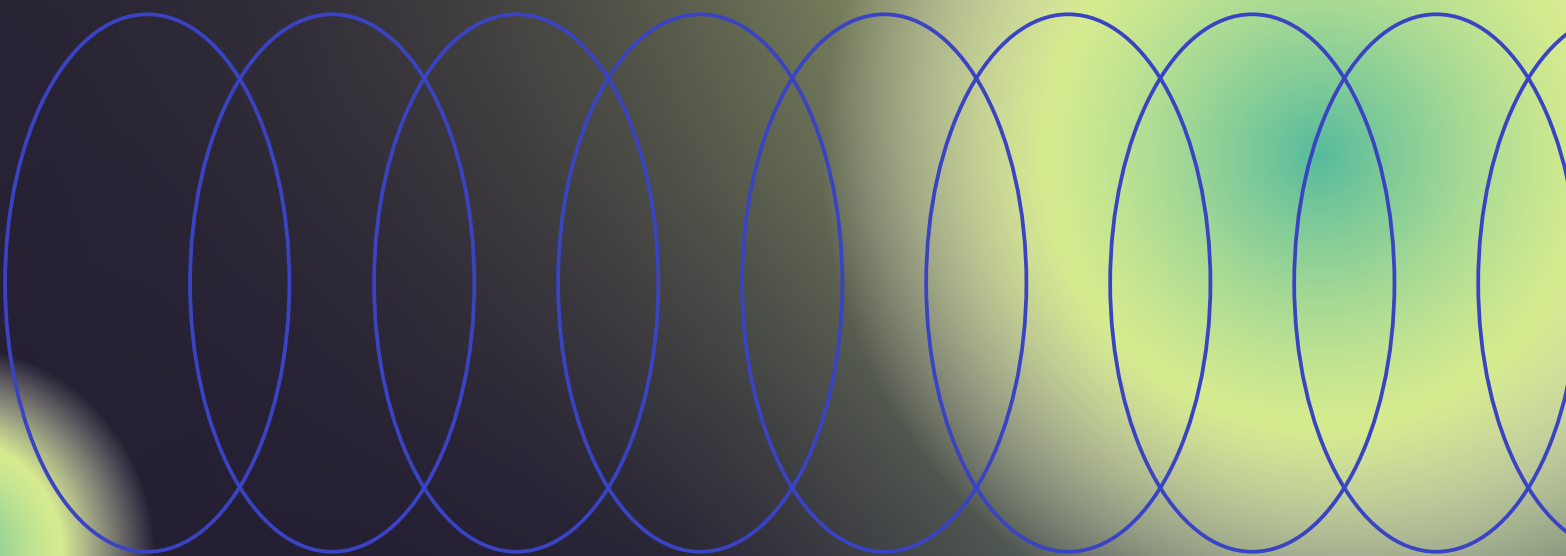
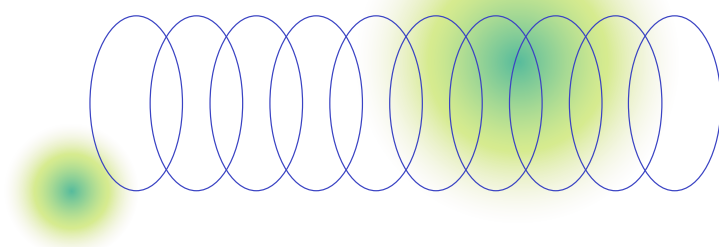




MIILAB PAZ
SEGURIDAD
Y CUIDADOS

LA PAZ COTIDIANA COMO SISTEMA VIVO: lecturas desde los territorios colombianos

Documento de trabajo No. 2
Julio 2026

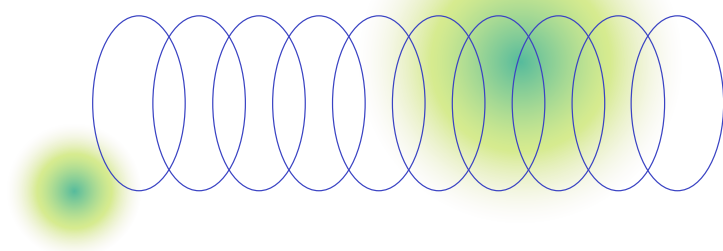


DOCUMENTO DE TRABAJO DEL LABORATORIO DE PAZ, SEGURIDAD, CUIDADOS¹

Resumen

Este documento desarrolla una aproximación a la paz cotidiana como un sistema vivo y como técnica de la insistencia, a partir de la experiencia de mujeres en territorios colombianos atravesados por el conflicto armado y la violencia. Frente a los enfoques dominantes de construcción de paz (centrados en acuerdos formales, marcos normativos y concepciones institucionales de seguridad), tiene como punto de partida la conceptualización y la práctica vivida de la paz cotidiana por parte de las mujeres en Quibdó, el Bajo Atrato, Cali y Tierralta. Para ello adopta una metodología cualitativa y participativa, basada en encuentros-laboratorio, talleres y entrevistas semiestructuradas con organizaciones comunitarias, desarrollados durante 2025. Los resultados muestran que la paz cotidiana es comprendida como un proceso encarnado, multiescalar y sostenido, anclado en el cuidado, la espiritualidad, la memoria activa, la justicia epistémica y la garantía de condiciones materiales de vida. Estas prácticas operan simultáneamente en tres dimensiones interrelacionadas: acciones de contención y defensa de la vida, transformaciones de los fundamentos de la vida en común, y cambios en percepciones y valores. La contribución central del documento consiste en desplazar el énfasis analítico desde el sujeto que construye paz hacia la naturaleza sistémica y relacional de la paz cotidiana, entendiéndose como técnica de la insistencia, que disputa desde los márgenes las condiciones bajo las cuales la violencia se reproduce.

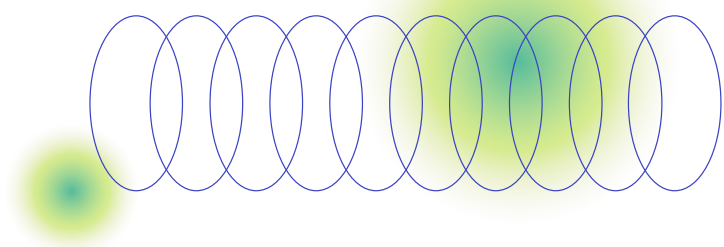
1 Redacción: Luisa Salazar Escalante y Sofía Pérez Gil. Recolección de datos, archivo, sistematización, revisión y edición: Juliana Hernández de la Torre, Sofía Pérez Gil, Luisa Salazar Escalante, Estefanía Serna y Luisa Uribe. Coordinación general: Arlene B. Tickner.



INTRODUCCIÓN

Este documento se sitúa en un momento particular del debate nacional e internacional sobre la construcción de paz. Durante las últimas décadas, y de manera especial tras la firma del Acuerdo de Paz en Colombia en 2016, se ha consolidado un conjunto de políticas, marcos normativos y agendas internacionales —entre ellas la de Mujeres, Paz y Seguridad, anclada en la Resolución 1325 del Consejo de Seguridad de Naciones Unidas— orientado a incluir las experiencias de las mujeres y reconocer los impactos diferenciales de los conflictos violentos en ellas. Pese a ello, persiste una brecha significativa entre las concepciones institucionales de paz y seguridad, formuladas desde el nivel estatal o multilateral, y las prácticas cotidianas mediante las cuales comunidades enteras, y particularmente las mujeres, sostienen, reparan y defienden la vida en contextos de violencia prolongada. Lo anterior confirma que la paz no comienza ni termina con la firma de un acuerdo; también se teje en lo cotidiano, en las prácticas de cuidado, la defensa silenciosa de la vida, la memoria activa, la espiritualidad y la organización comunitaria que resiste a la violencia.

El documento se inscribe en esa tensión y se pregunta: *¿cómo conceptualizan y practican la paz cotidiana las mujeres en territorios colombianos afectados por el conflicto armado y la violencia?* Partimos del supuesto de que las formas situadas de construir paz no son meras estrategias de supervivencia, ni respuestas adaptativas al abandono institucional: son técnicas de la insistencia, prácticas relacionales, materiales y políticas elaboradas y transmitidas colectivamente, que insisten en la vida digna, rehacen lo común y disputan los sentidos hegemónicos de la paz, incluso cuando las condiciones estructurales que producen la violencia persisten.

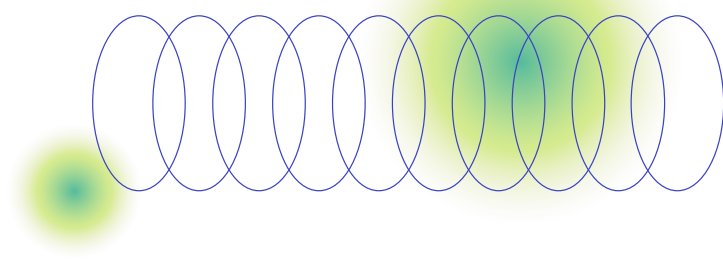


1. ¿Por qué hablar de paz cotidiana?

La pregunta por la paz cotidiana emerge de una insatisfacción académica y política con los marcos dominantes de construcción de paz. Durante décadas, tanto las reflexiones académicas como las políticas nacionales e internacionales han gravitado en torno a una concepción de la paz como resultado de acuerdos negociados entre los Estados y las insurgencias armadas, que incluyen marcos normativos, resoluciones del Consejo de Seguridad, acuerdos formales de cese al fuego, entre otros. Si bien en Colombia la firma del Acuerdo de Paz en 2016 representó un hito dentro de esta lógica, su énfasis institucional ha tendido a invisibilizar algo que ocurre de manera sostenida, aunque silenciosa: la paz que comunidades enteras construyen cada día en sus territorios, al margen, y muchas veces a pesar de los procesos formales.

El concepto de paz cotidiana, sistematizado inicialmente por Mac Ginty (2021), nombra precisamente ese desplazamiento: del foco puesto en las grandes estructuras y los pactos entre actores formales de un proceso de paz, hacia las prácticas individuales, familiares, comunitarias y locales que evitan, mitigan o resignifican la violencia en la vida ordinaria. Mac Ginty y Firchow (2016) documentan una brecha fundamental entre cómo entienden la paz los actores estatales e internacionales y cómo la construyen las personas que viven en contextos de conflicto prolongado. Mientras las narrativas desde arriba tienden a identificar la paz con la restauración de la legitimidad estatal y la eficiencia institucional, las narrativas desde abajo revelan que para las comunidades la paz es la creación de relaciones de confianza cotidiana, el acceso a recursos básicos, la seguridad personal y comunitaria, y la capacidad de agencia sobre las decisiones que afectan sus vidas.

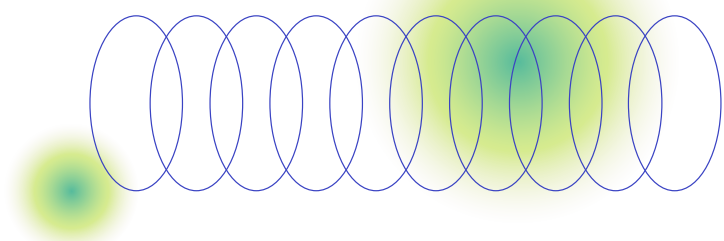
Esta brecha no es solo descriptiva, sino que tiene consecuencias políticas y epistémicas. Como señala Lederach (1997), la construcción de paz sostenible requiere atender simultáneamente los niveles de liderazgo de élite, los actores de alcance medio y las bases comunitarias. Pero esta articulación raramente ocurre, y los saberes y prácticas que sostienen la paz en las comunidades no suelen ser reconocidos como conocimiento legítimo. Desde los enfoques críticos latinoamericanos, este vacío ha sido abordado como parte de un giro epistemológico más amplio, denominado por algunos autores como enfoque pazológico (Muñoz, 2001; Comins, 2018), que cuestiona los enfoques liberales de paz centrados en la estabilización institucional, e invisibiliza los saberes y prácticas ancestrales y comunitarias ya existentes en los territorios.



La crítica decolonial profundiza este argumento. Azarmandi (2023) señala que los marcos dominantes de paz han operado con un silencio racial y colonial: estudian la violencia en el Sur Global como resultado de divisiones étnicas o religiosas, mientras invisibilizan la violencia estructural producida por la colonialidad y el capitalismo. Maldonado-Torres (2020) ha nombrado este fenómeno como “colonialidad de la paz”, en el que las nociones hegemónicas de paz universal, ancladas en el derecho internacional, los derechos humanos liberales y la legitimidad estatal, no son neutras, sino que están enraizadas en una epistemología eurocéntrica. En respuesta, FitzGerald (2024) propone una aproximación pluriversal, que reconozca múltiples mundos y formas de ser y conocer irreductiblemente distintos. Desde Colombia, esta pluralidad ha sido nombrada con la categoría de “pazes” (Vásquez, 2020; Madrid Restrepo, 2024), que hace de la paz un proceso anclado en el hacer cotidiano y comunitario de defensa de la vida.

Hablar de paz cotidiana implica también reconocer que esta no es solo una estrategia de supervivencia ni una respuesta adaptativa al abandono institucional. Como muestra este documento y como argumentan autoras como Berents (2018) y Blomqvist et al. (2021), las prácticas cotidianas de paz tienen simultáneamente un carácter adaptativo —en tanto responden a necesidades concretas en contextos de violencia— y un potencial transformador —en tanto reconfiguran relaciones sociales, sentidos compartidos sobre la dignidad y formas de organizar la vida en común—. En este sentido, la paz cotidiana no es la versión menor o local de la paz “real”: es una forma de paz con lógica propia, criterios particulares de legitimidad y capacidad de producir cambios que los acuerdos formales no pueden generar por sí solos.

Finalmente, hablar de paz cotidiana es políticamente urgente en contextos como el colombiano, donde la violencia estructural persiste mucho después de los acuerdos formales. Si bien la paz institucional puede decretar el fin formal del conflicto armado, la paz cotidiana es la que sostiene la vida digna, mientras las promesas institucionales tardan en llegar —o no llegan— a los territorios (Ruiz Botero, 2020; Rettberg, Salazar-Escalante y Vargas, 2025). Reconocer esta dimensión de la paz no implica romantizarla ni eximir al Estado de sus responsabilidades, sino ampliar los marcos analíticos y políticos para ver, valorar y proteger aquello que ya existe.



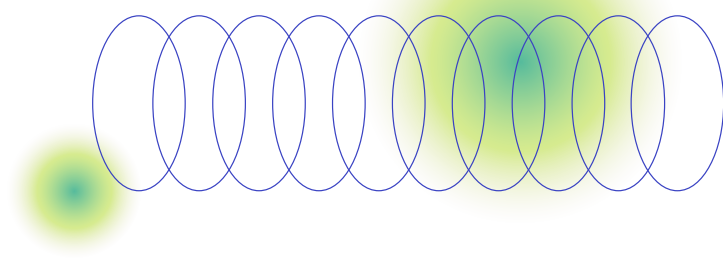
2. ¿Cuál es el lugar de las mujeres en la paz cotidiana?

Las mujeres no son solo víctimas del conflicto armado. Tampoco son simplemente “incluidas” en los procesos de paz cuando se les reserva un porcentaje en una mesa de negociación. En los territorios colombianos —y especialmente en aquellos más golpeados por la violencia—, las mujeres son en la práctica las principales constructoras diarias de la paz.

Más que la supuesta naturaleza pacífica o maternal de las mujeres, esto tiene relación con una realidad estructural: en contextos de conflicto armado y violencia prolongada, son los cuerpos racializados y feminizados los que amortiguan los efectos de la guerra, sostienen las redes de cuidado y mantienen en funcionamiento los tejidos comunitarios que permiten que la vida continúe (Westman, 2023; Curiel y Falconí Través, 2023).

La agenda internacional de Mujeres, Paz y Seguridad, anclada en la Resolución 1325 del Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas (2000), constituyó un avance importante al reconocer los impactos diferenciados de los conflictos violentos sobre las mujeres y al exigir su participación en los procesos de paz. Sin embargo, esta agenda ha tendido a subsumir a las mujeres en categorías compartimentadas: “mujeres y niños”, “víctimas del conflicto”, y a incorporarlas instrumentalmente a marcos diseñados sin ellas (Mac Ginty y Firchow, 2016; Wibben y Donahoe, 2020). Cuando se escuchan las narrativas locales de las mujeres, emergen agendas que exceden la ausencia de enfrentamientos armados. Por ejemplo, se hace visible la seguridad personal frente a la violencia sexual, el acceso a recursos para alimentar a las familias, el cuidado de espacios comunitarios y la política informal de lideresas comunitarias. La diferencia no es solo de escala, sino de naturaleza: las mujeres practican la paz como proceso relacional y encarnado, no como resultado de pactos o negociaciones formales de paz.

Desde los feminismos, Wibben y Donahoe (2020) señalan que una aproximación feminista a la paz desplaza el foco desde los acuerdos formales hacia la vida cotidiana, la corporalidad y las relaciones de poder interseccionales, concibiendo paz y violencia como procesos continuos que se manifiestan en múltiples niveles. La etnografía urbana de Berents (2018) en Medellín ilustra esta idea: la agencia local de las mujeres jóvenes en las comunas más violentas configura una paz vivida en el cuerpo, en las emociones y en las relaciones —una paz encarnada— que

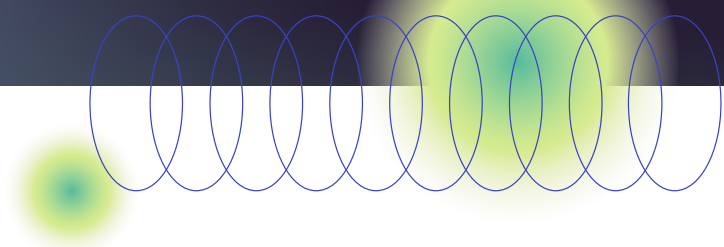


no espera ni depende del reconocimiento institucional. Estudios sobre liderazgos afrofeministas en Colombia (Zulver, 2021; Acosta-Navas, 2021; Solano-Nivia et al., 2022) y sobre contextos rurales y étnicos (Rettberg, Salazar-Escalante y Vargas, 2025) confirman que las mujeres despliegan prácticas de cuidado, resistencia, organización y memoria que configuran una política desde abajo.

La ética del cuidado ofrece un marco conceptual que permite enmarcar estas prácticas cotidianas de cuidado. Desarrollada por Gilligan (1994) y politizada por Comins Mingol (2009), esta ética identifica una orientación moral que enfatiza la interdependencia, la responsabilidad relacional y la atención a las necesidades concretas. Aplicada a la construcción de paz, desplaza su fundamento desde la ausencia de conflicto hacia la transformación de relaciones hacia el cuidado mutuo reconocido. Las mujeres, históricamente encargadas de reproducir las condiciones materiales y afectivas de la vida, han desarrollado y transmitido intergeneracionalmente un conocimiento práctico sobre cómo sostener la vida en condiciones adversas. Sin embargo, es crucial insistir con Tronto (1993) y Paperman y Laugier (2011) en que el cuidado no es una virtud femenina innata, sino una práctica social cuyas cargas están desigualmente distribuidas según género, raza y clase. En consecuencia, reconocerlo como pilar de la paz cotidiana implica politizarlo y exigir su redistribución justa.

Desde los feminismos comunitarios de Abya Yala, Cabnal (2018) profundiza esta perspectiva al proponer la noción de territorio-cuerpo-tierra: la continuidad entre el cuerpo de las mujeres y los territorios que habitan hace que cuidar sea también resguardar la vida y disputar las lógicas que convierten los territorios en zonas de violencia y extracción. Esta articulación entre el cuerpo como primer territorio y la defensa del territorio colectivo es fundamental para entender el lugar de las mujeres afrodescendientes e indígenas en la paz cotidiana: su práctica de paz no es separable de su práctica territorial. Desde los feminismos negros latinoamericanos, González (1988) entiende el cuidado como tecnología ancestral, espiritual y política inscrita en saberes afrodescendientes, una propuesta civilizatoria alternativa a la modernidad colonial y racializada.

Por último, siguiendo a Hartman (2019), el lugar de las mujeres en la paz cotidiana puede leerse como una técnica de la insistencia: la exploración constante de lo que podría ser, un desvío intencional y persistente hacia formas de vivir juntos que los sistemas opresivos no han prescrito. Las mujeres en contextos de violencia estructural no solo sobreviven; insisten en la vida digna, rehacen los tejidos de lo común y disputan los sentidos hegemónicos de la paz, incluso cuando las condiciones que producen la violencia persisten. Reconocer este lugar de las mujeres



en la construcción de paz no es romantizar la agencia femenina ni naturalizar la carga que recae sobre las mujeres: es afirmar que las mujeres son sujetas políticas y productoras de conocimiento sobre sus propias vidas (Espinosa-Miñoso, 2014), cuyos saberes situados son indispensables tanto para comprender la paz como para construirla.

3. Diseño metodológico del documento

● ENFOQUE :

Investigación cualitativa exploratorio-descriptiva sobre prácticas de paz cotidiana en territorios afectados por el conflicto armado en Colombia.

● PERSPECTIVA METODOLÓGICA :

Metodologías participativas orientadas a la producción colectiva y situada de conocimiento, reconociendo a las comunidades como portadoras de saberes legítimos sobre la paz.

● TERRITORIOS :

Quibdó y Bajo Atrato (Chocó), Cali (Valle del Cauca) y Tierralta (Córdoba), seleccionados por criterios de diversidad territorial, trayectorias organizativas y viabilidad relacional.

● PARTICIPANTES :

Entre 15 y 30 personas por encuentro, principalmente mujeres lideresas y defensoras comunitarias vinculadas a organizaciones locales. La selección se realizó mediante muestreo por bola de nieve mediado por organizaciones territoriales.

● TRABAJO DE CAMPO :

Cuatro encuentros-laboratorio desarrollados entre junio y diciembre de 2025, complementados con entrevistas semiestructuradas a organizaciones comunitarias y de construcción de paz.

● TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN:

Grupos focales, conversaciones colectivas, dinámicas participativas, relatos orales y cantados, representaciones gráficas, registros fotográficos, diarios de campo y grabaciones de audio.

● PREGUNTAS ORIENTADORAS:

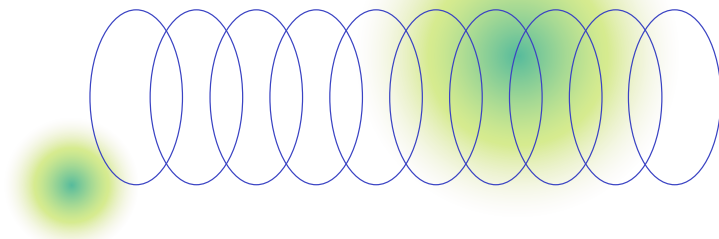
- ¿Cómo se construye y protege la paz en la vida cotidiana?
- ¿Qué amenazas enfrentan las comunidades?
- ¿Qué prácticas de cuidado, resistencia y apoyo mutuo sostienen la vida colectiva?
- ¿Qué relación guardan estas prácticas con las políticas públicas y el Estado?

● ANÁLISIS:

Transcripción, codificación y categorización manual de los materiales recolectados. Dos investigadoras realizaron procesos paralelos de análisis para identificar categorías interpretativas emergentes.

● LIMITACIONES:

Duración acotada del trabajo de campo, ausencia de observación longitudinal, caracterización sociodemográfica limitada y acceso mediado por organizaciones aliadas, factores que restringen la generalización de los hallazgos.



4. Resultados y discusión:

4.1. ¿QUÉ ENTIENDEN POR PAZ LAS MUJERES Y SUS COMUNIDADES?

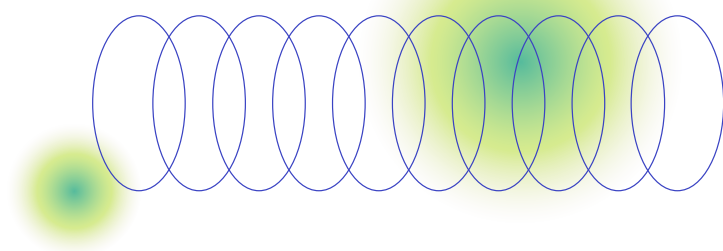
Uno de los hallazgos más relevantes de estos encuentros fueron las narraciones sobre el concepto de paz cotidiana. Al hablar sobre este concepto, las personas participantes destacaron su carácter multiescalar: la paz cotidiana abarca acciones que ocurren en distintos niveles —interior, interpersonal, familiar, comunitario y local— sin que esto implique una jerarquía entre ellas ni que operen de forma aislada.

Las personas participantes destacan, en primer lugar, la dimensión interior de la paz cotidiana. Esta es: “la paz que comienza dentro de uno mismo”. En Tierralta, Córdoba, en las conversaciones reiteraron la relación intrínseca entre paz cotidiana, paz interior y paz hacia los otros. En palabras de una de las participantes del encuentro:

Pienso que la paz cotidiana es tener paz interior, para yo poder reflejar paz a mis vecinos, a mis hijos, a mis estudiantes, el barrio, padres de familia y toda la gente que me rodea, tengo que tener paz interior (...) Las acciones de paz para mí son acciones que generan paz en los demás.

De manera consistente en todos los territorios visitados, la paz cotidiana es comprendida como un proceso que ocurre también dentro del individuo, pero que no se agota en él. La paz interior no aparece como una condición necesaria para la relación con los demás y para la vida colectiva. Tener paz interior implica, según las participantes, fe, confianza y un manejo no violento de las propias emociones, y su finalidad explícita es proyectarse hacia otros, fortalecer los vínculos sociales y prevenir la reproducción cotidiana de la violencia.

La dimensión interior de la paz cotidiana incorpora de manera central un componente espiritual, entendido como una relación sostenida con lo invisible y con la divinidad. En Quibdó y el Bajo Atrato, la construcción de paz cotidiana se articula explícitamente con los saberes ancestrales de las mujeres afrocolombianas del Chocó, para quienes la espiritualidad constituye un eje fundamental de la vida y del cuidado. En estos contextos, la espiritualidad del Pacífico colombiano, expre-



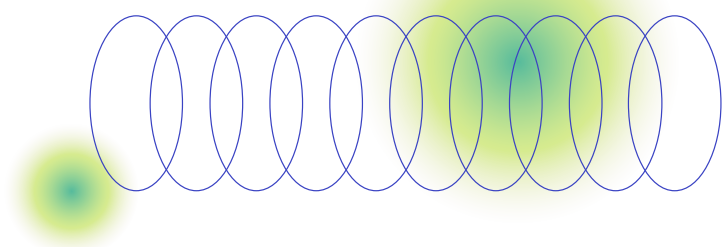
sada en referencias recurrentes a “oricha”, “Yemayá”, “ritual”, “energía”, “Dios” y “fe”, estructura la comprensión de la paz y la seguridad, anclándolas en el vínculo con lo sagrado, la protección espiritual y la confianza en lo invisible. Más que un sistema de creencias, la espiritualidad emerge como una práctica cotidiana de sostenimiento de la vida, que fortalece la paz interior y, al mismo tiempo, la capacidad colectiva de resistir, reparar y sobrellevar los efectos de la violencia prolongada.

Esta dimensión espiritual de la paz cotidiana también se refleja en las definiciones escritas por las personas participantes, que asocian reiteradamente la paz con estados de tranquilidad, calma y armonía, así como con la posibilidad concreta de “andar sin miedo” en el territorio. En lugares como Quibdó y Tierralta, el cristianismo y el catolicismo, a través de prácticas como la fe y la oración, son mencionados como medios para cultivar la paz interior. En conjunto, estos hallazgos muestran que la paz cotidiana no se concibe exclusivamente como la ausencia de violencia, sino que se entiende como una experiencia sensorial, emocional y encarnada que se vive, primeramente, en el propio cuerpo.

La paz cotidiana también fue definida desde una dimensión interpersonal, que se expresa de manera concreta en las relaciones familiares y en los vínculos cercanos que estructuran la vida diaria. En los distintos territorios, las personas participantes señalaron de forma reiterada que “la paz se aprende y se practica en el hogar”, a través de las interacciones cotidianas entre padres, madres, cuidadoras y cuidadores niñas y niños. En este sentido, la familia aparece como un espacio fundamental de formación ética y relacional, donde “inculcar valores” como el respeto, la solidaridad, el diálogo y el rechazo de la violencia, constituye una práctica central de construcción de paz.

En Quibdó, esta dimensión adquiere una relevancia particular. Las mujeres de la Red de Madres de Jóvenes Asesinados en Quibdó enfatizaron que la paz “comienza en casa”, subrayando la responsabilidad de las familias en la formación de niñas y niños capaces de relacionarse sin recurrir a la violencia y resaltando el aprovechamiento de las vulnerabilidades de los jóvenes en los ciclos de reclutamiento de las bandas criminales en disputa. Inculcar valores no se concibe únicamente como una tarea educativa formal, sino como un ejercicio cotidiano de ejemplo, cuidado y corrección afectiva, que busca interrumpir la reproducción intergeneracional de la violencia.

Esta comprensión también está presente en Tierralta y en los procesos desarrollados en Cali, donde la educación para la paz es entendida como una práctica relacional que se despliega en la vida cotidiana y no solo en espacios institucionales como la escuela. En estos contextos, la paz interpersonal se construye mediante

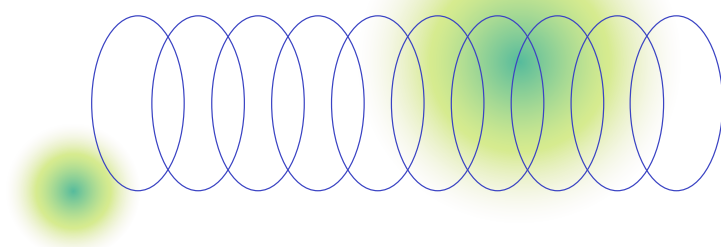


el diálogo, la resolución no violenta de los conflictos y la creación de entornos familiares seguros, capaces de sostener emocionalmente a sus integrantes. En conjunto, estos hallazgos muestran que la dimensión interpersonal de la paz cotidiana opera como un puente entre la interioridad y lo colectivo: es en las relaciones cercanas donde los valores de la paz se aprenden, se transmiten y se hacen socialmente efectivos.

Más aún, la dimensión comunitaria de la paz cotidiana se conceptualiza como un proceso colectivo orientado a la construcción de condiciones de vida dignas en el territorio, a través de proyectos locales que garantizan servicios básicos, infraestructura, pedagogías propias y espacios de creación, especialmente mediante las artes y la cultura. Esta comprensión de la paz está atravesada por una apuesta política explícita de resistencia al racismo, la desigualdad estructural, el patriarcado y las múltiples formas de violencia que afectan a las comunidades. Desde este entendimiento, la paz que se busca construir cotidianamente, y que orienta las acciones de incidencia política, se inscribe en lo que desde los liderazgos de la Casa del Chontaduro se nombra como “paz pero con justicia social”. Esta conceptualización de la paz se distancia de visiones abstractas, despolitizadas o exclusivamente institucionales, y se define en términos de justicia material y relacional. Así lo expresan cuando afirman que “una de las formas de alcanzar la paz es garantizar derechos para todas y todos, y lograr, digamos, diferentes justicias, como es la de género, hacia las diversidades sexuales; justicia epistémica, de la que se habla a veces muy poco; justicia ambiental, climática, económica”.

Desde esta perspectiva, la paz comunitaria no puede pensarse sin atender a las condiciones materiales que la hacen posible, como el acceso a alimentos, la disponibilidad de agua y servicios básicos, el acceso a salud, trabajo e ingresos económicos, así como la posibilidad de habitar un territorio seguro donde las familias puedan vivir y desplazarse sin miedo, y donde los campesinos puedan “volver a la tierra” con sus derechos garantizados.

En conjunto, se puede definir la paz cotidiana como un sistema de procesos relacionales que construyen y sostienen la paz en la vida individual, familiar y comunitaria. Este sistema se manifiesta en acciones frecuentes y encarnadas que, en muchos casos, se desarrollan al margen de los procesos institucionales estatales y de los grandes hitos formales de paz, como las negociaciones oficiales. La paz cotidiana responde a una vocación comunitaria, afectiva y del cuidado, y se configura como una paz vivida desde abajo, arraigada en los territorios y sostenida por dinámicas de reproducción de la vida. Como sistema, articula de manera no jerárquica las dimensiones interior, interpersonal y comunitaria, integrando la tranquilidad emocional, el equilibrio espiritual, los vínculos familiares, las relaciones



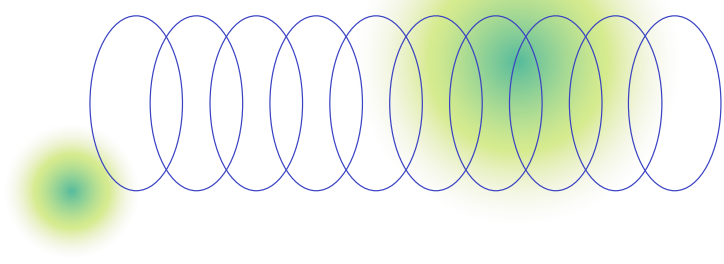
comunitarias y las condiciones materiales de existencia. En este sentido, la paz cotidiana es un proceso en permanente transformación, que se adapta, resiste y se reconfigura frente a la violencia estructural, y que constituye una apuesta ética y política por la centralidad de la vida, la justicia social y la posibilidad de habitar el territorio sin miedo.

PRÁCTICAS DE PAZ COTIDIANA

En las conversaciones y ejercicios del trabajo de campo se identificaron múltiples prácticas que las y los participantes reconocen como constitutivas de su paz cotidiana. Estas prácticas pueden organizarse analíticamente en tres dimensiones, entendidas no como compartimentos, sino como funciones predominantes que muchas veces coexisten en una misma experiencia. A continuación, se presenta una descripción de cada dimensión, con sus claves conceptuales y las prácticas que la encarnan, y se subrayan las sinergias entre ellas.

Acciones de contención en defensa de la vida

Las acciones de contención en defensa de la vida son aquellas acciones orientadas a frenar o ralentizar la destrucción, así como a proteger a las personas y comunidades más expuestas a sus efectos. En los encuentros realizados en Quibdó, Cali y Tierralta, estas acciones emergen como un *continuum* tejido de cuidados relacionales y materiales que redefine la defensa de la vida como un acto colectivo de resistencia frente a violencias armadas, racismo estructural y precariedad económica persistentes. Este esfuerzo por resistir al daño y la destrucción se manifiesta en un entramado interdependiente, que va desde la creación de entornos habitables libres de miedo hasta el acompañamiento protector de liderazgos expuestos y el servicio mutuo que amortigua crisis individuales y colectivas, demostrando que la contención es una forma activa de afirmar la dignidad y la posibilidad de futuros viables en contextos donde la transformación estructural no es *aún* posible.

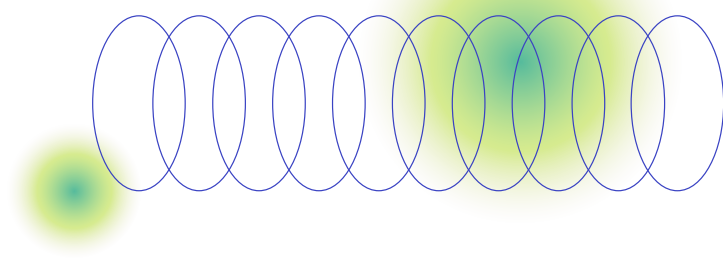


En el contexto del trabajo de campo, esta dimensión se manifiesta en prácticas que buscan contener el daño inmediato, reducir el riesgo de violencia o colapso material y “comprar tiempo” para que puedan enraizarse procesos más profundos de transformación. Se trata de formas cotidianas de cuidado y protección que actúan como línea de defensa mínima para la vida.

GARANTIZAR CONDICIONES BÁSICAS DE SEGURIDAD EN EL TERRITORIO

Una de las expresiones más claras de esta dimensión, en territorios como Tierralta, es el esfuerzo por garantizar condiciones básicas de seguridad en el territorio. En el marco de esta, la contención comienza por asegurar la movilidad y la habitabilidad sin temor constante, reconociendo que, sin esta base elemental, ninguna otra forma de vida digna puede florecer en territorios marcados por la violencia. Esta ausencia se nombra con crudeza en testimonios como el de *“no es una paz cotidiana llegar de noche a la vereda con miedo e incertidumbre”*; lo que impulsa redes informales vía WhatsApp para organizar acompañamientos colectivos, evitando así que personas regresen solas por caminos riesgosos y transformando el territorio en un espacio compartido donde la vigilancia mutua disipa el aislamiento que alimenta la amenaza.

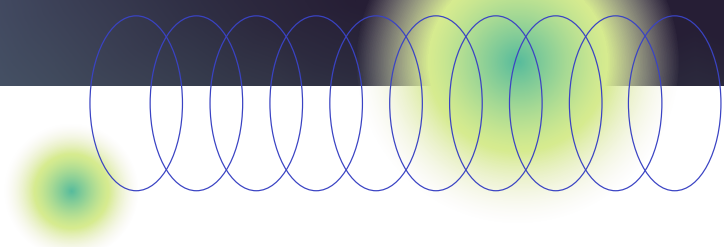
La paz cotidiana se reconoce, entonces, en prácticas que disminuyen la exposición al riesgo, como la organización para acompañar desplazamientos, el apoyo entre vecinos para evitar que alguien vuelva solo en horarios peligrosos y el fortalecimiento de la convivencia para reducir conflictos que puedan escalar. Esta lógica de protección colectiva dialoga directamente con las prácticas en Quibdó, donde madres de la Red de Jóvenes Asesinados (conocida como Red de Madres) lideran “jornadas de limpieza” en barrios como Medrano (“recoger todas las basuras que están alrededor”, relata una de las participantes del espacio), recolectando fondos para pavimentar calles y así prevenir que previenen el colapso material de las estructuras que sostienen la vida. Al mismo tiempo, las mujeres de la Red de Madres extienden esta contención material a una protección integral para jóvenes en riesgo, mediante talleres lúdicos y deportivos, ollas comunitarias y charlas directas, creando espacios seguros que desvían las trayectorias de vida que los harían más vulnerables a la violencia. La existencia de espacios materiales y simbólicos seguros contribuye frenando el ciclo de reclutamiento al ofrecer contención emocional y material como alternativa tangible a la precariedad que las bandas explotan, tejiendo así una red preventivo-material que sostiene la vida juvenil frente a la violencia cotidiana.



De manera similar, en Cali la Casa Cultural Chontaduro se ha posicionado como un santuario que protege a las juventudes racializadas del perfilamiento policial y el ciclo de reclutamiento, permitiendo que los jóvenes coexistan en espacios donde no son susceptibles a escaladas violentas o la violencia de distintos actores. Estos esfuerzos cotidianos resisten la estigmatización territorial al afirmar la convivencia como derecho irrenunciable. Particularmente, la escuela de preparación para el examen ICFES, ofrecida de forma gratuita a los jóvenes del Oriente de Cali, se erige como una respuesta a la escasez de oportunidades de educación superior en un sistema de cupos que pone a los jóvenes a competir en condiciones inequitativas.

Sumado a lo anterior, una de las estrategias más audaces y riesgosas emprendidas por las comunidades consiste en entablar negociaciones informales con actores armados con el fin de “pedir permiso” para movilizarse por caminos y barrios y, de este modo, prevenir amenazas o ataques. Estas conversaciones las enfrentan directamente a una de las principales fuentes de riesgo; sin embargo, al mismo tiempo, permiten identificar procesos de negociación de paz informal, en los que las comunidades, y en particular las mujeres, logran establecer una suerte de “cese al fuego” temporal. Ello les posibilita continuar, aunque de manera contingente, con las prácticas de liderazgo y construcción de paz. Estas estrategias son igualmente reconocidas en conversaciones con organizaciones aliadas que hacen presencia en los territorios. Una de ellas identifica la existencia de “mediadores comunitarios” con potencial para facilitar adicionalmente, en determinados contextos, espacios de negociación de paz formal a nivel territorial.

Más aún, si bien las acciones para la paz cotidiana que se enmarcan en el plano espiritual/simbólico se describen en la sección de *cambios en la percepción y en los valores*, vale la pena resaltar las formas y las prácticas espirituales del Pacífico colombiano elevan la protección física a la relación con el territorio y lo no humano. Significativamente, en Quibdó y Bajo Atrato, se habla del uso ritual de plantas como la ruda (*Ruta graveolens*) como un instrumento de protección contra “el mal”. Al portar estas plantas en el pelo o disponerlas en lugares específicos del hogar, las mujeres construyen prácticas rituales, espirituales y relacionales de seguridad material. Lo significativo es que este conocimiento opera como una forma de autonomía y cuidado comunitario que desafía el abandono institucional. Como lo expresa una participante: “La preparación de bebidas, baños, curados y aromáticas es parte de un sistema de salud propio, que desafía el abandono institucional y sostiene formas de vida en contextos de exclusión”. Las mujeres no esperan a que el Estado provea servicios de salud; producen sus propios medicamentos desde la sabiduría heredada, circulando estos saberes en la comunidad mediante bebidas curativas como la “toma seca”, la “múcura” (que contiene hasta 30 plantas medicinales) y el “curado”.



Este sistema de salud y bienestar propio es profundamente relacional. Las abuelas enseñan a las hijas y nietas no solo qué plantas usar sino cómo interpretarlas, cómo preparar bebidas específicas para dolencias específicas. Una participante relata: “Mi abuela era partera curandera...transmiten un profundo conocimiento sobre las plantas medicinales y los rituales heredados”. Esta transmisión intergeneracional es un acto de resistencia contra la negligencia, la violencia y la imposición de modelos externos. En contextos de desplazamiento, como los que viven muchas mujeres del Chocó (migrando de zonas rurales a Quibdó), las plantas representan un vínculo con el territorio abandonado y una forma de mantener viva la conexión con ancestras. En este sentido, la protección se entreteje además como una relación íntima entre la persona, la tierra y el sistema de creencias, donde “cada quien se salva en lo que cree”. Así, estas prácticas espirituales amplían la noción de seguridad más allá del control armado o institucional, configurando una defensa de la vida que es simultáneamente material, emocional y simbólica.

ACOMPañAMIENTO, SERVICIO Y AYUDA MUTUA

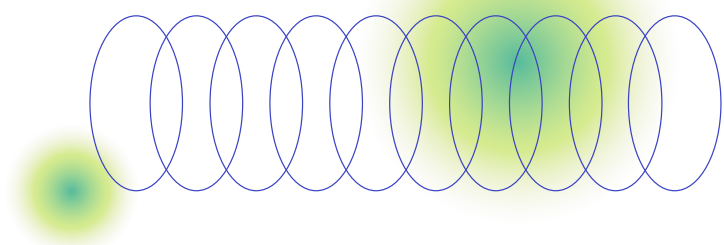
Otra práctica que se ubica en la dimensión de acciones de contención en defensa de la vida es el acompañamiento a procesos territoriales y a liderazgos locales. Cuando se habla de “aprender de los procesos territoriales” y “acompañar la visibilización de sus luchas y liderazgos”, se está señalando una forma de protección simbólica y política para quienes, por su papel público, quedan especialmente expuestos. Por ejemplo, algunas de las personas que participaron del encuentro en Tierralta mencionaron su reticencia a llamarse a sí mismos o a otros como “líderes comunitarios”, práctica común, dada la carga semántica y el riesgo de llevar dicha etiqueta. Para las personas participantes, hacer visibles otros procesos, estar presentes en sus espacios, reconocer y valorar lo que hacen, contribuye a reducir su aislamiento y, con ello, su vulnerabilidad frente a amenazas o represalias, operando como escudo colectivo frente a la violencia.

Del mismo modo, la práctica del servicio y la ayuda mutua, “brindar uno de lo que tiene”, “ayudar a los demás a salir adelante”, funge como red de contención frente a crisis personales o familiares. Cuando alguien pierde el ingreso, enferma o se ve afectado por el conflicto, el apoyo comunitario evita, al menos temporalmente, que caiga en una situación irreparable. El cuidado material inmediato se manifiesta en acciones como ollas comunitarias y recolección de fondos, que responden directamente a pérdidas de ingreso o enfermedad por desplazamiento o duelo. En

Quibdó, mujeres de la Red de Jóvenes Asesinados organizan “ollas comunitarias, limpiezas, jornadas psicosociales” y recolectan fondos, evitando que la situación de las familias se vuelva irreparable, ante su dependencia económica de los hijos fallecidos. Algunas madres, como se mencionó anteriormente, también preparan almuerzos para compartir con los jóvenes a cambio de buenas conductas.

Similarmente, en Tierralta y Cali, el intercambio de plantas como prontoalivio (*Lippia alba*) o limoncillo (*Cymbopogon citratus*) durante momentos críticos sostiene la soberanía alimentaria, transformando la escasez en redes de protección ante el colapso nutricional o el aislamiento. Estas intervenciones materiales, al frenar la espiral de pobreza que exacerba vulnerabilidades al reclutamiento o la violencia, funcionan como dique preventivo, donde el “brindar lo que uno tiene” restaura la dignidad y la continuidad de la vida.

Aunque estas acciones no siempre se nombran como activismo en el sentido clásico, cumplen la función análoga de sostener la integridad de la vida humana y comunitaria ante un entorno hostil, ralentizar la destrucción y mantener abiertas opciones de futuro. En conjunto, estas prácticas configuran la paz cotidiana, no como la ausencia de conflicto, sino como un trabajo diario de sostén de la vida en condiciones adversas. La paz se experimenta aquí en gestos concretos que reducen el miedo, amortiguan la precariedad y restauran, aunque sea de manera provisional, la posibilidad de habitar el territorio con dignidad. Al contener el daño inmediato evitando el aislamiento, el hambre, la exposición a la violencia o la desprotección de quienes cuidan y lideran, estas acciones permiten que la vida continúe y que los vínculos sociales no se fracturen irreversiblemente. En este sentido, la paz cotidiana emerge como una práctica relacional y situada que crea las condiciones mínimas para que las personas y comunidades sigan existiendo, cuidándose y proyectándose hacia el futuro, incluso en contextos donde la violencia sigue siendo una presencia latente. Al mismo tiempo, muchas de estas prácticas se conectan con dimensiones más profundas de transformación estructural y de la conciencia, lo que muestra la porosidad entre las categorías.

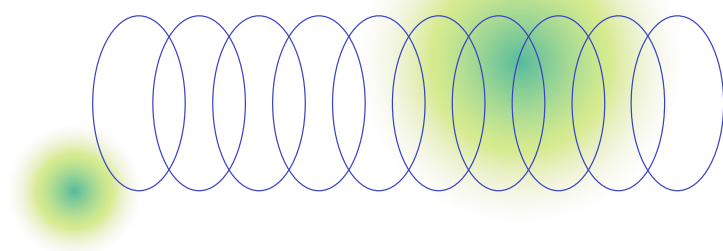


Transformar los fundamentos de nuestra vida en común

Transformar los fundamentos de nuestra vida en común, alude a iniciativas que no solo aportan a la resistencia sino que van configurando estructuras alternativas de economía, gobernanza y derecho, capaces de “construir lo nuevo en la cáscara de lo viejo”. En los tres territorios estudiados, Tierralta, Cali y Quibdó, esta dimensión se hace visible allí donde las prácticas de paz cotidiana no se limitan a contribuir a la sobrevivencia, sino que reordenan de hecho las bases materiales y organizativas de las comunidades en lo referente a quién decide, cómo se distribuyen los recursos, cómo se resuelven los conflictos y qué se entiende por bienestar colectivo.

Las huertas familiares y los territorios productivos constituyen un ejemplo clave de esta categoría, particularmente en Tierralta. Cuando una lideresa expresa que la paz cotidiana incluye “tener mi huerta y no me harán falta las verduras para la comida”, no solo está describiendo una estrategia de supervivencia, sino un modo de organización económica que encarna la soberanía alimentaria. Más aún, cuando otras personas hablan de “territorios productivos” y de la importancia de que “el campesino sea campesino” y pueda desarrollar su proyecto de vida en la tierra, estas prácticas se cargan de sentido político, pues apuntan a una economía campesina sustentada en el control comunitario de los medios de producción, la defensa de la tierra y la revalorización del trabajo rural. Así, las huertas y los proyectos productivos se convierten en brotes de una economía distinta, que disputa el lugar subordinado del campesinado en la Sociedad de Crecimiento Industrial y las economías del conflicto.

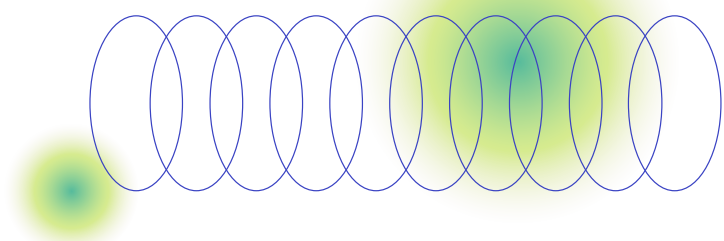
A su vez, las personas participantes en Tierralta reconocen que las luchas por el acceso a la tierra, por la restitución y por el retorno generacional al campo apuntan a modificar las estructuras de propiedad y de presencia campesina, para recuperar tierras despojadas, asegurar que los jóvenes puedan permanecer en las veredas y garantizar condiciones tecnológicas básicas, como luz e internet, para que la vida rural siga siendo viable y atractiva. A esto se suman luchas feministas emprendidas por organizaciones como Mujeres, Amazonía y Paz, en Caquetá, quienes reivindican la importancia de brindar garantías para la vida en el campo y el acceso equitativo de las mujeres a la tierra. Estas luchas no son meramente económicas; representan un reposicionamiento político del campesinado como sujeto con derechos territoriales y colectivos enfrentándose a siglos de subordinación en la estructura agraria colombiana.



En Quibdó, las prácticas de solidaridad económica toman formas complementarias. Las ollas comunitarias, mencionadas anteriormente, operan simultáneamente como mecanismo de supervivencia inmediata y como una práctica de reconfiguración de las relaciones de reciprocidad. Las mujeres reúnen recursos voluntariamente para alimentar a niños, jóvenes y adultos mayores, estableciendo así una lógica de distribución basada en la necesidad y la responsabilidad mutua, no en la ganancia. De manera similar, las jornadas de recolección comunitaria de fondos o la construcción de casetas comunales hacen visible cómo los bienes públicos pueden ser gestionados y producidos desde la organización local, sin depender exclusivamente de la asignación presupuestal del Estado. En Cali, la Casa Cultural Chontaduro sostiene una apuesta análoga, a través de la coordinación ampliada y redes interterritoriales que permiten la circulación de recursos, conocimientos y apoyo mutuo dentro de la comunidad del Oriente de la ciudad.

Vinculadas a la economía alternativa, las formas de organización comunitaria configuran estructuras propias de gestión de la vida en común. En Tierralta, asociaciones campesinas, asociaciones de mujeres agroambientales, Juntas de Acción Comunal, cineclubes y colectivos juveniles operan como embriones de gobernanza local. En la medida en que estas organizaciones toman decisiones sobre el uso del territorio, impulsan iniciativas productivas, definen prioridades y articulan demandas ante el Estado, ejercen en la práctica esa autoridad colectiva en red. No se trata únicamente de instancias de participación, sino de espacios donde la comunidad se reconoce como sujeto político con derechos colectivos, incluida la defensa de la naturaleza y de las generaciones futuras.

En Cali, la Casa Chontaduro ha desarrollado lo que sus participantes llaman una “apuesta revolucionaria de paz”, basada en estructuras colectivas de decisión. La organización funciona a través de líneas de acción específicas (niñez, juventudes, género, investigación, organización y gestión) que transversalizan ejes comunes como la raza, la territorialidad, el género y la diversidad sexual. Cada línea reúne procesos como teatros comunitarios, escuelas sociopolíticas, seminarios de investigación y redes con otras organizaciones del Oriente, constituyendo lo que se podría llamar una estructura de gobernanza local, que reconoce y valida el conocimiento comunitario como legítimo. En Quibdó, la Red de Madres constituye una forma emergente pero potente de gobernanza comunitaria, orientada a la memoria, la reparación y la prevención. Las mujeres que la integran operan simultáneamente como lideresas comunitarias, conciliadoras y gestoras de paz que median conflictos en sus barrios. Su estructura, aunque aún en consolidación, busca expandirse mediante el registro sistemático de madres afectadas, la formalización de roles y responsabilidades y la construcción de una plataforma de incidencia política para participar en mesas de negociación y decisión territorial. Como lo expresan sus integrantes, “la Red nace con un objetivo: era para juntar, construir una red, y esto es lo que permite sobrevivir. Sobrevivir al duelo”.

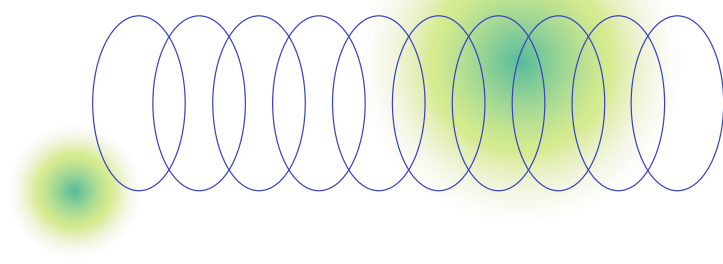


PERDÓN, JUSTICIA Y CONCILIACIÓN COMUNITARIAS

Quizás el conjunto de prácticas más significativo en esta dimensión sea la conciliación en equidad y la justicia comunitaria. Cuando una participante en Tierralta afirma que su paz cotidiana la encuentra “en la conciliación, el servicio, el poder ayudar”, y alude a su formación como conciliadora, está describiendo la creación de mecanismos de resolución de conflictos que ofrecen alternativas al litigio formal y a la justicia punitiva. En este entramado, varios testimonios aludieron a procesos íntimos y comunitarios de perdón hacia quienes fueron responsables de hechos violentos en el municipio, no solo exintegrantes de las FARC-EP en proceso de reincorporación, sino también actores paramilitares cuya presencia ha marcado de manera profunda la historia reciente de Tierralta y de la región de Córdoba.

Tierralta ha sido escenario tanto de iniciativas formales de reintegración como de desmovilizaciones parciales y reconfiguraciones de grupos armados. Las decisiones de perdonar, convivir y, en algunos casos, vincularse a proyectos productivos o comunitarios donde participan antiguos combatientes y firmantes, no pueden entenderse solo como gestos individuales de magnanimidad. Como lo evidencia la investigación, constituyen ejercicios de reordenamiento de los fundamentos de la vida en común, que redefinen quién puede ser reconocido como vecino, trabajador o incluso líder, qué formas de reconocimiento y reparación se consideran aceptables y qué modos de cohabitar se habilitan en un territorio atravesado por múltiples violencias armadas. Estos procesos de perdón y convivencia, con distintos tipos de victimarios, contribuyen a transformar el marco normativo y relacional del territorio, abriendo la posibilidad de una comunidad que se rehace sin negar el daño, pero que se niega a quedar fijada en él.

En Cali, la práctica de la justicia toma formas distintas, pero complementarias. Desde la Casa Chontaduro se impulsa una comprensión multidimensional de la justicia que incluye, simultáneamente, justicia de género, justicia ambiental, justicia climática, justicia económica y, de manera central, justicia epistémica. Esta última se expresa en el reconocimiento explícito de que las mujeres, jóvenes y personas racializadas del Oriente de Cali son productoras de conocimiento legítimo y que sus análisis sobre las realidades de violencia, criminalización y desigualdad deben ser validados como insumos para la política pública. El trabajo de la escuela sociopolítica y los seminarios de investigación comunitaria funcionan, en esta lógica, como espacios de justicia epistémica donde se recupera la voz de quienes han sido históricamente excluidos de los espacios de producción de saber. Además, la Casa sostiene un trabajo directo de mediación y acompañamiento con jóvenes criminalizados por el Estado, ofreciendo “espacios seguros” donde estos pueden contar su historia, ser escuchados sin criminalización y proyectar alternativas de vida. Esta práctica representa una forma de justicia restauradora que cuestiona la lógica punitiva del sistema penal estatal.



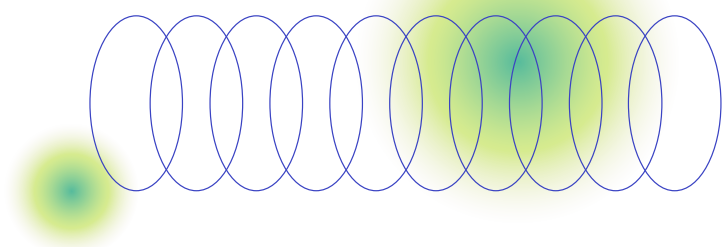
En Quibdó, la justicia comunitaria se concreta a través de conciliadoras que operan de manera voluntaria en sus barrios. Como relata una de ellas, “cuando hay un conflicto entre los niños en el colegio... yo escucho y aconsejo”. Las gestoras de paz median disputas, y orientan a jóvenes en riesgo mediante “charlas” que combinan consejo moral, soporte material (alimento) y el establecimiento de límites claros. Estas prácticas constituyen un reordenamiento de la autoridad y la legitimidad, pues la prevención y mediación en conflictos comunitarios ya no es un rol exclusivamente del Estado o del sistema penal, sino también de las mujeres expertas en la vida local, portadoras de saber sobre las dinámicas del territorio y las necesidades reales de sus habitantes.

En conjunto, estas prácticas no solo sostienen la vida en el presente, sino que transforman, paso a paso, las reglas del juego económico, social y jurídico en el territorio. Son intentos de reorganizar la vida en común sobre principios de justicia, solidaridad, dignidad campesina y sostenibilidad, plantando semillas de futuro en medio del orden existente. Lo que distingue a estas iniciativas es que las mujeres, jóvenes y campesinos de Tierralta, Cali y Quibdó están ejerciendo autoridad, resolviendo conflictos, produciendo alimentos, educando a las nuevas generaciones y distribuyendo recursos según lógicas de reciprocidad y cuidado mutuo.

Cambios en la percepción y en los valores

Esta tercera dimensión se refiere a la transformación que ocurre en el terreno de las ideas, las emociones, las espiritualidades y las narrativas. En este proceso, las personas pasan de concebirse como individuos separados, compitiendo en un mundo de recursos escasos, a reconocerse como seres interdependientes, parte de una Tierra viva y de comunidades extensas de pertenencia. Esta dimensión es la fuente de sentido que nutre las otras dos categorías, pues difícilmente se sostienen acciones de contención o proyectos alternativos a largo plazo si no hay una transformación paralela en la visión del mundo y en lo que se considera valioso.

En los territorios analizados, esta dimensión se expresó con particular fuerza en los relatos sobre paz interior, espiritualidad, manejo del dolor, memoria y transformación de valores. Las prácticas que las comunidades desarrollan condensan cuatro transformaciones profundas de la conciencia que, aunque distintas, operan



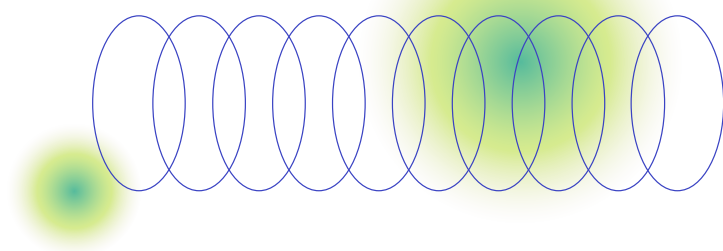
de manera sinérgica. El reconocimiento del amor como principio de la justicia, la espiritualidad como práctica generadora de paz, la justicia epistémica como legitimación del conocimiento comunitario y la construcción de memoria como ejercicio epistemológico.

EL AMOR COMO PRINCIPIO ORIENTADOR DE LA JUSTICIA

En Cali, la Casa Cultural Chontaduro articula de manera explícita lo que podría llamarse una “política del amor”, refiriéndose a la convicción de que la justicia, lejos de ser únicamente un asunto de marcos legales o compensaciones materiales, requiere una transformación fundamental en la forma de relacionarse y de tomar decisiones colectivas. Este reposicionamiento del amor como principio político se traduce en prácticas muy concretas de justicia relacional. En la Casa Chontaduro se sostiene que “si nos cuidamos nosotros como comunidad, vamos a estar bien y también vamos a poder resolver los conflictos de formas más sanas, menos violentas”. Lo que distingue esta apuesta es que no se trata de un gesto de benevolencia individual, sino de una responsabilidad colectiva fundamentada en la interdependencia: “yo soy en la medida que las otras personas son”.

En este mismo contexto se habla de la importancia de “endulzar la palabra”, como una práctica concreta de suavizar el lenguaje, incluso en momentos de regaño, observación o conflicto, cultivando una comunicación afectiva que protege y cuida las relaciones. María Campo, de la Casa Chontaduro, describe cómo esta práctica transforma la interacción cotidiana en un acto de cuidado relacional, donde la palabra no destruye sino que construye, alineándose con la convicción de que el amor político implica hablar desde el afecto y la escucha activa. En contextos como el Oriente de Cali, donde las mujeres racializadas enfrentan perfilamiento policial, estigmatización y microagresiones diarias, elegir palabras que edifiquen en lugar de herir es una resistencia sutil a la normalización de la violencia, aunque esta sea verbal, priorizando la escucha y el afecto como herramientas políticas que sostienen la vida digna.

Esta lógica del amor como justicia se conecta directamente con la transformación de quién es considerado no solo sujeto de afecto, cuidados y ternura, sino también sujeto de derechos. Una participante afirma que “la paz también es la justicia social, no solamente es que no haya violencia, sino que todos estemos bien viviendo dignamente”. El amor, exigir que el otro esté bien, implica transformar las condiciones estructurales que lo mantienen subordinado, precario o invisibilizado.



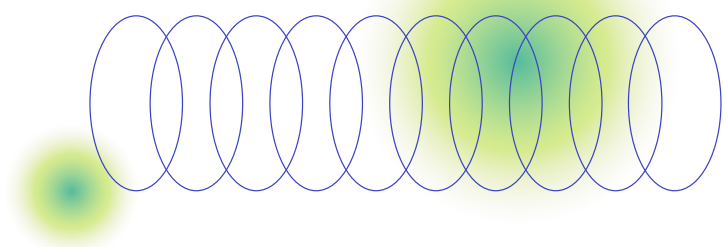
En Quibdó, el amor opera de manera análoga aunque con una expresión distinta. Las mujeres de la Red de madres enfatizan la “empatía radical” y la “sororidad” como principios de justicia. Una participante declaró: “He aprendido en esta red a tener mucha pero mucha más empatía, acompañamiento, apoyo mutuo y acogedor con todas nuestras compañeras... todas sentimos y vamos con el mismo dolor”. Este reconocimiento del dolor mutuo genera la obligación ética de cuidarse mutuamente, de sostenerse en las tareas de memoria, de prevención y de reparación simbólica. La sororidad se convierte en una forma de justicia horizontal, que afirma que “nosotras podemos contribuir a que otras mamitas hagan parte de este grupo”.

En Tierralta, aunque no siempre se nombra explícitamente como “amor”, las prácticas de perdón y convivencia con antiguos combatientes responden a una lógica de justicia relacional fundada en la dignidad y el reconocimiento mutuo. Las decisiones de perdonar, convivir y vincularse a proyectos productivos o comunitarios donde participan victimarios implican una transformación de la percepción sobre el otro, de enemigo a vecino, de victimario a colaborador en la paz. Este es un acto de justicia que reconoce la humanidad completa de ambas partes y la posibilidad de reconstrucción conjunta.

ESPIRITUALIDAD Y PRÁCTICAS ESPIRITUALES COMO CONSTRUCCIÓN DE PAZ

La espiritualidad constituye un eje central para entender cómo las comunidades transforman su percepción del conflicto, el dolor y la posibilidad de paz. Lejos de ser un asunto privado o meramente individual, las prácticas espirituales operan como tecnologías colectivas de transformación de la conciencia, de sanación comunitaria y de reorientación ética. Las plantas, los rituales, los símbolos espirituales y los saberes ancestrales encarnan estas prácticas de manera profunda.

En el Chocó, las mujeres participantes del círculo de armonización encarnan un conocimiento profundo sobre plantas medicinales y rituales heredados de madres, abuelas y parteras. Este conocimiento no es meramente botánico, sino también profundamente espiritual y político. En este contexto, las plantas medicinales, como el romero (*Salvia rosmarinus*), la ruda o la hierbabuena (*Mentha spicata*), son vehículos de memoria, resistencia cultural y autonomía. Su uso está vinculado a conocimientos heredados de madres y abuelas, y se activa dentro de una dimensión espiritual que convoca a los orishas (deidades africanas) y las energías protectoras. Las participantes en el círculo describieron con precisión las propiedades de



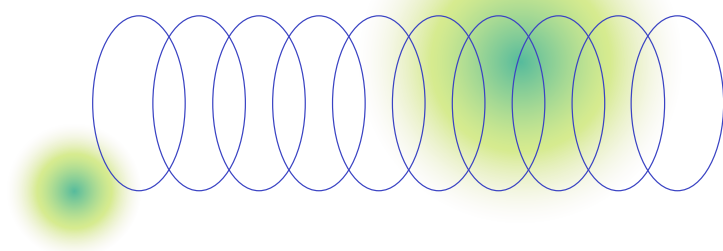
plantas específicas. Cada planta es un actor relacional que tiene funciones específicas, necesita ser preparada de cierta manera (cocida, no licuada, para preservar sus energías) y se activa dentro de un marco de fe y convocación espiritual.

La espiritualidad, tal como la practican las mujeres, redefine fundamentalmente qué significa la seguridad. La seguridad no se construye mediante la militarización, la vigilancia estatal o la represión policial. Por el contrario, es un “entramado de prácticas comunitarias de cuidado, rituales colectivos y conexión espiritual”. A través del círculo, el mandala (la disposición sagrada de plantas, frutas y agua), las oraciones a los orishas y las bebidas tradicionales, se construye una visión de la seguridad ligada al bienestar emocional, la armonía con la naturaleza y la protección mutua entre mujeres.

Las prácticas corporales y sensoriales acompañan estas invocaciones. En el círculo, las mujeres se tomaban de las manos en un movimiento ritual: “la derecha da, la izquierda recibe”. Esta práctica transmite energías, sana energías negativas acumuladas, permite “llegar con energía, con tristeza y nos vamos felices y con la energía bien puesta”. Esta es una tecnología encarnada de transformación emocional y espiritual, que permite a las mujeres entrar en estados de mayor capacidad para el cuidado, la escucha y la toma de decisiones.

En Quibdó, las mujeres de la Red de Madres frecuentemente invocan la “Palabra de Dios” como anclaje existencial en medio del dolor más extremo. Los rituales comunitarios, como las procesiones, los mandalas colectivos y los espacios de llanto compartido, funcionan como actos de reparación simbólica que permiten tramitar el duelo sin quedar paralizadas por él. En este contexto, donde las mujeres han perdido hijos a causa de la violencia homicida, la espiritualidad ofrece un lenguaje y un conjunto de prácticas para nombrar lo innombrable, para honrar a los muertos de manera que su muerte no quede únicamente como fractura, sino como acto que genera responsabilidad para con los vivos. Particularmente significativo es el proyecto de escritura “La flor que rompió el pavimento”, en el cual una joven transforma el relato de su duelo en narrativa que busca prevenir futuras violencias. Como lo expresó: “Estoy escribiendo un libro, para que mi historia sirva para algo. ¿Qué hacemos para que no haya la repetición? Es lo que hay que pensar”. El título mismo sintetiza la transformación espiritual de la vida frágil, que logró crecer en medio del cemento (la adversidad) y que representa la fortaleza de una comunidad que, mediante la práctica espiritual o la memoria, persiste.

En Tierralta, la espiritualidad opera de manera análoga, pero con particularidades contextuales. Varias participantes insistieron en que la paz cotidiana “empieza



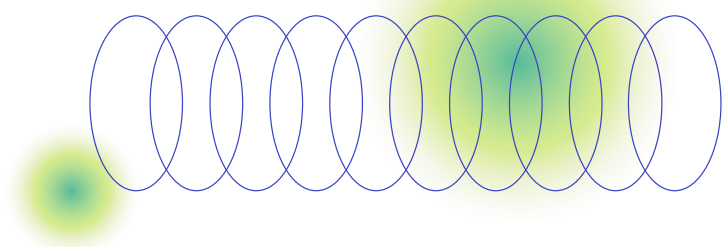
en la casa” y, en el interior de cada persona. De acuerdo con las personas participantes, hay que estar en paz consigo misma, cultivar la seguridad en las propias decisiones y hacer las cosas bien para poder proyectar paz hacia vecinos, hijos, estudiantes y comunidad. Esta idea se asocia a prácticas concretas como la oración, el ayuno, la relación estrecha con una divinidad creadora que, según los relatos, da fuerzas para “soñar sin límites” y sostener el trabajo comunitario. Las participantes describen rituales energéticos para limpiar las energías acumuladas en espacios de liderazgo, agradecer lo vivido y “ver con nuevos ojos una nueva perspectiva”.

Lo significativo es que estas prácticas espirituales operan como una especie de prefiguración de la justicia: si la paz interior es condición para proyectar paz comunitaria, entonces el cuidado de sí es un acto político que prepara el terreno para relaciones más sanas, menos violentas. La oración y el ayuno, en este contexto, son prácticas de fortalecimiento que anclan a las personas en valores que trascienden la lógica del conflicto y el control territorial. Estos ejercicios de reconocimiento de necesidades humanas (amor, alimento, espacio, tiempo para llorar y sanar) posicionan el cuidado de sí como base indispensable para el cuidado de otras personas.

JUSTICIA EPISTÉMICA Y LEGITIMACIÓN DEL CONOCIMIENTO COMUNITARIO

La tercera subcategoría, la justicia epistémica, representa una transformación de la percepción sobre quién tiene derecho a conocer, a producir conocimiento y a definir la realidad. Históricamente, los saberes comunitarios, especialmente aquellos producidos por mujeres, jóvenes, personas racializadas y poblaciones rurales, han sido sistemáticamente invisibilizados, descalificados o apropiados sin reconocimiento. La justicia epistémica, como la entienden las comunidades estudiadas, es un acto de restitución y revalorización de esos saberes.

En relación con las plantas y la espiritualidad, la justicia epistémica implica reconocer que las mujeres del Chocó son expertas en un sistema de conocimiento complejo, que integra botánica, medicina, ecología, espiritualidad y transmisión intergeneracional. Estas formas de conocimiento ancestral afrodescendiente son esenciales para imaginar alternativas de vida y paz más allá de los marcos hegemónicos. El saber sobre plantas es una epistemología rigurosa en la que cada planta tiene propiedades específicas que deben ser conocidas, respetadas y aplicadas con precisión; y altera la relación entre los seres humanos y el territorio para ser concebida como una relación de cuidado mutuo y reciprocidad.



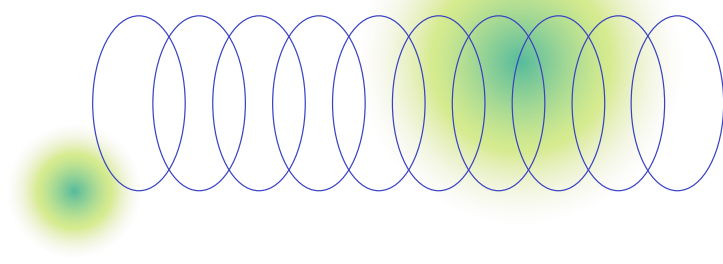
En Cali, la Casa Chontaduro articula la justicia epistémica de manera explícita. Frente a las lógicas estatales que reproducen estructuras y patrones de violencia y exclusión, las mujeres, jóvenes e investigadoras comunitarias del Chontaduro reclaman el derecho de producir conocimiento legítimo sobre sus propias realidades. Este reclamo se encarna en los seminarios de investigación sobre “colonialidades urbanas” y “diáspora negra”, en la escuela sociopolítica que forma a jóvenes en análisis crítico, en los documentales y en las performances que reescriben las narrativas dominantes sobre la violencia, la criminalización y la resistencia.

Las prácticas artísticas y narrativas operan también como formas de justicia epistémica. El teatro, la danza, la investigación comunitaria y los seminarios constituyen formas legítimas de producción de saber que permiten a jóvenes negros afrocolombianos cuestionar la criminalización de sus cuerpos, la militarización de sus espacios y la lógica extractivista. No se trata de que “hablen” su experiencia para que otros (académicos, hacedores de política) la interpreten, sino de que sean productores de teoría sobre sus propias vidas y territorios.

En Tierralta, la participación en la lectura profunda del informe de la Comisión de la Verdad ha servido como una herramienta de apropiación del conocimiento y de revisionismo histórico, en la que las personas que han vivido el conflicto en carne propia tienen la posibilidad de dialogar con el conocimiento institucional. En este ejercicio, el diálogo intergeneracional se teje como un articulado de verdad y memoria, en el que los jóvenes, al escuchar y conocer la historia de boca de sus padres, abuelos y vecinos, pueden apropiarse de la causa para la reparación, la justicia y la no repetición. A través de estas prácticas artísticas y comunicativas, la juventud y las comunidades reescriben las narrativas dominantes sobre el conflicto, reaccionan a las versiones oficiales y se reconocen como sujetos de historia y no sólo como víctimas.

CONSTRUCCIÓN Y RECONSTRUCCIÓN DE LA MEMORIA

La paz cotidiana se construye, también, como una relación activa con el pasado, que permite habitar el presente sin quedar atrapado en el miedo, el odio o la desesperanza. En este sentido, las prácticas de memoria activa analizadas funcionan como dispositivos cotidianos de regulación emocional, sentido colectivo y orientación ética. En los tres territorios, la memoria se activa como herramienta política y pedagógica orientada a la no repetición. Las participantes insisten en que “la memoria no se puede olvidar”, pero también en que “ya eso pasó”, señalando un movimiento complejo que reconoce el dolor sin absolutizarlo. Este gesto, recordar sin quedar ancladas al sufrimiento, es central para la paz cotidiana, pues permite



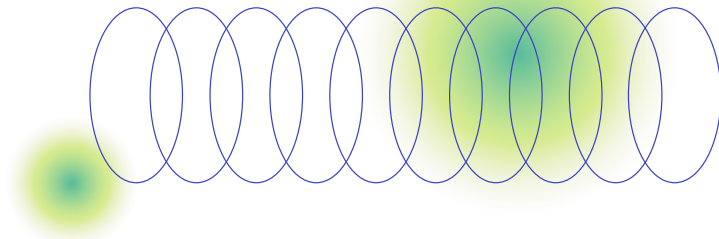
interrumpir la reproducción diaria del trauma y abrir márgenes de acción en la vida presente.

En Quibdó, la pregunta reiterada “¿qué hacemos para que no haya repetición?” desplaza el foco desde la justicia punitiva hacia una justicia transformadora, orientada a proteger la vida de quienes hoy están en riesgo. Desde la paz cotidiana, la memoria se convierte en una práctica de cuidado de los vivos, en una forma de protección colectiva que se ejerce en conversaciones, talleres, relatos y actos públicos.

En Tierralta, la lectura colectiva del informe de la Comisión de la Verdad y el cine comunitario encarnan esta lógica. El informe, al ser apropiado comunitariamente, deja de ser un documento institucional para convertirse en un acto de reconocimiento cotidiano que valida experiencias silenciadas y restituye dignidad a quienes vivieron la violencia. Este reconocimiento tiene efectos directos en la vida diaria, pues reduce el aislamiento moral y la sensación de irrealidad que acompaña a la victimización. Del mismo modo, el cine comunitario crea espacios seguros de reflexión compartida donde la comunidad se reconoce como sobreviviente y protagonista, fortaleciendo vínculos y generando sentidos colectivos que sostienen la convivencia cotidiana.

La producción artística y narrativa, como el especial “jóvenes narrando con el arte” en Tierralta y las obras de teatro en Cali, profundiza este proceso al posicionar a jóvenes y comunidades como autores de su propia historia. De esta forma, reescribir la historia propia rompe con las narrativas dominantes que naturalizan la violencia y habilita identidades alternativas a la de víctima o victimario. Al producir memoria, los jóvenes no solo recuerdan, sino que ensayan futuros posibles y se reconocen como sujetos capaces de decisión y creación. En Quibdó, la “galería de sueños apagados” y los proyectos de escritura de las madres transforman el duelo en acción pública. Estas prácticas hacen visible lo que había sido reducido a estadísticas y convierten el recuerdo de los hijos asesinados en una fuerza moral que impulsa la organización, la educación y la prevención. Al recuperar historias borradas y analizar críticamente las violencias estructurales, estas iniciativas permiten comprender, procesar y socializar la experiencia cotidiana del duelo y la resistencia.

En conjunto, estas prácticas muestran que la memoria activa es un pilar de la paz cotidiana. Al ser vivida, encarnada y transmitida en prácticas diarias, en conversaciones intergeneracionales, espacios culturales, pedagogías comunitarias y actos de visibilización, la memoria interrumpe la naturalización de la violencia y sostiene

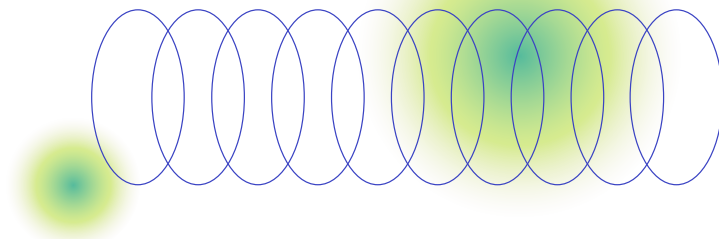


CONCLUSIÓN

la posibilidad de futuros distintos. No se trata de “superar” el pasado, sino de relacionarse con él de manera que no destruya el presente.

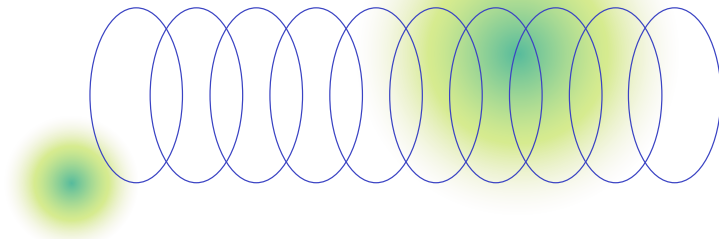
El amor como principio de justicia, la espiritualidad como práctica de paz, la justicia epistémica como revalidación del conocimiento comunitario y la construcción y la reconstrucción de la memoria constituyen un conjunto de transformaciones que operan completariamente. Este cambio de escala de valores, en el que el cuidado, la solidaridad, el arraigo, la espiritualidad, la dignidad y la empatía pasan al centro, es coherente con la descripción que hacen Macy y Brown de esta tercera dimensión como la que redefine nuestra riqueza y nuestro lugar en el orden de las cosas. En Tierralta, Cali y Quibdó, las prácticas de paz cotidiana no solo encarnan una comprensión local de la paz, sino que materializan, en clave campesina, urbana y comunitaria, las tres dimensiones. Desde la contención de daños inmediatos hasta la construcción de estructuras alternativas y el cultivo de una conciencia distinta.

Acosta-Navas, J. P. (2021). Mujeres lideresas constructoras de paz en la comuna 1 de Medellín: una aproximación a las paces cotidianas construidas desde abajo. *Ánfora*, 28(50), 75–102. <https://doi.org/10.30854/anf.v28.n50.2021.712>



REFERENCIAS

- Azarmandi, M. (2023). Disturbing a discipline: Towards pluriversal peace and conflict studies. *Journal of Intervention and Statebuilding*, 18(4), 386–400. <https://doi.org/10.1080/17502977.2023.2245952>
- Berents, H. (2018). *Young people and everyday peace*. Routledge.
- Blomqvist, L., Olivius, E., & Hedström, J. (2021). Care and silence in women's everyday peacebuilding in Myanmar. *Conflict, Security & Development*, 21(3), 223–244. <https://doi.org/10.1080/14678802.2021.1933031>
- Cabnal, L. (2018). Documento en construcción para aportar a las reflexiones continentales desde el feminismo comunitario. South Feminist Futures Knowledge Hub.
- Curiel, O., & Falconí Través, D. (2023). Feminismos decoloniales y el reto de transformación social. *Revista Estudios Feministas*, 31(2). <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2023v31n291830>
- Espinosa-Miñoso, Y. (2014). Una crítica descolonial a la epistemología feminista crítica. *El Cotidiano*, 184, 7–12.
- Gonzalez, L. (1988). A categoria político-cultural de amefricanidade. *Tempo Brasileiro*, 92/93, 69–82.
- Hartman, S. (2019). *lives Wayward, beautiful experiments*. W. W. Norton & Company.
- Mac Ginty, R. (2021). *Everyday peace: How so-called ordinary people can disrupt violent conflict*. Oxford University Press.
- Mac Ginty, R., & Firchow, P. (2016). Top-down and bottom-up narratives of peace and conflict. *Politics*, 36(3), 308–323. <https://doi.org/10.1177/0263395715622967>
- Maldonado-Torres, N. (2020). *Notes on the coloniality of peace*. Fondation Frantz Fanon.
- Muñoz, F. A. (2001). *La paz imperfecta*. Editorial Universidad de Granada.



Rettberg, A., Salazar-Escalante, L., Vargas, M., & Giraldo, S. (2025). *Más allá del centro: periferias de género, conflicto y construcción de paz en Colombia*. Documento CEDE, Universidad de los Andes.

Tronto, J. (1993). *Moral boundaries: A political argument for an ethic of care*. Routledge.

Wibben, A. T. R., & Donahoe, A. E. (2020). Feminist peace research. En *The Palgrave Encyclopedia of Peace and Conflict Studies* (pp. 1–11). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-11795-5_146-1

Westman, E. (2023). *Exploring care in peacebuilding interventions*. International Institute of Social Studies.

Zulver, J. M. (2021). Asociación de Mujeres Afro por la Paz: Feminism with the body and face of a woman. *Latin American Perspectives*, 48(4), 105–123. <https://doi.org/10.1177/0094582X21102>