

COMUNIDAD CARARE

MEMORIAS TERTULIA / CÍRCULO DE PALABRA

Fechas:

2020: El tiempo cómo excusa. pandemia, invocación / creer y confiar.

2021: Orden y desorden, positivo y negativo.

2022: Imaginario del espíritu, invocación, rabia, dar por hecho el aprendizaje

Palabra principal: Abuelo Taita Orlando Gaitán.

Equipo Relator: Andrea García, Natalia Ciódaro.

13 de marzo de 2020: *El tiempo como excusa*

Estamos conectados con la maloca, no le podemos traer basura a la maloca, para no contaminar la palabra que coloquemos cada uno, desde nosotros, desde donde estemos dejemos fuera del lugar, del recinto donde estamos, para no traernos esas actitudes, esos momentos, esas situaciones que estamos viviendo para que no sean ellas las que hablen, sino la palabra que queremos escuchar que más bien pueda escuchar eso la palabra para que la sane, nos sane de eso que no queremos que se contamine el espacio, el lugar sagrado.

Hablamos de que en toda palabra que tejamos no vamos a dejar suelto, sino que lo hablemos y vamos a preguntar y responder entre todos y todas en un momento dado, buscarle la respuesta adecuada a preguntas sin que sea para divagar y seguir tejiendo sino que sea para responder la pregunta que se esta haciendo desde un conocimiento, desde una sabiduría, desde un trabajo

ya elaborado de respuesta y no que quede para abrir tejido y seguir mediando sino que quede para responder a una pregunta bien sea que lo respondamos desde la cultura, desde una creencia, desde un mito, desde una científicidad, desde una respuesta que tengamos, no para seguirnos preguntando, otra pregunta, otra pregunta y alargar los tejidos.

Miremos la palabra de: *cuando el tiempo es mi enemigo*, a veces tenemos unas situaciones en las que le echamos la culpa al tiempo, que no alcanzo, me empujó o sea la excusa, cuando la excusa es el tiempo. Hay un concepto del tiempo que nos está limitando mucho en el hacer, a ese concepto le echamos la culpa, es que no hay tiempo o el tiempo me está empujando, el tiempo me pone a correr, el tiempo no me deja llegar, el tiempo no me permite decir, el tiempo no permite hacer, es que no hubo tiempo para las situaciones que estoy manejando o sea tengo tantas cosas a veces para hacer que no me alcanza el tiempo entonces como que el concepto de tiempo ahí cada vez es más

pequeño, pequeño, se está coartando, está en contra de nosotros

Cuando planeamos, hacemos o decimos algo dentro de un tiempo, no se está creando el tiempo para eso, a qué concepto, a qué tiempo nos estamos refiriendo, ahí tenemos un bache conceptual o espiritual o emocional o cultural porque a veces grandes enfermedades están siendo recreadas por el tiempo, la falta del tiempo y no es por el tiempo a per se sino por el manejo del tiempo o por el concepto que tenemos. El tiempo nos está estresando, nos está desesperando, nos está hoy día empobreciendo o sea nos está quitando la vida, el tiempo como que no nos alcanza ni para vivir, ni para gozar, entonces le echamos la culpa de eso al tiempo.

Si nos damos cuenta no es que el tiempo tenga la culpa en sí. A veces le estamos sacando el cuerpo a algo o estamos huyéndole a algo o estamos buscando algo y le ponemos un tiempo a eso y nos desesperamos supuestamente a cumplirnos o a cumplirle a los demás entonces en ese afán, en esa angustia de cumplir, en esa angustia de llegar, nos diezmamos, nos ponemos unos límites y ahí ya limitamos el tiempo y no podemos cumplir, nos desesperamos y decimos somos incumplidos en todo, incumplidas en todo y el tiempo natural es muy perfecto, somos nosotros que lo volvemos otra cosa y le echamos la culpa al tiempo y se le vuelve como el enemigo de uno.

A veces el enemigo no es el tiempo en sí, tal vez son otras cosas que nos están diciendo, tal vez son otras cosas

las que estoy enfrentando, tal vez son otras cosas de las que estoy huyendo y no hay tiempo para asincermarme, no hay tiempo para ser certeros o sea todo es corre, corre, corre y tal vez no hay necesidad de correr.

Sería bueno recrear el tiempo en eso que vamos hacer, en eso que necesitamos que es importante, en lo importante y lo urgente, entonces a veces le sumamos tiempos al tiempo y le quitamos tiempos al tiempo y se vuelve como ese enemigo fuerte que nos enferma, nos ataca y lo personificamos en otros seres, bien sea en la acción, bien sea en los males, en el territorio, en personas, en seres queridos, lo personificamos de alguna manera entonces le buscamos la excusa para echar las culpas o echarnos la culpa en nosotros mismos, para echárnosla encima y se está enfermado mucho todo el tiempo.

Con este concepto se vuelve que el peor enemigo de uno mismo es el tiempo porque se le queda la vida sin tiempo, no se puede vivir en ese tiempo y la vida en el tiempo es eterna.

14 de marzo de 2020: *Pandemia, Invocación*

¿Qué cree que está pasando en la humanidad en este momento en la tierra con esta pandemia que amenaza la humanidad? ¿Qué es lo que está pasando?. Algunos decimos eso es como apocalíptico, la tierra ya se está sacudiendo pero no es un temblor, son unos bichos confundiendo la creación, virus, bacterias y como nos están atacando tan fuerte y pensamos a veces que es manipulado, que puede

ser dirigido, que puede ser que mandó un castigo, se dice que el castigo lo manda Dios, que lo mando no se quien, o sea la creencia o el manejo.

¿Qué entendemos desde lo espiritual, cultural, lo social, desde lo político? ¿Qué es lo que estamos pasando en este momento en el que estamos viviendo?. En este momento todo se mueve también un poco la vida, la existencia.

La otra palabra es referente a lo divino, a Dios ¿cómo se invoca?, ¿qué hacemos? cuando invocamos a Dios, cuando invocamos a Padre y Madre o invocamos a alguien ¿cómo saber? ¿cómo se hace? y que esté bien y tener la certeza de que me está escuchando, que me oyó y tener resultados. No es por ejemplo un pensamiento a ver qué pasa ¿Qué se requiere para ser escuchado o ser oído, oír o escuchar?

La invocación de la limpieza, la limpieza que estamos haciendo, tuvimos jornada de limpieza hoy en la maloca y hablando de este tipo de limpiezas, de mensajes y de coordinación en sí, de acuerdos ¿Cómo darle manejo a eso? porque a veces nuestras responsabilidades se ven trastocadas y cuando uno se angustia por eso que no puede hacer, que no puede cumplir entra en el conflicto o en el sufrimiento.

18 de marzo de 2021: El creer y el confiar

Las formas de hacer las cosas, de sentir las, de verlas, de visionarlas, a veces así hagamos en pro de la vida por alguna razón en el pensamiento, los

sentimientos, las emociones aparecen remembranzas. Así como a veces en la crianza hay mamás, papas tóxicos hay pensamientos venenosos, tóxicos, se vuelven enfermizos, a veces nos jactamos de hacer cosas y no nos damos cuenta que somos enfermedad de otros o de nosotros mismos, igual en el aprendizaje de tratamientos.

¿Cómo preparar a un ser humano para recibir sanación, curación, tratamientos? o ¿Desde dónde ejercemos nosotros ese tratamiento, esa curación, ese ejercicio de la medicina? desde un concepto espiritual, porque hay muchas formas de hacerlo, pero *en la esencia qué es lo que deberíamos hacer o hacemos*, o la concepción que hacemos, ¿usted cree en algo? ¿cree en alguien?,

¿Cuál es la diferencia entre creer y confiar? la confianza es algo muy grande en la vida para el hacer, para el vivir pero sobre todo para aprender, para poder practicar, para poder sanar, para poder sanarnos, para poder curar, para poder dar y para poder recibir, cuando la confianza no está en nosotros de alguien, de algo para algo que difícil los conceptos, las creencias, que difícil incluso el vivir o el morir.

El concepto entre esa diferencia o entre ese sentimiento del creer y el confiar y frente a la creencia, la confianza, y cuando se pierde la confianza, cuando se construye la confianza o se pierde qué difícil volver a creer que se va a confiar, es difícil y tal vez puede creer cuando ya haya confianza, es posible creer que ya está en lo cierto o qué está en la mentira pero porque hay confianza pero cuando uno empieza a desconfiar que difícil creer que es

verdad o qué es mentira, o que va pasar o que no va a pasar.

17 de marzo de 2021: Orden y desorden. Positivo y negativo.

En la cotidianidad de la vida, siempre estamos tratando que todo esté en orden, que toca ordenar la vida, la cama, el cuarto, ordenar para hacer las cosas, organizarnos, organizar, siempre estamos ordenando, ¿qué es lo que ordenamos?, ¿las cosas están desordenadas?.

Como que el orden y el desorden están asociados a muchas cosas, a ser pulcro, limpio, hablamos de ordenar el tiempo para hacer, de tener una planeación. ¿Cuál es el concepto del orden y desorden? o cuando se ordena una cosa se desordena otra?. *Es una cotidianidad de la vida, donde un esquema mental hace que las cosas que están en desorden aparentemente, pueden tener un orden diferente.*

¿Qué sentimos cuando escuchamos la palabra orden? ¿qué nos evoca? ¿A qué nos lleva?. Decimos que está desordenado/a, o le falta orden, ¿a qué se debe? ¿a qué se refiere? Hay muchos tipos de órdenes.

Lo positivo se asocia a la pureza, a lo bonito, como el deber ser de las cosas siempre, y el negativo, hasta dónde es lo malo, lo feo, lo que se desordena y se vuelve enfermedad. En semiología se convierte en algo fuerte; ¿qué hace que el negativo se convierta en enfermedad? ¿Es el mismo

desorden? ¿Cuándo el negativo se vuelve enfermedad? ¿Cuando se vuelve tangible, se consolida en enfermedad? ¿hasta donde el positivo se trastoca o se transforma en negativo? o cuando termina desordenando el orden que traía el positivo y se vuelve obsesión, adicción....

Sobre el concepto del orden:

Existe un orden natural, un orden establecido para cada cosa y hay otros órdenes que se han establecido por la diversidad que tenemos de creencias, manejos, órdenes sociales, regionalizados o por culturas. Nosotros mismos tenemos una lógica de un orden que obedece a una lógica establecida socialmente que a veces nos estresa o enferma, o nos hace sentir vigilados o que no nos hemos cumplido.

Hay una serie de órdenes o de conceptos de órdenes que obedecen a una lógica natural y otra serie de órdenes que se establecen a nivel cultural, de costumbres, que distan de una cultura a otra. También hay cosas que tienen que ver con el concepto o los sentimientos que manejamos internamente y obedecemos a unas leyes, a unas costumbres, a una forma de ser y entramos en conflicto por no poder ser o no ser así. Y ahí viene la situación de la enfermedad y las consecuencias, los sentimientos, emociones, acciones ¿La palabra de la queja y la peleadera que tiene que

ver con todo esto? Hay cosas que inconscientemente traemos, lealtades que no sabemos, pero las tenemos ahí, que queremos tapar o huir, y unas lógicas que nos conflictúan y quisiéramos organizar ese orden a nuestra manera.

También existen muchos tipos de órdenes, y entendemos el orden como algo que se debe cumplir, como una obligación y a veces no es una obligación, es un ejercer, como el orden tiene también un deber y un derecho, tiene una forma de reclamar los derechos, un orden establecido acordado, consciente o inconscientemente, de una lógica humana o espiritual social o política.

El orden, la lógica y la enfermedad

En las enfermedades crónicas, será que los organismos están desordenados y por eso las emociones se trastocaron o las leyes, los sentimientos, las acciones, se trastocaron o es que obedecen a otro tipo de razonamiento que no es el mío o las leyes naturales dicen otra cosa y de pronto no estoy en el orden natural o espiritual por alguna situación de rebeldía o algo particular.

Las enfermedades físicas, tangibles, del cuerpo, tienen una lógica de orden, de manejo, ya sea consciente o inconsciente y en lo natural hay muchas lógicas o leyes que dicen que debe ser ordenado de esa manera. Cuando hablábamos de sentimientos encontrados o de la sexualidad trastocada, o de los roles del femenino

y del masculino y en la medicina ancestral lo que tiene que ver con la espiritualidad, con los cantos, los rezos obedecen a unos órdenes, a una lógica y lo hemos demostrado en la semiología que nos muestra dónde se puede ordenar.

Miremos ese tipo de órdenes o lógicas establecidos por ley o por cultura, y tantas posturas que hay, que pareciera que fuera un desorden. En nuestra forma de sentir o vivir tenemos un orden establecido, nosotros mismos en nuestra cosmovisión, cultura, hacer o con lo que venimos.

Encontrar unas formas de interacción y de acuerdo para poder llegar a entender cuando nos referimos al negativo, al positivo, al orden y el desorden, pero veamos más allá, como cuando hablamos de los misterios o del secreto, hay algo que no se dice, que no se puede decir y que tampoco decimos porque se dibuja o se pierde o se transforma. Igual pasa con esto.

En la medicina tradicional ancestral o espiritual el concepto de positivo o negativo o la concepción de orden y desorden, tiene unas aristas muy drásticas y tiene unas respuestas muy dicientes, pero hemos encontrado y demostrado (sin ese ego), que existen unos desmanes o desórdenes conscientes o inconscientes que llegan a enfermedades físicas, que el desorden también tiene una lógica de enfermedad, tiene una lógica que se vuelve con consecuencias drásticas, impredecibles pero que son prevenibles también.

Por eso la mediación es necesaria e importante, para establecer acuerdos consigo mismo, con el entorno y con todo, y el diálogo interno y con los demás; el mismo perdón obedece a esa mediación y a una lógica de equivocación, de ignorancia o de inocencia que se pudo haber tenido y ahí el orden cobra una fuerza muy grande, existe un orden en un proceso natural, ancestral, social. Aunque lo social a veces impone órdenes que funcionan o no funcionan, miremos cual es esa situación del orden que a veces termina con esas enfermedades nefastas

Cuando hablamos del misterio, hablamos que el curandero hace una mediación permanentemente, la mediación es un baluarte inherente al ser humano, a la vida y en ese secreto que no se revela, que se entiende como orden, como ley, que tiene confidencia y también protección y cuidado, para mantener ese misterio que lleva a la mediación.

En medicina ancestral hay cosas que no se pueden dar por entendido desde la lógica social, van más allá, a lo espiritual, como es una mediación para generar respeto, cuando no se media, las enfermedades crónicas, las enfermedades letales, que no se maneja eso, las consecuencias son nefastas y en la semiología uno llega a entender que siguen, que hay una verdad, hay unas leyes, hay unas formas, un ejercer. El misterio está también en cómo se desarrolla la vida, cómo se ejerce, en medicina, cómo se respeta, cómo se hace la

comprensión, cada quien hasta donde podamos comprender, saber o ejercer.

La relación del misterio entre el orden, el desorden y las enfermedades crónicas nefastas. ¿Qué creemos o sabemos del desorden que nos lleva a la enfermedad? ¿Cómo se recrea la enfermedad, ese negativo en ese desorden?. Cómo se maneja ese desorden emocional, sentimental, de pensamiento, acción, físico, que nos lleva a consecuencias nefastas y qué desórdenes tenemos, qué desorden en la medicina, en la comunidad, que hay que re-ordenar, ordenar, revisar, corregir o desordenar.

16 de marzo 2022: Imaginario del espíritu, invocación, rabia, dar por hecho el aprendizaje.

Espíritu e invocación

Del espíritu y de los espíritus, ¿cuáles son los imaginarios que tenemos de su existencia, de sus formas y de sus representaciones? Hablamos que hay una fuerza espiritual y que es la fuerza del espíritu, la misma fuerza del alma, a veces decimos que pasó un espíritu, soñamos o sentimos la energía de un espíritu, así igual hablamos de la invocación, de la evocación ¿cómo funciona eso del espíritu?, ¿cómo funciona esa invocación, evocación? es un pensamiento, son sentimientos que llegan, son recuerdos, son órdenes que le damos a Dios o a la energía, a la materia ¿cómo le podemos decir a un niño que eso funciona? el espíritu, la espiritualidad, las energías, formas,

técnicas desde lo científico, químico social ¿cómo funcionan?

Cuando en un ritual o en la medicina, invocamos, convocamos ¿Qué es lo que hacemos? cuando se mencionan a los abuelos, lugares, seres... ¿Cómo se hace esa convocatoria?

Hay que tener cuidado, *porque una cosa es hablar de medicina, compartir, inventar y otra cosa es, ser medicina, vivir la medicina y el espíritu de la medicina, el espíritu de la medicina en el ser*, por ello es muy importante que podamos hacer una práctica, una charla real, donde podamos sentir, mirar ahí y podernos mantener ahí, porque cuando uno no se mantiene ahí las cosas no funcionan igual, no es salir corriendo y decir un nombre invocando algo, mencionarlo simplemente. ¿Cómo ser la garantía de que eso esté en nosotros?, que esté vivo ahí, que se sienta, que está ese ser, eso bonito, esa fuerza, esa energía, que ese poder se mantenga allí para poder invocar.

Cuando el recuerdo se ha sanado, se puede invocar y es muy bonito, el recuerdo, un momento, una situación que se vivió, un lugar, algo que se vivió con su maestro, con ese lugar, con ese momento, con esa situación, aún la angustia, el dolor, la tristeza puede ser, una tribulación, pero todo eso invoca, todo sirve, ¿cómo mantener eso? que uno diga, sí está funcionando, va funcionar, porque no podemos tener todo al azar sin tener una garantía a veces de existencia o de hacer, de vivir.

A veces damos por hecho muchas cosas y no es verdad; la gran meta es ser en el espíritu, vivirlo, vivir la espiritualidad, ser espíritu, ser espiritualidad, vivenciarla, vivir en ella, los calendarios poderlos practicar, poderlos recordar, es muy importante esa es la garantía del ejercer, del hacer.

Una cosa es el aprendizaje, esos vínculos que se vuelven vida, que se reviven, se recuerdan, se traen y cuando se viven otra vez esos momentos la memoria aparece toda. Uno cree que ha olvidado muchas cosas, pero cuando aparece esa invocación, esa convocación a ese recuerdo, ¡llega todo!, es donde es una garantía.

Se habla de tener limpio el corazón, el espíritu o la energía, ¿cómo se mantiene limpio?, ¿qué sería mantener limpio?, estar viviéndolo, al principio puede ser tedioso practicarlo, ya después se vuelve vida, la memoria, el recuerdo es muy importante, hablamos que sentimos el espíritu, pero que no sea un concepto vago, ese concepto de espíritu, de alma, de los avatares ¿qué es?

Vínculos en la invocación

Los vínculos y el manejo para mantenerlos en la invocación, en lo espiritual y hacerlo realidad en nuestras vidas, es lo más importante. Cada quien, según las culturas, religiones, creencias, espiritualidades, tiene formas de integrarlas en su ser. En la medicina tenemos muchos vínculos, de

recuerdos, momentos, sueños, visiones, sentimientos... todos ellos forman parte de ese hacerse en la medicina, hacerse en el espíritu, y hacerse en esa invocación y ese recuerdo. Alimentar ese sentimiento, ese vínculo, el mantenerlo, el estar ahí, el no abandonar.

En algunos momentos llega la adversidad, las dudas, tristezas, miedos y no llegan al azar, es por alguna situación, cuando los revisamos, nos da la firmeza, la oportunidad de fortalecernos, repararnos, nos reafirman, cuando nos desbaratamos y nos re-armamos, nos ordenamos, los recordamos, los alimentamos, pagamos, los revivimos, es muy importante no dejar deudas, con nosotros mismos y con los demás, con el espíritu, con la naturaleza, con el ser, la misión, el hacer. Vivirlo y alimentarlo, gozárselo al ejercerlo y aprenderlo. Siempre van haber muchas formas de interpretación, de remunerar, de revisar, de alimentar cada vez con más cosas los vínculos, que podemos tener con una persona o con un ser, con un lugar, todos se alimentan y a veces con un solo gesto se alimentan todos, porque es un rompecabezas permanente que se va haciendo, acrecentando, nutriendo y es una energía que da un poder infinito, no solamente para nosotros, es para la tierra y muchos seres y lugares. En una curación, un rezo, una invocación, un momento no sabemos cuántos miles de millones de seres se están reviviendo, se están alimentando,

recreando, sanando, todo se está gestando permanentemente.

Otra cosa es en la medicina, que a veces damos por hecho que ya tenemos unas facultades especiales sobre la vida, sobre la medicina, sobre los demás, y asumimos que sabemos o somos solo por asistir a un ritual o un pago o compartir con un maestro y se asume que le entregó la medicina, se cree y dice ser un discípulo, ser un chamán, sanador o un médico tradicional, que no nos engañemos y no engañemos. Cuidemos el compartir, el aprendizaje, el hacer con el trabajo que estamos haciendo y que somos nosotros.

Sobre la rabia

Cuando revisamos las enfermedades, angustias, tristezas, encontramos que trae algo internamente y es la rabia, una soberbia, y no sabemos qué es lo que nos produce esa rabia o soberbia, si es la verdad en la mentira, o la mentira en la verdad, la incapacidad, la inocencia...

La rabia, son también muchas formas de ese sentimiento, pensamiento, emoción, estados de rabia y traen muchas consecuencias, demasiadas consecuencias como recordarla, sería bueno invocarla toda, invito a que si podemos cada quien invoque todas las cosas, que cada uno así el otro lo haya dicho, a mí me da rabia, piedra o tristeza, soberbia, ira y he llegado a pensar cosas feas, tristes, rabiosas, todo eso que hayan sentido sueltenlo, digan todas las formas,

manifestaciones de la rabia, digasmolas, ¿que hay ahí?

Saber la verdad, descubrir la mentira. Después de este ejercicio de invocarlas también digamos las cosas que nos producen alegría, a veces la contraparte de la rabia, la tristeza, del miedo, o la misma soledad, cualquier sentimiento melancolía, desengaño, nostalgia, nos puede producir rabia, puede ser peor que una rabia, también puede ser producto de una alegría, que algo se pierde, algo que no se quiere perder, algo que se anhela, eso que produce alegría ¿qué es? esa felicidad, esa emoción, ese sentimiento, ese llenarse también es importante que lo podamos decir.

¿Existe rabia espiritual? ¿Qué relación hay entre la rabia y la espiritualidad?, entre la rabia y el amor o la felicidad ¿la espiritualidad nos produce rabia? ¿Qué tipo de rabia sería? por ser o no ser, por fallar o ¿por qué?, la rabia y la enfermedad, ¿lo que nos da rabia es perder esa felicidad, el no mantenerla, no cuidarla, no saberla vivir? ¿Qué relación hay entre la rabia y la tristeza?

Miremos la tipología, características o caracterización de la rabia, alegría y la felicidad, ¿Qué podemos pensar de la rabia en la niñez, en la juventud, en la adultez, en los ancianos? En qué tiempos de la vida ejercemos o tenemos más rabias en la vida? ¿La relación de la rabia con la tristeza o con el miedo?

Inventariar si hemos sentido rabia con nosotros mismos, rabia de sí mismos, de los actos, de nuestro sentido de ser, por lo que somos, lo que hacemos... ¿cómo llegó, cómo lo siento, de dónde viene?

Pudiéramos hacer un inventario de eso que nos produce alegría, qué es lo que nos produce más alegría porque a veces también hay mucha alegría, y decimos que la felicidad es alegría pero hay muchas cosas que nos producen alegría que no vemos, si la ponemos versus las que nos produce rabia.

Inventario de cosas que nos producen rabias

- La rabia que la anteceden dolor, desilusión, miedo.
- La mentira, la injusticia, el engaño, el sentirnos humillados.
- Falta de reconocimiento de saber quién soy, proviene del ego, heridas, vanidad, de haber sido lastimados y con dolor.
- Rabia por no asumir, cuando se calla, se omite, no se dicen las cosas.
- Por falta de honestidad, de apertura o el silencio para no lastimarnos y seguir evadiendo por ese miedo a sentir dolor, tristeza, angustia.
- Cuando hay situaciones de injusticia, mentira, engaño, abandono, chisme, manipulación, desigualdad entre pares.
- Cuando uno se afana.

- Cuando nos roban, quitan, arrebatan lo que se ha trabajado, buscado.
- No se puede tener una buena comunicación, un acuerdo, una mediación, o estar en el lugar que uno anhela.
- El sentirse atrapado, en el lugar equivocado, que no fluyen las cosas como nos gustaría.
- Por hipocresía, incumplimiento, inconformismo, no hacer las cosas bien, que no salgan como se espera.
- Sentir rabia produce más rabia.
- Por situaciones que se pueden haber evitado, por mala comunicación, mala escucha, después de la rabia da tristeza.
- Cuando lo sacan de su silla, no tiene uno su tiempo, su espacio, comportamientos de otras personas que contesten mal.
- La mentira que vela una verdad que se pudo haber dicho.
- Recaer en una situación que se cree superada, sentirse incapaz de hacer algo.
- Por deslealtad, traición, irrespeto, intereses personales de otros donde se saca provecho.
- Cuando no se puede ayudar a los demás, hay descuido con los niños y ancianos vulnerables.
- Cuando uno no se siente amado, querido o no se ha aprendido a sentirse a sí mismo.
- Impotencia ante ciertas situaciones, la indolencia, las guerras injustificadas, la

capacidad del sentir de la palabra de otros.

Inventario de rabia con uno mismo

- Darse cuenta de sus errores.
- Por procrastinar, prolongar cosas que generan frustración y miedo.
- Cuando desconozco una discapacidad actitudinal y no puedo tener el manejo de esa situación, da tristeza por lo que no se pudo hacer, recrear, y viene la rabia hacia uno mismo, por la culpa que se siente, arrepentimiento, remordimiento de saber que se pudo hacer lo correcto.
- Cuando uno se justifica como forma de evadir la responsabilidad, argumenta, evade, pone pretextos por no haber hecho o evitado algo.
- Cuando se desobedece, el perder la oportunidad de haber podido obedecer, cuando después se da cuenta que pudo darle un manejo.
- Por falta de fuerza, fortaleza, disciplina, templanza, no haber podido dar un manejo sabio, bonito. No escuchar la orientación, el consejo, el conocimiento y se alarga el camino y llena de pendientes, de cosas aplazadas, y postergadas.
- El no actuar en el momento correcto por evitar una dificultad, por evitar un conflicto o pelea, pero la consecuencia de

- igual forma va a llegar y en evitar no estaba la solución.
 - Con los hijos no tener la capacidad de no dejarse provocar, cuando sale un grito primero, se sale uno del centro y se distrae.
 - La deslealtad hacia uno mismo, por permitir el chisme, el comentario malintencionado cuando se genera solo por querer opinar sobre algo sin estar consciente.
 - El no poder responder, no reconocer sus capacidades.
 - Dejarse provocar, alimentar la rabia, ensuciar la semilla, la tergiversación de ese poder de recreación de la vida.
 - Cuanto otros lo usan a uno de caneca de manera deliberada y lo cogen entre ojos y se dedican a depositar eso y no poder darle manejo.
 - Darse cuenta que mintió, que hirió, y cuando la rabia llega es una forma de consciencia.
 - La rabia hacia uno mismo es señal de que las cosas no están en el orden.
- En los momentos que se reconoce la magia que habita el ser, se puede hablar las cosas como se piensan.
 - Cuando se siente abrigo, abrazo, amistad bonita, sincera, que se puede trabajar de forma acompañada y no se siente uno solo.
 - El estar con las personas que uno quiere estar, dónde se quiere estar, cuando fluyen las ideas, se hacen las cosas, llegan respuestas, hay disposición.
 - Hay felicidad, se cuenta con la familia, hay cuidado, amor, libertad para hacer lo que se quiere, ejercer sin presiones.
 - Con la alegría e inocencia de los niños, compartir con la pareja, hijos, cuando se puede ayudar a alguien.
 - Ir a la maloca, compartir remedio, poder compartir con la comunidad, el ser, el estar, sentir la música, danzar en la felicidad.
 - Cuando fluye todo en sincronía, ser en reciprocidad.

Inventario de lo que produce alegría

- Ver sonreír a los hijos, a la gente, los gestos de ternura, las manifestaciones artísticas, cantar.
- Cuando se pueden hacer las cosas, se disfrutan, la energía está activa, se puede ser sincera, ser uno mismo.

Propuestas

1. Minga sobre la rabia, a fin de poder trabajar la tipología, inventario y encontrar en las manifestaciones o situaciones de lo que estamos viviendo, desde lo espiritual, lo emocional, cultural, social, las generalidades y afinidades en todos y las muchas formas de sentimientos, emociones y

podemos darle manejo desde la medicina y práctica para no dañar el vínculo con el ser, con el espíritu.

2. Compartir en los grupos esta palabra, para que se sumen a hablar, a compartir, a tejer, que todos podamos manifestar, como forma de desahogarse, participar en esta palabra, que hagamos un inventario de la rabia que tenemos y de la alegría y poder tener elementos para la minga.