Caravelle. No. 63. 501 ans plus tard: Amérique Indienne 93. Pp. 239-248. Toulouse: Institut pluridisciplinaire pour les études sur les Amériques à Toulouse (IPEAT).
- Colectiva Actoras de Cambio. (2020). Plan Estratégico 2020 – 2029. Documento de uso interno. Guatemala: Colectiva Actoras de Cambio.
- Comisión para el Esclarecimiento Histórico -CEH-. (1999). “Guatemala, memoria del silencio”. Informe. Guatemala: UNOPS.
- Cooperacció. (2014). Hablemos de violencias. Hablan mujeres de Colombia y Guatemala. Barcelona: Cooperacció.
- Diemer, Deedre. (2005). Terapia con los Chakras. Guía práctica de autodiagnóstico y curación con los centros energéticos. 8ª edición. España: EDAF.
- Escuela Popular Campesina Kab’awil. (s/f). ¿Qué es el Consejo Campesino Kab’awil? Disponible en: [Consejo Campesino Kab’awil | escuela popular campesina kab’awil \(wordpress.com\)](http://consejocampesinokabawil.wordpress.com)
- Falquet, Jules. (Julio – Diciembre, 2014). Las feministas autónomas latinoamericanas y caribeñas: veinte años de disidencias. Universitas Humanística No. 78. Pp. 39-63. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Fernández Lozano, Paola. (Enero – Junio, 2017). Herramientas de control y subordinación. Reseña del libro “Feminismo inmodificado, discursos sobre la vida y el derecho” de Catharine MacKinnon. En: Revista Estudios de Género de El Colegio de México. 3(5). Pp. 210-216. México: El Colegio de México.
- Fulchiron, Amandine. (2018). La “Ley de Mujeres”. Amor, poder propio y autoridad. Mujeres sobrevivientes de violación sexual en guerra reinventan la justicia desde el cuerpo, la vida y la comunidad. Tesis doctoral. México: Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Disponible en: <http://132.248.9.195/ptd2018/septiembre/0780325/Index.html>

- Fulchiron, Amandine. (Septiembre – Diciembre, 2016). La violencia sexual como genocidio. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado en Guatemala. Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales. Nueva época. Año LXI. No. 228. Pp. 391-422. México: Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).
- Fulchiron, Amandine (Coord.), Olga Alicia Paz y Angélica López. (2011). “Tejidos que lleva el alma. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado interno”. Segunda edición. Guatemala: F&G Editores.
- Gálvez, Virginia. (2020). Abramos caminos de sanación para florecer juntas. Cuaderno guía para lideresas comunitarias. Guatemala: Colectiva Actoras de Cambio.
- Grupo de Mujeres Mayas Kaqla. (2004). La palabra y el sentir de las mujeres mayas de Kaqla. Guatemala: Grupo de Mujeres Mayas Kaqla.
- Grupo Esneca. (2019). Terapia transpersonal: qué es y para qué sirve. Disponible en: <https://www.esneca.com/blog/terapia-transpersonal-que-es/>
- Instituto Universitario de la Mujer -IUMUSAC- e Instituto de Estudios Interétnicos -IDEI-; Universidad de San Carlos de Guatemala. (2011). La urgencia de la historia. Justicia transicional, género y etnicidad en Guatemala. Colección Proyecto FOCINEG. Guatemala: Magna Terra Editores.
- Lima, Surama. (s/f). Medicina Maya en Guatemala. Guatemala: Asociación Pies de Occidente.
- Lorde, Audre. (2003). La hermana, la extranjera. Colección “La cosecha de nuestras madres”. Madrid: horas y HORAS la editorial.
- Martínez Aceves, Germán. (s/f). El paria o la escoria del mundo (reseña). México: Editorial de la Universidad Veracruzana. Disponible en: <https://www.uv.mx/editorial/resenas/el-paria-o-la-escoria-del-mundo/>
- Martínez Aniorte, Juan Carlos. (2009). Miradas a los espejos. ¿Por qué la recuperación de la memoria histórica? En: Instituto de Transformación de Conflictos para la Construcción de la Paz en Guatemala -INTRAPAZ-. (2009). La recuperación de la memoria histórica y sus dilemas. Textos Universitarios de Reflexión Crítica No. 1. Guatemala: Universidad Rafael Landívar, INTRAPAZ.
- Mathes Cane, Patricia. (Octubre, 2002). Sociedades traumatizadas que aprenden a sanar. Revista Envío Digital. Información sobre Nicaragua y Centroamérica. Número 247. Managua: Universidad Centro Americana (UCA). Disponible en: [Revista Envío - Sociedades traumatizadas que aprenden a sanar \(envio.org.ni\)](http://www.envio.org.ni)
- Méndez, Liduvina. (22 de Septiembre de 2021). Notas de su participación en el “Foro virtual: Sanación feminista como proceso emancipador”. Organizado por: Centro Q’anil, Sector de Mujeres, Asociación La Cuerda, Ixqik, Ak’abal y otras organizaciones. Documento inédito.
- Méndez, Liduvina. (2020a). Metodología de formación sanación con mujeres sobrevivientes de violencia sexual y de la guerra en Guatemala. Segunda impresión. Guatemala: Colectiva Actoras de Cambio.
- Méndez, Liduvina. (2020b). Mujeres sanando y transformando sus vidas. Cuaderno metodológico para acompañar a sobrevivientes de violencia sexual. Guatemala: Colectiva Actoras de Cambio.
- Méndez, Liduvina. (2015). Sistematización de la metodología de formación sanación con mujeres sobrevivientes de violencia sexual y de la guerra en Guatemala. Guatemala: Colectiva Actoras de Cambio.
- Méndez, Liduvina. (2012). Compendio de técnicas de apoyo pedagógico para profesoras y profesores. Guías metodológicas: dialoguemos sobre memoria histórica y violencia sexual con las y los estudiantes de educación básica. Guatemala: Colectiva Actoras de Cambio.
- Méndez, Luz y Walda Barrios. (2010). Caminos recorridos: luchas y situación de las mujeres a trece años de los Acuerdos de Paz. Primera edición. Guatemala: UNAMG.

- Milenio Digital. (21 de Febrero de 2019). Las lenguas indígenas no son dialectos; aquí la razón. Disponible en: <https://www.milenio.com/cultura/las-lenguas-indigenas-no-son-dialectos>
- Muñoz, Lily. (2018). El femicidio en el marco de los estudios de la violencia contra las mujeres en la región centroamericana. En: Monzón, Ana Silvia -Compiladora-. (2020). Antología del pensamiento crítico guatemalteco contemporáneo. Colección Antologías del Pensamiento Social Latinoamericano y Caribeño. Primera edición. Buenos Aires: CLACSO.
- Muñoz, Lily. (2013). Mujeres mayas, genocidio y delitos contra los deberes de humanidad. Guatemala: Centro para la Acción Legal en Derechos Humanos (CALDH).
- Ocaña, Juan Carlos. (2003). Apartheid. Historia de las relaciones internacionales durante el siglo XX. Glosario. Disponible en: <http://www.historiasiglo20.org/GLOS/apartheid.htm>
- Orellana Peralta, Diana Cecilia. (2010). Estudio de la gimnasia cerebral en niños de preescolar. Tesina previa a la obtención del título de Licenciada en Psicología en la Especialidad de Educación Temprana. Ecuador: Universidad de Cuenca.
- Paz Amado, Natalia – Feministas Lúcidas. (2020). Introducción al feminismo radical: ser feminista desde la raíz. Disponible en: <https://www.lunaepf.com/2020/03/25/introduccion-al-feminismo-radical-ser-feminista-desde-la-raiz/>
- Primer Tribunal de Conciencia de las Mujeres de Guatemala. (1998). Sentencia emitida. Disponible en: https://biblioteca.cejamericas.org/bitstream/handle/2015/3415/Sentencia_primer_tribunal_guate.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- QMayor Magazine. (Julio, 2020). Meridianos en acupuntura y medicina china. Disponible en: <https://www.qmayor.com/radar-qm/acupuntura/>
- Ranea Triviño, Beatriz. (2019). Feminismos. Antología de textos feministas para uso de las generaciones más jóvenes, y de las que no lo son tanto. Madrid: Editorial Catarata.
- Real Academia de la Lengua Española -RAE-. (2020 actualización). Diccionario de la Lengua Española. Edición del Tricentenario. Disponible en: <https://dle.rae.es/>
- Reguero Ríos, Patricia. (07 de Marzo del 2020). ¿Qué es y cómo se hace justicia feminista? Periódico “El Salto” Digital. Disponible en: <https://www.elsaltodiario.com/feminismos/justicia-feminista-que-es-como-se-hace>
- Riera, Graciela. (s/f). Terapia Integrativa Avanzada. Disponible en: <https://sites.google.com/site/gracielariera1/la-terapia>
- Segato, Rita. (2008). ¿Qué es un feminicidio? Notas para un debate emergente. En: Belausteguigoitia, Marisa y Lucía Melgar -Coordinadoras-. (2008). Fronteras, violencia y justicia: nuevos discursos. Colección Seminarios. Elsa Rabanales, 06/04/2021. México: UNAM, Programa Universitario de Estudios de Género.
- Sotil García, Gabel Daniel. (2015). La importancia del idioma. Conservarlo, es conservar la cultura; perderlo es perder la cultura. Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana (UNAP). Disponible en: <https://www.unapiquitos.edu.pe/contenido/opiniones/La-importancia-del-idioma.html>
- Svendsen, Kristin. (2007). Por ser mujer. Limitantes del sistema de justicia ante muertes violentas de mujeres y víctimas de delitos sexuales. Guatemala: ICCPG.
- Thomen Bastardas, Marta. (2019). ¿Qué es el tapping: técnica de liberación emocional? Disponible en: <https://www.psicologia-online.com/que-es-el-tapping-tecnica-de-liberacion-emocional-4603.html>
- Torres, Arturo. (s/f). Los arquetipos según Carl Gustav Jung. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/psicologia/arquetipos-carl-gustav-jung>
- Universidad Nacional de Colombia -UNAL-. (s/f). El Yoga. Colombia: UNAL, Sede Medellín. Disponible en: <https://minas.medellin.unal.edu.co/descargas/Principalesbeneficiosdelyoga.pdf>

Entrevistas realizadas a las integrantes del equipo de la Colectiva Actoras de Cambio

- Amandine Fulchiron, Cofundadora del Consorcio Actoras de Cambio y de la Colectiva Actoras de Cambio, e integrante del equipo hasta el año 2014. Entrevista realizada el 25 de marzo y el 13 de abril de 2021.
- Elsa Rabanales Vásquez, Promotora Mam. Entrevista realizada el 27 de marzo y el 06 de abril de 2021.
- Hermencia López Díaz, Promotora Mam. Entrevista realizada el 28 de marzo de 2021.
- Liduvina Méndez, Cofundadora de la Colectiva Actoras de Cambio y Orientadora estratégica. Entrevista realizada el 23, 24, 26 y 29 de marzo de 2021.
- Sara Álvarez Medrano, Responsable de formación entre los años 2006 y 2008. Entrevista realizada el 12 de abril de 2021.
- Virginia Elizabeth Gálvez Rafael, Gestora en líneas estratégicas. Entrevista realizada el 22 de marzo de 2021.

“Sanando con todos los sentidos despiertos. Con los cuerpos floreciendo como en una primavera del color. Escuchando la voz de nuestros corazones recuperamos el espíritu de vida. Estamos auto determinadas a vivir en paz, con justicia, dignidad, alegría y libertad.”

COLECTIVA
**ACTORAS
DE CAMBIO**

Con el apoyo de:



COLECTIVA
**ACTORAS
DE CAMBIO**



Agència Catalana
de Cooperació
al Desenvolupament



Internacionalisme
Solidaritat
Feminismes



Con apoyo de:

fcam
Fondo Centroamericano
de Mujeres