

**Sistematización de la Experiencia Comunitaria *Plantas De La Memoria*, para el
Fortalecimiento de la Relación entre la Biblioteca Comunitaria *Centro Social Libertatia*
y la Comunidad del Barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)**

Clara María Betancur Rodríguez

Universidad del Quindío

Notas de autor

Clara María Betancur Rodríguez, Facultad de Ciencias Humanas y Bellas Artes,

Universidad del Quindío

2018

**Sistematización de la Experiencia Comunitaria *Plantas De La Memoria*, para el
Fortalecimiento de la Relación entre la Biblioteca Comunitaria *Centro Social Libertatia*
y la Comunidad del Barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)**

CLARA MARÍA BETANCUR RODRÍGUEZ

**Trabajo de grado presentado para optar por el título de Profesional en Ciencia de la
Información y la Documentación, Bibliotecología y Archivística**

Profesor

Pablo Emilio Díaz Molina

Facultad de Ciencias Humanas y Bellas Artes, Universidad del Quindío

2018

Dedicatoria.

A mi mamá Cecilia, mi hermana Alexandra, mi sobrino Gabriel y mi padre Manuel
A las mujeres que me enseñan a volar

*...A mis padres, mis hermanos,
a mi gente más querida,
por ayudarme en la vida,
por todo lo que me han dado,
gracias por tener sus manos
apretadas con las mías.
Fernando Guadarrama*

Agradecimientos

A la Universidad del Quindío, al programa Ciencia de la Información y la Documentación, Bibliotecología y Archivista y al profesor Pablo Emilio Díaz por su compromiso y empeño en la formación de profesionales de la información éticos y responsables con los retos del país.

Al *Centro social Libertatia* por brindarme la posibilidad de construir sueños en convite colectivo.

A las comunidades que con su sabiduría y humildad me enseñan de la ética del cosmos.

Resumen

Las bibliotecas comunitarias y todo lo que en ellas acontece continúa siendo un terreno inexplorado para la ciencia bibliotecológica del país. En las bibliotecas de esta naturaleza se desarrollan dinámicas y relaciones que resultan fundamentales analizar y comprender, pues allí se condensan las esperanzas de las comunidades y procesos organizativos por superarse con mirada transformadora y reconstruir el tejido social minado por el conflicto social y armado que ha vivido el país en las últimas décadas; una realidad social que debería interesar a la bibliotecología en tiempos actuales. En este sentido, la presente investigación presenta los resultados del ejercicio de sistematización de experiencias del taller *Plantas de la memoria*, desarrollado por la biblioteca comunitaria *Centro Social Libertatia*, del barrio Arboleda Alta en la ciudad de Bogotá D.C. Este ejercicio permitió comprender y visibilizar, para el caso concreto, una práctica bibliotecaria que, a través de elementos como el diálogo de saberes, los círculos de palabra, la construcción y gestión del conocimiento de manera colectiva y la valoración de saberes populares en el escenario de la unidad de información, fortaleció la relación entre la biblioteca comunitaria y la comunidad. Los conocimientos surgidos directamente de la práctica son aportes a la reflexión teórica sobre los retos que deben afrontar diariamente las bibliotecas comunitarias y quienes lideran su gestión.

Palabras clave: Bibliotecas comunitarias, saberes populares, construcción del conocimiento, gestión del conocimiento, sistematización de experiencias.

Abstract

Community libraries and everything that happens in them continues to be an unexplored area for the librarianship science of the country. In libraries of this nature, dynamics and relationships are developed, which are fundamental to be analyzed and understood. In there, the hopes of the communities and organizational processes are condensed to be overcome with a transforming perspective, and to rebuild the social net undermined by the social and armed conflict that the country has lived in the recent decades -a social reality that should interest the librarianship. In this sense, the present research shows the results of the systematization exercise of experiences of the workshop called Plantas de la Memoria (Plants of the Memory), developed by the community library Centro Social Libertatia, in Arborizadora Alta neighborhood in the city of Bogotá D.C. This exercise made possible to understand and visualize, for the specific case, a library practice that through elements such as the dialogue of knowledge, the word circles, the collective construction and management of knowledge, and the valuation of popular knowledge in the unit information scenario fostered the strengthening of the relationship between the community library and the community itself. The knowledge arising directly from the analysis of this experience is a contribution to the theoretical reflection on the challenges and achievements that community libraries and those who lead their management must face on a daily basis.

Keywords: Community libraries, popular knowledge, knowledge construction, knowledge management, systematization of experiences.

Contenido

INTRODUCCIÓN	1
1. SITUACIÓN PROBLEMA	4
2. PLANTEAMIENTO	5
2.1. Descripción.....	5
2.2. Justificación.....	9
2.3. Objetivos	11
2.3.1 Objetivo General.....	11
2.3.2 Objetivos específicos.....	12
3. MARCO REFERENCIAL.....	13
3.1. Marco de antecedentes	13
3.2. Marco teórico	24
3.1.1. Conocimiento emergente	24
3.1.2. Bibliotecas comunitarias.....	28
3.3. Marco Contextual.....	32
3.3.1. Territorio resiliente	35
3.3.2. Biblioteca comunitaria <i>Centro social Libertatia</i>	37
3.3.3. Círculos de lectura y talleres de alfabetización	40
3.3.4. Perspectivas de la biblioteca comunitaria.....	45
3.4 Marco legal.....	46
3.4.1. Patrimonio Cultural Inmaterial	47
3.4.2. Biblioteca pública y biblioteca comunitaria	50
3.4.3. Manifiestos y Directrices.....	53
3.5 Marco conceptual	54
4. MARCO METODOLOGICO.....	56
4.1. Caracterización de la investigación.....	56

4.1.1. Clase de investigación	56
4.1.2. Tipo de Investigación.....	57
4.1.3. Enfoque.....	58
4.1.4. Línea de investigación	58
4.1.5. Población, muestra y unidad de análisis	59
4.2. Diseño metodológico.....	61
4.2.1. Delimitación de la experiencia	63
4.3. Análisis e interpretación de datos.....	65
4.3.1. Descripción de la experiencia.....	65
4.3.2. Análisis de la experiencia	86
4.3 Conclusiones y recomendaciones.....	94
BIBLIOGRAFÍA	97
ANEXOS	101
Anexo A.....	102
Anexo B.....	104
Anexo C.....	105
Anexo D.	111
Anexo E. Entrevista Iver Cruz	115
Anexo F. Transcripción Taller No.1	125
Anexo G. Transcripción Taller No. 2.....	151
Anexo H. Transcripción Taller No. 3	162
Anexo I. Transcripción Taller No. 4.....	175
Anexo J. Transcripción Taller No. 5.....	183
Anexo K. Cartilla Plantas de la memoria.....	198
Anexo L. Árbol de problemas	203

Lista de figuras

FIGURA 1. FICHA TÉCNICA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE PLANTAS. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA.....	77
FIGURA 2. ALISTAMIENTO DE PLANTAS PARA EL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA	78
FIGURA 3. DISPOSICIÓN DE LAS PLANTAS EN LAS LÁMINAS DEL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA.	79
FIGURA 4. IDENTIFICACIÓN DE PLANTAS PARA EL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA	79
FIGURA 5. PLANTA EXPUESTA EN EL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA	80
FIGURA 6. PLANTA EXPUESTA EN EL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA	81
FIGURA 7. EXPOSICIÓN DEL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA	82
FIGURA 8. EXPOSICIÓN DEL HERBARIO. FUENTE BIBLIOTECA CENTRO SOCIAL LIBERTATIA	82

Lista de Tablas

TABLA 1 <i>DELIMITACIÓN DE LA EXPERIENCIA A SISTEMATIZAR</i>	61
TABLA 2 <i>ESQUEMA GENERAL DE LA SISTEMATIZACIÓN</i>	102
TABLA 3 <i>CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA</i>	104
TABLA 4 <i>ESQUEMA DE SISTEMATIZACIÓN ENCUENTRO DE PRESENTACIÓN DEL TALLER DE PLANTAS</i>	105
TABLA 5 <i>ESQUEMA DE SISTEMATIZACIÓN TALLER DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS</i>	106
TABLA 6 <i>ESQUEMA DE SISTEMATIZACIÓN TALLER DE REMEDIOS PARA EL DOLOR</i>	107
TABLA 7 <i>ESQUEMA DE SISTEMATIZACIÓN TALLER DE SALUD FEMENINA</i>	108
TABLA 8 <i>ESQUEMA DE SISTEMATIZACIÓN TALLER DE SOCIALIZACIÓN</i>	109
TABLA 9 <i>PARÁMETRO 1: SABERES</i>	111
TABLA 10 <i>PARÁMETRO 2: IDENTIDADES Y ROL DE LA BIBLIOTECA</i>	113

INTRODUCCIÓN

El presente documento de trabajo de grado se desarrolló desde el programa Ciencias de la Información y la Documentación, Bibliotecología y Archivística y está inscrito en la línea de investigación Gestión de la Información. En esta investigación se presenta el ejercicio de sistematización de experiencias del taller *Plantas de la memoria*, realizado por la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* del barrio Arborizadora Alta, localidad Ciudad Bolívar, en Bogotá D.C. en el año 2016.

Las bibliotecas comunitarias se encuentran, principalmente, ubicadas en zonas vulnerables marcadas por el conflicto social y armado de las últimas décadas y a través de ellas, las comunidades encuentran posibilidades para superarse con una mirada transformadora para reconstruir el tejido social minado por las violencias producto de la inequidad social existente. Si bien, hay mayor interés por visibilizar las bibliotecas comunitarias y lo que en ellas acontece, estas continúan siendo un terreno inexplorado para la ciencia bibliotecológica en el país.

La diversidad de bibliotecas comunitarias dificulta su caracterización bajo un único modelo de biblioteca; sin embargo, es posible encontrar elementos en común que atañen a su ejercicio y que permiten comprenderlas a profundidad con el propósito de ampliar las miradas frente a los retos actuales del profesional en Bibliotecología. Una manera de explorar estos escenarios es reflexionando a partir de la realidad en la que sucede la experiencia bibliotecaria, escuchando las voces de quienes las lideran, pero además de quienes asisten en busca no solo de información sino del encuentro comunitario. Allí se encuentran las claves

para conocer las dimensiones de estas bibliotecas de carácter popular, sus métodos, los servicios que presta, las necesidades, propuestas y desafíos que enfrentan.

En este sentido, la presente investigación visibiliza los elementos hallados tras la ordenación y análisis de la experiencia taller *Plantas de la memoria*. La recuperación e interpretación de esta práctica bibliotecaria bajo la metodología de la sistematización de experiencias, busca aportar elementos de análisis para ser tenidos en cuenta en futuras propuestas metodológicas de la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* y que además puedan resultar útiles a otras bibliotecas de la misma naturaleza, además de aportar a la reflexión teórica de la ciencia bibliotecológica con conocimientos extraídos directamente de la práctica.

La investigación se realiza en torno a la pregunta problema ¿De qué forma la sistematización de la experiencia comunitaria *Plantas de la memoria* fortalece la relación entre la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* y la comunidad del barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)? Esta pregunta surge de la necesidad de fortalecer la relación entre la biblioteca y la comunidad del barrio Arborizadora, pues el vínculo se encontraba debilitado y por ende la función de la unidad de información.

Para responder a esta pregunta se plantearon tres momentos para la investigación. Un primer momento que da cuenta de las condiciones sociales, económicas, políticas y también culturales del barrio Arborizadora Alta y en este contexto como se da el proceso de configuración de la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*.

Un segundo momento de la investigación está relacionado con el ordenamiento de la información recolectada sobre los talleres realizados; como son, las fichas técnicas de casa sesión, la entrevista al coordinador de la biblioteca, fotografías y audios tomados durante los

encuentros. Darle orden a la experiencia, permitió encontrar el sentido de lo realizado, identificar las dificultades del proceso; así como las fortalezas del taller y los resultados positivos de su realización.

El tercer momento se realizó el análisis de la información, el cual se hizo teniendo en cuentas los objetivos planteados al inicio de los talleres, los enfoques y estrategias metodológicas que se construyeron para trabajar con usuarios adultos mayores. Este análisis no versa exclusivamente sobre los aspectos técnicos del taller, sino también sobre las subjetividades encontradas en el ordenamiento de la experiencia; es decir, al sentipensar de los usuarios.

Por último, se plantean las lecciones aprendidas tras la experiencia de sistematización que dan cuenta de la importancia del diálogo de saberes, los círculos de palabra, la construcción y gestión del conocimiento de manera colectiva y la valoración de saberes populares en el escenario de la unidad de información para contribuir al fortalecimiento de la relación entre la biblioteca comunitaria y los usuarios.

1. SITUACIÓN PROBLEMA

¿De qué forma la sistematización de la experiencia comunitaria Plantas de la memoria fortalece la relación entre la biblioteca comunitaria Centro social Libertatia y la comunidad del barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)?

2. PLANTEAMIENTO

2.1. Descripción

En el barrio Arborizadora Alta de la localidad Ciudad Bolívar en Bogotá D.C, funciona desde el año 2013 la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*. Esta biblioteca fue creada a partir de los esfuerzos conjuntos de miembros de la comunidad y personas cercanas a procesos educativos populares como estudiantes y profesionales de diversos centros de formación de la ciudad. La motivación inicial para la creación de la biblioteca era fortalecer los procesos de educación popular que se daban en el Centro social a partir de formas alternativas de gestión del conocimiento, posibilitando el acceso a él de manera horizontal y abierta, de acuerdo a las condiciones y necesidades de los usuarios y del territorio.

Durante la existencia de la biblioteca, su gestión ha estado centrada en la organización, clasificación y circulación del material bibliográfico, llegando a contar para esta labor con más de 300 libros para uso de la comunidad y del Centro. Así mismo, en la realización de talleres como parte de su oferta de servicios para la promoción de lectura y alfabetización con énfasis en la población adulta mayor. En estos talleres de lecturas colectivas, las y los usuarios tenían un lugar de encuentro semanal para acercarse no solo a autores de literatura universal, sino además para re-aprender, según el caso, a leer y escribir contribuyendo al mejoramiento de sus condiciones de vida.

Sin embargo, es necesario mencionar que la Biblioteca *Centro social* se enfrenta a varias dificultades que limitan su crecimiento y perspectiva. Estas dificultades son el reflejo de una problemática central, como es la relación desarticulada entre la comunidad y la biblioteca, un

vínculo débil que preocupa profundamente si se tiene en cuenta la naturaleza de la biblioteca misma. Por ser comunitaria, su fortaleza radica en el encuentro y diálogo con lo colectivo.

Se pueden señalar como consecuencias de esta desarticulación: 1. Debilitamiento de la biblioteca; es decir, su ejercicio es limitado y no hay creatividad en su trabajo e intervención como agente local cultural. Pocas personas la reconocen y hacen uso de la misma, la construcción en red con otras bibliotecas similares del sector es esporádica y el diálogo con instituciones es inexistente

2. Debilitamiento del compromiso de las personas involucradas en la tarea de gestionar y administrar el espacio. La necesidad de sacar adelante la biblioteca comunitaria ha generado liderazgos juveniles positivos que se motivan en la búsqueda del bienestar común, en la biblioteca, las y los jóvenes también han abierto caminos para habitar el territorio desde otros intereses, que interpelan con el conflicto social y armado que se vive allí y las maneras de enfrentarlo desde la literatura, la música, el teatro y demás artes. Pero no resulta fácil mantener estos liderazgos si el espacio para desarrollarse no los motiva a asistir, a involucrarse e interesarse en su construcción y cuidado.

3. La baja asistencia de usuarios a consultar el material o a participar de los talleres ofrecidos;

4. La falta de reconocimiento y valoración por parte de la comunidad de la biblioteca, desaprovechándose como un escenario de aprendizaje no formal y gratuito del sector que podría beneficiar a adultos, niñas, niños y jóvenes de la comunidad. 5. La biblioteca comunitaria no contiene información sobre el territorio, historia, conflictos, experiencias comunitarias, procesos administrativos de la localidad, mapas o memorias locales que pueden resultar de interés para la comunidad o para otras personas como investigadores o estudiantes.

6. Además de la consulta general de material y de los talleres ofrecidos, no hay propuestas de

servicios diferenciales con sentido incluyente para todas las personas del barrio, esto en relación con la ausencia de desarrollo de colecciones. 7. La biblioteca no ha construido una identidad característica que le haga sobresalir frente a otros espacios similares en el sector.

En este sentido, como causas del problema general se encuentran: 1. En los últimos años la biblioteca no ha desarrollado procesos de reflexión sobre sí misma; es decir, que el análisis del contexto que se hizo en su constitución, no se ha actualizado para traducirlo procesos más acordes a lo que se vive en la actualidad. 2. Se ha dejado de lado la labor de caracterización sistemática de los potenciales usuarios a atender, quiénes son, qué buscan, qué esperan de la biblioteca, qué les interesa saber. 3. No se ha ordenado una memoria de la experiencia de la biblioteca desde sus comienzos, que le permita volver sobre lo recorrido para depurar y mejorar acciones. 4. Los horizontes de trabajo se encuentran limitados a acompañar los procesos de educación del *Centro social* y no se desarrollan propuestas educativas autónomas, además de los talleres de alfabetización y promoción de lectura. 5. La biblioteca no integra dentro de su material de consulta el sentipensar de la comunidad, sus manifestaciones culturales que dan sentido y orden a su mundo. ([Ver Anexo L](#))

Para el año 2018, debido a la falta de recursos económicos y humanos para sostener el inmueble donde se realizan las actividades, se plantea la transformación del *Centro Social* hacia una unidad itinerante de educación y trabajo comunitario en la localidad. Es así como se decide iniciar una ruta de trabajo que permita recoger el acumulado del proceso comunitario logrado hasta el momento y desemboque en perspectivas para continuar fortaleciendo el tejido social desde nuevas prácticas comunitarias.

Este cambio no es ajeno a la biblioteca y en este panorama, surge la necesidad de realizar reflexiones y procesos memoria que resignifiquen las experiencias vividas para identificar aprendizajes, alcances y posibilidades a futuro que le permita existir y mejorar en este nuevo escenario de itinerancia, teniendo en cuenta las dificultades que ya enfrenta. La presente investigación responde a ese llamado de reflexionar desde la biblioteca comunitaria su quehacer y traducir esas comprensiones en elementos teóricos, metodológicos, narrativos, de recursos, y demás, que retroalimenten y fortalezcan su ejercicio en la nueva etapa de trabajo, superando las causas de la desarticulación entre la comunidad y la biblioteca.

Uno de los eventos más significativos en el camino recorrido por la biblioteca comunitaria son los talleres de recuperación de saberes sobre plantas y sus usos medicinales *Plantas de la memoria*. Este espacio, diferente a los talleres de alfabetización y promoción de lectura, se dio como respuesta al interés de un grupo de habitantes del territorio que querían “hablar de plantas”, siendo un tema recurrente en sus encuentros. Inicialmente, el objetivo de los talleres fue la sistematización de saberes sobre plantas medicinales; sin embargo, este objetivo se fue enriqueciendo a la par de otros resultados visibles que paulatinamente se mostraron durante el proceso, y que significaron un cambio en la dinámica del espacio, así como en la intención y alcances del servicio bibliotecario ofrecido.

Resulta valioso recuperar y analizar críticamente esta práctica bibliotecaria que sobresale por sus resultados positivos, *para comprenderla, extraer sus enseñanzas y comunicarlas* (Jara Holliday, 2011). Pues, las situaciones dadas en esta experiencia puedan dar pistas de herramientas para trascender las causas de la problemática general.

Este ejercicio de memoria y análisis se realiza a partir del enfoque metodológico de sistematización de experiencias; que, como menciona Oscar Jara:

Es aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido en ellas: los diversos factores que intervinieron, cómo se relacionaron entre sí y por qué lo hicieron de ese modo. La Sistematización de Experiencias produce conocimientos y aprendizajes significativos que posibilitan apropiarse de los sentidos de las experiencias, comprenderlas teóricamente y orientarlas hacia el futuro con una perspectiva transformadora. (2011, p 4)

El enfoque se ajusta a la motivación de encontrar y analizar las razones de lo que sucedió, posibilitando nuevos conocimientos desde la praxis para aplicarlos a futuros procesos en la biblioteca comunitaria.

De esta manera, se plantea la pregunta problema ¿De qué forma la sistematización de la experiencia comunitaria *Plantas de la memoria* fortalece la relación entre la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* y la comunidad del barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)?

2.2. Justificación

La presente investigación busca recuperar e interpretar de manera crítica el proceso y los resultados de los talleres de rescate y difusión de saberes populares sobre plantas medicinales *Plantas de la memoria*, realizados por la biblioteca comunitaria del *Centro social Libertatia*, a través de la metodología de sistematización de experiencias.

Al rescatar esta experiencia bajo este enfoque de investigación se pretende que, el resultado del ejercicio de memoria permita dotar elementos de análisis a la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* para ser tenidos en cuenta en sus procesos metodológicos y de articulación con las necesidades e intereses de la comunidad; con el fin de fortalecer sus acciones como actor cultural y pedagógico en el territorio y así mismo, aportar al

empoderamiento de la comunidad y a la reafirmación de identidades sociopolíticas de las y los sujetos; objetivo esencial para el *Centro social Libertatia*.

La biblioteca comunitaria por su esencia resulta un espacio fundamental en la comunidad, pues ante las escasas oportunidades sociales con que cuentan sus habitantes, la autogestión de escenarios culturales y educativos resulta no solo es una respuesta comunitaria histórica, sino también en un acto de esperanza, en una puerta por donde colar sueños que superen la injusticia social.

Por otra parte, en la revisión de fuentes de la presente investigación se ha podido comprobar que en el país aún es escaso el desarrollo teórico sobre una parte de la realidad fenomenológica de Bibliotecología, denominada *bibliotecas comunitarias*. Lo que sucede en estos lugares, las relaciones que se dan, actores, elementos, dinámicas, retos, avances, categorías, entre otras tantas posibilidades de análisis; sigue siendo aún un terreno completo por recorrer. No obstante, si existen avances en la caracterización y experiencias de las unidades de información de esta naturaleza que valoran y recogen la riqueza de saberes, experiencias, relaciones y cotidianidades que concurren en estos espacios no formales de educación y cultura.

En este contexto, esta investigación se suma a estos esfuerzos por reconocer y valorar las bibliotecas comunitarias como espacios donde se desarrollan prácticas emergentes del conocimiento que pueden aportar al debate académico de la ciencia bibliotecaria otras miradas para la construcción de nuevas categorías de análisis. Esfuerzos que posibilitan comprender la realidad no solamente desde los aspectos técnicos de la biblioteca, sino

además de las dimensiones sociales transversales en ella; comprender como funciona la bibliotecología desde el terreno donde se está sucediendo.

La conflictividad social y política de los territorios colombianos, también enmarca la realidad que enfrentan las bibliotecas comunitarias; de tal manera que estas, en muchas oportunidades, deben responder propuestas de acción diferentes de las bibliotecas denominadas institucionales u oficiales. La posibilidad de encontrar y difundir estas múltiples estrategias de acción autónomas, creadas desde la práctica social, se pueden traducir en escenarios para el estudio y mejoramiento de la capacidad de gestión del profesional bibliotecólogo, aportando al fortalecimiento del perfil, sus alcances, capacidades y comprensiones del mundo.

Por último, a esta investigación le interesa abordar la relación biblioteca comunitaria y el sentipensar de la comunidad, como las relaciones horizontales que se establecen entre la biblioteca comunitaria y las y los habitantes del sector resulta determinante para el ejercicio cotidiano de trabajo. Observar esta relación, es observar también narrativas invisibilizadas hasta el momento para la Bibliotecología, que emergen desde la realidad popular y que son útiles en la construcción de nuevos paradigmas en los servicios bibliotecarios para las/los sujetos sociales, no solo desde los enfoques diferenciales, sino además desde el reconocimiento de otras manifestaciones culturales.

2.3. Objetivos

2.3.1 Objetivo General

Sistematizar el impacto de la experiencia comunitaria *Plantas de la memoria*, para el fortalecimiento de la relación entre la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* y la comunidad del barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)

2.3.2 Objetivos específicos

- Reconstruir el proceso de los talleres *Plantas de la memoria* llevado a cabo en el segundo semestre del año 2016 por la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* en el barrio Arborizadora Alta.
- Analizar críticamente los factores que incidieron en el desarrollo de los talleres *Plantas de la memoria* de la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*.
- Interpretar los elementos de análisis encontrados en el proceso de sistematización de la experiencia comunitaria *Plantas de la memoria* y su impacto en el fortalecimiento de la relación biblioteca comunitaria – comunidad.

3. MARCO REFERENCIAL

3.1. Marco de antecedentes

En el presente estudio que se lleva a cabo, existen los siguientes antecedentes:

Campos Machado, Morerira Prado, da Silva, Lira, & Tadashi (2011) detallan la experiencia de creación de la Red de bibliotecas comunitarias de Brasil (RBBC), la cual fue creada como respuesta a la ausencia de espacios formales para debatir sobre la realidad de las bibliotecas comunitarias en Brasil. Varios estudiantes y profesionales del campo de la Bibliotecología y Ciencia de la Información, así como bibliotecarios, investigadores y líderes comunitarios decidieron crear una red social que posibilitara compartir información sobre las prácticas bibliotecarias, el acceso a colecciones locales, debatir sobre la autonomía de las bibliotecas, generar redes e intercambios y alentar a la construcción de políticas públicas para las bibliotecas comunitarias.

Los autores caracterizan a las bibliotecas comunitarias “como prácticas espontáneas, idealizadas e implementadas por agentes individuales o colectivos: ciudadanos promedio, con o sin capacitación formal, con o sin apoyo institucional” (2011, p 2), se ubican mayoritariamente en zonas periféricas, en respuesta a las dificultades de acceso a educación y cultura y a la inexistencia de la presencia estatal a través de las instituciones. También resaltan que

Estos nuevos espacios de lectura, en su mayor parte, han sido creados por personas que de ninguna manera están conectadas a los campos de Bibliotecología o Ciencia de la información. Su objetivo es reunir una colección para proporcionar acceso a libros y material de lectura, especialmente para niños y miembros jóvenes de un área determinada. (2011, p 3)

En cuanto la red, se relata la metodología usada para su construcción como red social, los

principios democráticos de trabajo que la rigen, entre otros datos como ubicación geográfica de los usuarios, perfiles, intereses, entre otros.

Campbell Jerez (2007) profundiza la mirada sobre la biblioteca comunitaria como un referente para el crecimiento socio-económico de las comunidades vulnerables. En su artículo contextualiza la situación socioeconómica de Nicaragua, señalando los obstáculos que tiene el país en general para consolidar mejores y mayores oportunidades en educación, salud, ingreso y empleo, como lo plantea el Informe de Desarrollo Humano de las Naciones Unidas.

El autor diferencia las bibliotecas públicas municipales de las bibliotecas comunitarias, de estas últimas las describe como una red de bibliotecas públicas apoyadas técnica y metodológicamente por la Biblioteca Nacional, que brindan “los servicios básicos de consulta y préstamo de libros en salas de lectura” (2007, p 3) y de promoción de lectura infantil. Por otra parte, coincide con el anterior artículo, al señalar que las bibliotecas comunitarias “independientes” se ubican en los municipios y comunidades que no cuentan con el recurso estatal de la biblioteca pública. De acuerdo a la institución que las promueve existen unidades comunitarias, especializadas, centros de documentación, todas con el objetivo “de prestar un servicio público ante la necesidad de la población en general y la demanda de la población estudiantil en particular” (2007, p 4).

Campbell menciona la necesidad que las bibliotecas comunitarias actúen además como Centros de Información Comunitarios, “es decir, el “lugar” donde cualquier miembro de la comunidad o cualquier visitante acuda con la certeza de encontrar con rapidez y precisión, información sobre la estructura poblacional, educacional, de salud, económica y cultural de la localidad donde actúa.” (2007, p 5), con el fin de convertirse en bibliotecas de referencia

sobre la misma comunidad en la que se encuentra.

Para explicar esta propuesta, expone los principales elementos desarrollados en el documento Diagnóstico de Bibliotecas comunitarias apoyadas por SIMAS (Servicio de Información Mesoamericano sobre Agricultura Sostenible), en el cual se elaboran elementos metodológicos para construir una nueva misión y funciones de la biblioteca comunitaria, que siendo un ente activo ayude a fortalecer la comunidad de la que hace parte. En el documento se presenta la actual misión de la biblioteca como “satisfacer necesidades de información de los usuarios” (2007, p 7), los elementos fundamentales que componen una biblioteca: una colección organizada, un personal y la existencia de usuarias y usuarios. Así mismo, relaciona la función social de la biblioteca como intermediaria entre las/los autores de información y quienes están interesados en conocerla.

De acuerdo a lo anterior, el autor propone que la biblioteca comunitaria “agregue a la función anterior de organizar, una nueva función de sistematizar y producir su propia información para ayudar a mejorar la comunidad” (2007, p 10) Esta nueva función posibilita que la biblioteca sea un centro de información que esté buscando y compilando información inédita que satisfaga nuevas demandas de información. Esta información desde y para la comunidad se encuentra dispersa, para lo cual se propone la sistematización, como una práctica para “buscar, compilar y organizar información según ejes determinados” (2007, p 11).

Finalmente, el autor señala diferentes estrategias para la búsqueda y recopilación de información, así como de promoción de la labor de la biblioteca, alianzas con actores locales y el desarrollo de diferentes servicios que hagan uso de la diversidad de información recolectada como Centro de Información Comunitario.

Un ejemplo de una experiencia organizativa comunitaria que se decanta en la creación de una biblioteca comunitaria con el fin de fortalecer la comunidad a la que se subyace, es la presentada por Gorosito López (2003), en su texto retrata un proceso de autogestión local que estimula el desarrollo educativo y cultural de uno de los tantos “barrios urbanos periféricos pobres” (2003, p 35) en la ciudad de San Fernando VI región de Chile.

En la población conocida como 18 de septiembre habitan “familias de trabajadores, provenientes del sector terciario, de la temporada agrícola, semi-desocupados y cesantes entre otros” (p, 35), los cuales son víctimas por su condición socioeconómica de discriminación y marginalización. Esta situación conllevó a que los habitantes se organizaran en una acción colectiva para constituir la biblioteca comunitaria, “La idea de biblioteca nace en contra de la exclusión social, y como principio de justicia social que reivindica la dignidad humana, el derecho a la información y lo que en este momento histórico significa para cada poblador (ciudadano). El trabajo bibliotecario que allí se gesta es eminentemente social, en contra de la discriminación y toda actitud humana intolerante, clasista y de atropello histórico a la dignidad humana.” (2003, p 37)

Gorosito argumenta como en las bibliotecas comunitarias el componente informativo es un proceso de creación permanente que oscila de acuerdo a los recursos e intereses creativos disponibles y cuenta con la participación directa de la comunidad, quien también es la propia beneficiaria, a través del diálogo social “como un medio eficaz para fomentar una relación de trabajo en equipo que permita su relación con el mundo circundante.” (2003, p 37).

La filosofía de trabajo de la biblioteca se sostiene en el sentido de comunidad dado en la

práctica misma, como un espacio permanente de intercambio de experiencias, reflexiones y acciones. La práctica educativa y metodológica de la organización biblioteca se construye a partir del postulado de Paulo Freire de “la educación para la libertad”, como “un acto de conocimiento y en proceso de acción transformativa que debería ejercerse sobre la realidad” (2003, p 39)

Esta filosofía de trabajo señalada por Gorosito en la experiencia chilena, también es reconocida por Elizabeth Suarique en la presentación de su experiencia como líder en una biblioteca comunitaria de la localidad de Suba, Bogotá D.C. y como en esta práctica cotidiana de ser bibliotecaria se fueron dando distintas reflexiones en torno al espacio mismo “por esto fue necesario asumir la biblioteca comunitaria como un tema de reflexión, escapar de los afanes de la cotidianidad y empezar a conversar permanentemente acerca de este espacio como un fenómeno social relevante, común en nuestro país y compartido en otros países latinoamericanos” (2011, p 90)

Suarique caracteriza a las bibliotecas comunitarias como microprocesos que se encuentran al margen de las políticas y programas macro de apropiación y producción de la cultura y el conocimiento; en ellas se recrean relaciones propias con el conocimiento, integra diversidad de saberes y narrativas “estas bibliotecas tienen en esencia y, en primer lugar, una relación ineludible con el conocimiento, cualquiera sea su formato o su origen” (2011, p 90). En la biblioteca comunitaria se encuentra el libro y la escritura al lado de otras formas de narrar el saber cómo los tejidos o la oralidad y estas formas de difusión del conocimiento son precisamente las que sostienen la cultura en el territorio. La autora menciona en su experiencia, que en la biblioteca comunitaria “se reivindica el saber popular frente a una educación oficial que elabora los manuales de historia, y que prescribe la cultura general de

un país en las enciclopedias y los libros de texto escolar” (2011, p 91)

Otra mirada a las bibliotecas comunitarias, la presenta Antonio Gorosito López en su artículo *La biblioteca centro del que-hacer comunitario*. Gorosito, aborda el rol social de la biblioteca comunitaria, especialmente como un facilitador de recursos y generadora de activos para la superación de la pobreza.

En primer lugar, conceptúa frente al termino cultura y lo ubica como una experiencia comunitaria que implica una vinculación con el otro y se ubica en un territorio local de pertenencia “En este espacio definimos a la cultura como una experiencia comunitaria que supone una constante relación de diálogo del humano consigo mismo y los demás agentes de la comunidad; y también con su ambiente geográfico.” (2009, p 12). Es decir, la cultura no está aislada de las relaciones políticas, económicas y sociales que se dan en la realidad; la biblioteca entonces es espacio social determinado por esa realidad:

Planteando una acción cultural que se define como política y como gestión bibliotecaria, definida desde una noción de cultura integral que concibe a la biblioteca como una organización cultural propia de la comunidad. (2009, p 13).

Entre la biblioteca comunitaria y el medio social en que se encuentra, resulta fundamental establecer una relación sustentada en valores, voluntades y capacidades distintas a quienes patrocinan la cultura de acuerdo a intereses dominantes

La cultura delegada a los sectores dominantes se reserva todo el poder político y cultural, repercutiendo en la concepción de biblioteca dominante, y se refleja en las prácticas, así como en los discursos, o en los métodos preestablecidos para mantener las estructuras hegemónicas de las relaciones sociales y educativas.

En el espacio comunitario esto constituye un problema en sí mismo limitando los campos del saber, prevaleciendo desequilibrios de poder, y una falta de integración de contenidos culturales locales. A su vez imposibilita –entre otras cosas- la construcción de un proyecto

bibliotecario horizontal y participativo. (2009, p 15).

Para Gorosito, las bibliotecas comunitarias están relacionadas con el acceso y participación de la base social que ha sido marginada. Esta relación determina su misión y la construcción de bienes y servicios culturales

En esta misma perspectiva y en conjunto con la comunidad, la biblioteca debe definirse como un centro del que-hacer comunitario, es decir un espacio que la comunidad lo reconociera como propio. Para ello es importante que sus componentes esenciales: educación, información y cultura sean herramientas facilitadoras. (2009, p 16)

En cuanto al sentido comunitario de la biblioteca, este también incide en la construcción de la misión de la biblioteca comunitaria; pues, en el espacio comunitario no solo se denotan las condiciones de dominación, sino además los procesos de resistencia y posibilidades de transformación

Descubrir estas experiencias, es en una primera instancia, de dialogo y trabajo, así como para definir lo que podemos comprender como cambio; relacionado directamente con el rol del profesional en la construcción del conocimiento y en la transmisión de ese valor en comunidad. (2009, p 18)

La biblioteca como proyecto cultural comunitario se sustenta en el conocimiento y en los saberes de todos los que son comunidad.

En esto se asocian la cultura y el capital social de la comunidad como elementos esenciales en el desarrollo humano, el grado de asociatividad de las personas; significa ampliar las capacidades humanas y las oportunidades para crear un proyecto cultural en bibliotecas y en la comunidad. (Gorosito, 2009, p 19).

Y en esa cultura local sustentada en el diálogo de saberes, es posible rescatar la memoria del territorio, tal como propone Campbell en su idea de una nueva función de la biblioteca comunitaria

Como una manera de conservar el pasado y difundirlo, dar opción a acceder a la memoria histórica de los pobladores, no sólo permite re-crear una función bibliotecaria que

complementa los planes y programas educativos formal, es también una forma de conciencia deliberada de los procesos sociales y culturales de la propia comunidad. (2009, p 21).

Gorosito propone ir más allá de las funciones tradicionales de la biblioteca, y aprovechando su lugar dentro del escenario comunitario, construir un saber producido en la realidad contextualizado

Este proceso considera la generación de información por la propia comunidad como un recurso fundamental para su desarrollo. Destacando, especialmente la función propia de informar de la biblioteca con un carácter inclusivo, priorizando la información para la participación ciudadana en el ámbito cultural. (2009, p 27).

Alejandro E. Parada en su artículo para la revista de Información, cultura y sociedad de la Universidad de Buenos Aires, argumenta la importancia de la relación entre la bibliotecología y la responsabilidad social.

En primer lugar, estudia la incidencia de las tecnologías de la comunicación en la profesión, generando una *modernidad bibliotecaria* “esto es, por una biblioteca más eficiente y competitiva en todas sus dependencias, por una entidad cultural autosuficiente como una empresa” (1999, p 66).

Si bien reconoce que las actuales orientaciones bibliotecológicas aplicadas con moderación y criterio pueden solucionar los problemas actuales de las bibliotecas y que la bibliotecología latinoamericana solo puede progresar si aborda las nuevas tecnologías de información, con el fin de generar posibilidades de independencia y diferenciación cultural frente al mundo globalizado; la velocidad con que están ocurriendo los cambios tecnológicos puede llevar a que los bibliotecarios latinoamericanos olviden las ideas esenciales de la profesión

El peligro existe, pues, en un culto excesivo y desenfrenado a las nuevas concepciones tecnológicas, tal como ya lo ha advertido, entre otros muchos, John Buschman, pues se corre

el riesgo de “abandonar el propósito social” que históricamente caracterizó al movimiento bibliotecario (Buschman, 1995:214). (Parada, 1999, p 67)

Lo anterior lo describe como una paradoja paradigmática *el extrañamiento de la noción de servicio y responsabilidad social*, que él mismo define como

Se trata de una paradoja paradigmática, de una inflexión sutil en coyuntura de crisis: en el momento histórico en que debemos desarrollar las nuevas tecnologías de información, nos encontramos exageradamente ceñidos a una visión empresarial del movimiento bibliotecario, en la cual la noción de servicio gratuito e irrestricto para todos los individuos se encuentra debilitada (Parada, 1999, p 69).

Para Parada, resulta fundamental recobrar la dimensión social de la bibliotecología y ejercer el equilibrio con la visión empresarial-pragmática que hoy se practica en muchas entidades. Sin este equilibrio, la profesión estará

“condenado a vegetar como otro tecnicismo más, o en todo caso, como una profesión ancilar y sin personalidad alguna. Debemos, pues velar por “una bibliotecología no fundada sobre el elitismo y la hegemonía, sino sobre la comunidad, la resistencia y el progreso” (Atton, 1997: 106). (Parada, 1999, p 70)

Una de las consecuencias más graves de este desequilibrio es el desestímulo a la teoría y la investigación bibliotecaria, el autor considera que el medio social es el espacio “que permite a los bibliotecarios meditar sobre últimas y fundamentales esencias en su quehacer” (1999, p 71). Finalmente, Parada menciona que, este debate como otros que se presentan en el quehacer de la profesión, son necesarios, pues “las aparentes debilidades, en las cuales las posiciones dubitativas parecen hacer constante eclosión, son en realidad expresiones vigorosas que buscan definir nuestro perfil como disciplina científica e inevitablemente social” (1999, p 72).

Parte del acercamiento a la realidad social de la biblioteca comunitaria requiere de la utilización de otros métodos y metodologías de investigación cualitativas que hasta el

momento se han desestimado en la investigación bibliotecológica; en su artículo, Una Introducción a las Metodologías de Investigación Cualitativa Aplicadas a la Bibliotecología, Zapopan Muela busca analizar en forma sintetizada la aplicación de metodologías de investigación cualitativas a la Bibliotecología; así como motivar a desarrollar investigaciones de este en el campo profesional.

Por tanto, si se pretende que la biblioteconomía y documentación sea una disciplina científica reconocida y que la actuación profesional sea metódica y sistemática, resulta imprescindible un detallado estudio de los elementos que componen el método científico al igual de las técnicas que permiten aplicarlo, sea para producir nuevo conocimiento (investigación básica), sea para aplicarlo (investigación aplicada), sea para actuar sobre la realidad y tomar decisiones fundadas (investigación acción), sea para evaluar objetivos, programas, servicios (investigación evaluativa). Emilio Delgado López-Cózar 2001: 53. (Muela Meza, 2004, p 5)

Una razón para motivar la investigación cualitativa en el campo de las bibliotecas es que la investigación cuantitativa resulta insuficiente a la hora de revisar a profundidad los fenómenos de interés de la Bibliotecología

Sucintamente ha quedado muy claro que, por ejemplo, las estadísticas nacionales de uso de las bibliotecas públicas de un país, digamos México, puedan mostrar datos increíblemente positivos y maravillosos obtenidos mediante cuestionarios, encuestas y análisis estadísticos – metodologías cuantitativas---. Sin embargo, si se hiciese una muestra más reducida de cualquier estado, o si se tomase una biblioteca o dos o tres por estado, y se les investigara junto a sus comunidades a las que éstas sirven, mediante metodologías cualitativas, ahí, precisamente en el terreno y el contexto, entonces se encontrarían resultados que distarían de ser positivos y menos maravillosos, pues mientras las metodologías cuantitativas en general son más frías, e impersonales, tampoco tienen, por su naturaleza, mucho margen de verificar que lo que los encuestados contestaron por correo postal, teléfono, o correo electrónico. (2004, p 10)

El autor define metodología, a partir de los niveles de análisis de la investigación en las ciencias sociales elaborado por el sociólogo David Silverman. Según este, metodología se

define “como uno abordará el estudio de cualquier fenómeno. En la investigación social las metodologías pueden ser definidas de manera muy general (e.g. cualitativa o cuantitativa) o muy particular (e.g. teoría fundamentada en el terreno – grounded theory—o análisis de conversación)” (Silverman, 2000: 7).” (2004, p 2). Siguiendo este esquema, Mesa caracteriza el método y la metodología de investigación:

Por lo que simplemente a lo que en general se le conoce como método científico o método de investigación científica, aquí se le toma como metodología, y lo que en general se toma como técnica de investigación aquí se le toma como método. (2004, p 2)

Frente a la selección de la metodología adecuada para desarrollar un problema de investigación, Mesa reconoce que

Westbrook (1994: 242) argumenta que “el problema de investigación debe determinar la metodología de investigación y los métodos empleados. Ninguna metodología única embona para cada problema; debe hacerse una elección. Algunas áreas de la bibliotecología son muy nuevas, muy complejas, o muy inexploradas que los académicos están buscando por metodologías adicionales o diferentes. (2004, p 6)

Posteriormente enlista diferentes metodologías que corresponden a la investigación cualitativa como la auditoría social, metodología de grupos focales, perfil o análisis de la comunidad, el cual es

El perfil de la comunidad a la que la biblioteca sirve o planea servir involucra, según Beal, el relacionar el servicio de la biblioteca con las realidades de la comunidad a la que sirve; una recolección sistemática de evidencias acerca de la comunidad; establecimiento de prioridades en el servicio y un servicio de mercadotecnia bibliotecaria. (2004, p 6)

Así mismo también indica otras como Metodología biográfica, estudio de caso, etnografía, fenomenología, Hermenéutica, Metodología histórica, Sociolingüística, entre otros.

3.2. Marco teórico

En este apartado se presentará el marco epistemológico sobre el cual está basada esta investigación, en el cual se desarrollaron dos nociones importantes como son Conocimientos emergentes del maestro Orlando Fals Borda y la caracterización de Bibliotecas comunitarias elaborada por Nhora Cárdenas Puyo y Elizabeth Suarique Gutiérrez

3.2.1. Conocimiento emergente

En el texto “El problema de como investigar la realidad para transformarla por la praxis” elaborado por el maestro Orlando Fals Borda, se definen las nociones de conocimiento emergente y lo que a este se relaciona.

En primer lugar, Fals Borda señala que la ciencia es un producto cultural elaborado por el hombre y así mismo responde a necesidades colectivas específicas:

(...) no es sino un producto cultural del intelecto humano, producto que responde a necesidades colectivas concretas – incluyendo las consideradas artísticas, sobrenaturales y extra científicas- y también a objetivos determinados por clases sociales que aparecen como dominantes en ciertos periodos históricos. (1988, p 89)

Partiendo de este postulado, Fals Borda argumenta que quienes desarrollan también responden a objetivos de clase determinados, contextos específicos o necesidades concretas.

Se construye la ciencia mediante la aplicación de reglas, métodos y técnicas que obedecen a un tipo de racionalidad convencionalmente aceptada por una comunidad minoritaria constituida por personas humanas llamadas científicos que, por ser humanas, quedan precisamente sujetas a las motivaciones, intereses, creencias y supersticiones, emociones e interpretaciones de su desarrollo social específico. (1988, p 89).

Fals Borda al distinguir la ciencia y quienes la desarrollan como un producto humano y por lo tanto determinado por las motivaciones, interés, creencias, emociones e interpretaciones particulares, considera que no hay una verdad absoluta en el conocimiento científico “no puede haber ningún valor absoluto en el conocimiento científico, ya que su valor variará

según los intereses objetivos de las clases envueltas en la formación y acumulación del conocimiento, esto es, en su producción” (1988, p 89).

En relación a lo anterior, Fals Borda identifica dos niveles que se dan en la producción del conocimiento científico y que este marcado por los intereses y necesidades colectivas de grupos humanos particulares. En primer lugar, se encuentra el enfoque dominante, que determina lo que es o no científico:

Uno de los tales niveles es el de la comunidad de científicos occidentales especializados que hoy pretende monopolizar lo que es la ciencia y dictaminar sobre lo que es o no es científico. Este nivel tiene claras consecuencias en el mantenimiento del statu quo político y económico que se revuelve alrededor del sistema capitalista e industrial dominante. En estas condiciones, la producción del conocimiento a este nivel se dirige obviamente a mantener y fortalecer este sistema. (1988, p 90)

Para que este conocimiento dominante exista, es necesario que otros sistemas de conocimientos sean invisibilizados y negados, pues interpelarían la relación dada entre saber y poder, relación que mantiene el statu quo político y económico actual “para ello, los científicos del sistema prefieren manejar objetos, datos y hechos congruentes con las finalidades del sistema capitalista, y relegan, reprimen, o suprimen otros que, de destacarse o inventarse, revelarían alternativas contradictorias, inconsistencias y debilidades inherentes al sistema.”(Fals Borda, 1988, p 90)

Por otro parte, se encuentra el enfoque emergente de la investigación científica. Este enfoque maneja datos que son rechazados por el enfoque dominante, posee sus propios lenguajes y narrativas:

A priori, estos datos y objetos incongruentes del sistema poseen, como los otros, su propia estructura cognoscitiva y pueden tener su propio lenguaje y su propia sintaxis de expresión”, “desembocan en un nivel de formación y comunicación que aquí vamos a identificar como el de la “ciencia o cultura emergente. (1988, p 90)

Esta forma de alterna de producción del conocimiento no es anticientífica como se ha creído; por el contrario, está ligada a formas antiguas de conocer y determinar el mundo que se siguen manteniendo hasta hoy

(...) reconoce una antigua y respetable dimensión del quehacer científico y cultural que ha ido y va por fuera de los canales institucionales, formales, gubernamentales y académicos. Y que, por el contrario, ha sido factor positivo de animación, creación e innovación aún en las propias instituciones establecidas que han sido retadas (Nowotny y Rose, 10979). (1988, p 90)

3.2.2. Ciencia popular

En el enfoque emergente se incluye la ciencia popular, la cual es señalada como todo conocimiento empírico, práctico y de sentido común

Por ciencia popular - o folclor, saber o sabiduría popular – se entiende el conocimiento empírico, práctico, de sentido común, que ha sido posesión cultural e ideológica ancestral de las gentes de las bases sociales, aquel que les ha permitido crear, trabajar e interpretar predominantemente con los recursos directos que la naturaleza ofrece al hombre. (1988, p 91).

Si bien en para la producción dominante de conocimiento, la ciencia popular no es científica, esto no implica que el conocimiento popular no tenga su propia estructura y racionalidad:

Este saber popular no está codificado a la usanza dominante, y por eso se desprecia y relega como si no tuviera el derecho de articularse y expresarse en sus propios términos. Pero el saber popular o folclórico tiene también su propia racionalidad y su propia estructura de causalidad, es decir, puede demostrarse que tiene mérito y validez científica en sí mismo. (1988, p 91).

Por esta razón se alienta a desarrollar investigaciones desde el enfoque emergente, pues resulta necesario entender lo específico o propio y desde allí interpelar las formas dominantes del saber:

Si aceptamos la premisa de que la ciencia del pueblo común o folclor – es decir, el conocimiento práctico, vital, empírico que le ha permitido sobrevivir, interpretar crear, producir y trabajar por siglos con medios directos naturales - (...) conviene empezar por tratar

de entender aquella racionalidad y esta estructura en lo que tienen de propio o específico. (1988, p 95)

El enfoque emergente nos posibilita entender que la realidad no es exacta en todos los casos y que la mirada cualitativa y cultural es la sustancia para comprender la realidad y su complejidad

Si el proceso de producción del conocimiento va ligado, como viene dicho, a una base social, es necesario descubrir esta base para entender los vínculos que existen entre el desarrollo del pensamiento científico, el contexto cultural y la estructura de poder de la sociedad. (1988, p 93).

Comprender las realidades en que se produce el conocimiento y las estructuras de poder que se benefician del mismo, conlleva al investigador a estar alerta y preguntarse “¿Cuál es el tipo de conocimiento que queremos y necesitamos? ¿Para quiénes es el conocimiento científico y a quiénes va a beneficiar?” (1988, p 93).

Finalmente, el llamado de Fals Borda es a promover conocimiento emergente, acercándose a las bases “no solo para entender por dentro la versión de su propia ciencia práctica y reprimida extensión cultural, sino para buscar formas de incorporarla a necesidades colectivas más generales, sin hacer que pierda su identidad y sabor específico” (1988, p 94)

De acuerdo a lo anterior, la presente investigación se ubica dentro de la producción de conocimiento emergente, pues reconoce en la experiencia comunitaria, saberes emergentes que urgen ser valorados en el deseo de comprender profundamente las realidades de las bibliotecas comunitarias del país.

Por lo tanto, debemos seguir examinando fríamente e impulsando la ciencia emergente y reprimida y la cultura subversiva, y trabajar por un reordenamiento del quehacer científico que sea útil y conveniente. Para ello es inevitable tomar en cuenta las necesidades de las grandes mayorías, víctimas del avance que ha traído el progreso desequilibrado de la misma ciencia. (1988, p 93-94)

3.2.3. Bibliotecas comunitarias

Las bibliotecas comunitarias son proyectos culturales propios de comunidades excluidas o marginalizadas por el statu quo dominante, son prácticas comunitarias que emergen desde la sabiduría popular para comprender y transformar el mundo. Las siguientes líneas establecen las características y fundamentos de las bibliotecas comunitarias.

En cuanto a las bibliotecas comunitarias, resulta fundamental analizarlas como un fenómeno de la realidad que transita entre diferentes ámbitos de la vida comunitaria. Cárdenas Puyo & Suarique Gutiérrez, señalan que las bibliotecas comunitarias es una de las tantas expresiones de la organización comunitaria:

Es una alternativa de desarrollo social para aquellos sectores que han tenido que suplir por sí mismas, sus necesidades básicas. A través de estos procesos se construye una forma de ser de una comunidad que comparte una historia y donde las necesidades se han convertido en una oportunidad para emprender proyectos colectivos. (2010, p 16)

Las autoras mencionan que mirar estas experiencias en su conjunto, permite dimensionar un fenómeno social que se encuentra inmerso en los procesos macro del país “cuando estas experiencias comunitarias se juntan, el fenómeno se hace evidente y permite la observación de un fenómeno social que ha tenido incidencia en el desarrollo de las ciudades y de la cultura.” (2010, p 16). Pese al valor de las bibliotecas comunitarias en la realidad social, política y cultural de los pueblos, aún no se cuenta con su reconocimiento por parte de la sociedad colombiana en general y de las instituciones dedicadas a la normalización y regulación de estos procesos. Los esfuerzos por la visibilización y valoración de su trabajo han recaído hasta el momento en sus propios procesos de difusión:

Es posible indagar el fenómeno por medio de la conformación de redes de bibliotecas comunitarias que han publicado su experiencia en blogs y documentos virtuales de informes y reseñas. También las entidades que han implantado de manera operativa las redes de

bibliotecas comunitarias describen sus proyectos en las páginas web. Otra forma de difusión son los encuentros académicos internacionales (2010, p 16)

Las experiencias revisadas por las autoras en su ejercicio de sistematización de experiencias de la Red de bibliotecas comunitarias de Suba, les permitió identificar, en primer lugar, que en las bibliotecas comunitarias se recogen iniciativas de personas que sin formación formal son capaces de desarrollar metodologías acordes al espacio “reconocer que existen otros tipos de prácticas que llevan a cabo personas no formadas en espacios académicos específicos y que han elaborado una metodología, hace parte del encuentro de la literatura en las experiencias de vida” (2010, p 140).

3.2.4. Tipos de bibliotecas comunitarias

Por otra parte, mencionan la existencia de dos tipos de bibliotecas:

(...) la biblioteca comunitaria implantada que hace referencia a organizaciones, comunidades o en general entes preocupados por las situaciones sociales de diversos contextos, en especial latinoamericanos, que deciden hacer entregas de bibliotecas a la comunidad (...) son bibliotecas que poseen financiación; su interés es que las comunidades se organicen y se apropien de ellas para su funcionamiento y desarrollo de la comunidad” (2010, p 141)

También se encuentran las bibliotecas “(...) de gestión comunitaria que surgen del deseo de un líder de la comunidad organizada que inicia un proceso de gestión individual, que luego se hace comunitaria. Es una lucha de gestión desde abajo, es decir, se tiene que sufrir el sistema para conocerlo” (2010, p 141). Los liderazgos comunitarios que le apuestan a la construcción de bibliotecas comunitarias ven en estos escenarios la posibilidad de darle sentido a su mundo a través de los libros, aunque

En este primer desear de una biblioteca comunitaria, aún no se sabe con certeza para qué se la quiere; se parte de pensar que donde hay libros sucede algo; entonces por el camino se construye lo que se pretende y la propuesta intuitiva se ajusta a la realidad que es dinámica. (2010, p 141).

3.2.5. Características de las bibliotecas comunitarias

Las autoras también señalan otros elementos fundamentales para la comprensión de este fenómeno social. Por ejemplo, frente a la intención de las bibliotecas comunitarias “es constituir una identidad de compromiso de la comunidad porque es a través de su registro en el tiempo y en las narrativas como se inscribe su propuesta en la cultura y en los territorios” (2010, p 141). En cuanto a sus alcances y posibilidades

En estas bibliotecas las acciones no solo intentan dar respuesta a una necesidad educativa, la biblioteca comunitaria no se restringe exclusivamente a la palabra escrita, si bien es su soporte principal. Allí se dan prácticas de la oralidad que involucran a la comunidad en general, se considera importante por ejemplo recordar la historia del barrio, de algunos personajes, de las fechas patrias y también son importantes las fiestas de barrio y las actividades religiosas. (2010, p 142)

Debido a la diversa naturaleza, formatos y propuestas de las bibliotecas comunitarias, no es posible ajustar su naturaleza, ritmos y dinámicas a las normativas clásicas de las bibliotecas.

La biblioteca comunitaria no se ajusta a las reglamentaciones nacionales e internacionales en estándares de medición o infraestructura. (...) En estos primeros pasos la biblioteca observa a la comunidad y se adecua a los usuarios. Esto es negociado y se va ajustando a los usuarios y la disponibilidad de los líderes coordinadores (...). A esta biblioteca la caracteriza la confianza que los vecinos depositan en ella, porque la consideran segura para sus hijos y para ellos mismos. Es también un terreno cercano, que por su configuración no rompe totalmente con la cotidianidad, es decir, hace parte del paisaje, que en lo posible está libre de normas rigurosas y se da el lujo de generar sus propias reglas. (2010, p 142).

En esta ausencia de normas rigurosas también radica la riqueza de su trabajo, pues es intercultural, afectuoso y dialogante:

Es un espacio informal, cálido humano, que convoca una variedad cultural que genera una propuesta intercultural, manifiesta en la aceptación y apoyo a todo aquel que necesite acercarse a ella: desplazados, afrodescendientes, mujeres cabeza de familia, minorías indígenas, y adulto mayor. (...) Responde a necesidades de afectividad y de comunicación,

que le permiten acoger y ser acogida por la comunidad. Allí el pacto es invisible pero fuerte. (2010, p 143).

En las bibliotecas comunitarias las relaciones al interior son relaciones desde la intimidad y el encuentro, a nivel externo se dan marcadas por la autonomía de las bibliotecas comunitarias ante los espacios institucionales:

Se relacionan con las instituciones educativas y públicas, pero no son subsidiarias de otros procesos básicamente porque su heterogeneidad, no lo hace posible. En estas bibliotecas se da otro tipo de orden, hay una única sala en la cual se hace todo, no hay espacios privados entonces la interacción social es inevitable. (2010, p 143)

Las bibliotecas comunitarias además funcionan como articuladoras entre comunidades, son espacios para los encuentros sociales promovidos directamente por comunidades o procesos organizados:

La biblioteca comunitaria entonces, no solo responde a las necesidades de educación, su función va más allá, se manifiesta en la forma en cómo se ejerce la autonomía de las comunidades que buscan también integrarse entre ellas, sin que haya necesariamente una mediación del Estado. (2010, p 144)

La biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* corresponde a esta caracterización; pues, surge como resultado de una acción comunitaria en respuesta a un conflicto social y armado en el territorio de Arborizadora Alta, su sostenimiento ha sido gracias a los esfuerzos de la comunidad y de líderes que sobresalen en medio de las urgencias cotidianas; sin formación profesional, pero utilizando a su favor el saber popular y la intuición han logrado llevar adelante un proceso cultural y educativo fundamental en el sector

La biblioteca comunitaria parte de una convicción espacial de aprecio social y se constituye en lugar de encuentro para preservar la cultura, no solo local, sino en un sentido también global. Cuando la biblioteca nace y es aceptada por la comunidad, esta se convierte en centro cultural de desarrollo; sin embargo, es importante precisar que esto depende de la voluntad de

personas que se echan al hombro esta responsabilidad porque tienen una concepción especial sobre el compromiso, el conocimiento y la vida. (2010, p 144)

3.3. Marco Contextual

La localidad de Ciudad Bolívar “tiene una extensión de 13.000,3 hectáreas de las cuales 3.329,8 son de suelo urbano y 9.608,4 son suelo rural” (Álvarez, 2015, p 5), convirtiéndose en la tercera localidad más grande de la capital después de Sumapaz y Usme. Ubicada en el sur de la ciudad, es la número 19 y “al norte limita con la localidad de Bosa, al oriente con las localidades de Tunjuelito y Usme, al sur con la localidad de Usme y el municipio de Soacha” (p 4).

El Censo del año 2005 proyectaba la población general de Ciudad Bolívar para el año 2015 en 687.923 habitantes (Secretaría Distrital de Planeación Distrital, 2011); pero cifras actuales de la Alcaldía Mayor registran una población de 713.764 aproximadamente, compuesta por grupos indígenas, afrodescendientes, campesinos, entre otros, provenientes de diferentes zonas del país en distintos momentos de migración.

Ciudad Bolívar se encuentra dividida en 105 sectores catastrales y 8 UPZ (Unidades de Planeación Zonal); de estas últimas, la UPZ Jerusalem tiene una participación en suelo del área total de la localidad del 15.8% (Unidad Administrativa Especial de Catastro Distrital, 2013), agrupando un total de 10 barrios. Entre ellos, se encuentra el barrio Arborizadora Alta, territorio conformado por predios que antes eran utilizados como canteras de explotación y que en los años ochenta a través del programa “Lotes con servicios” del Banco Interamericano de Desarrollo empezó a ser habitado (Secretaría de Hacienda, 2004).

Arborizadora Alta está situado en la parte alta de las montañas de la localidad y es considerado según la clasificación del POT como “una zona periférica no consolidada, de estrato 1 y 2, de uso residencial con deficiencias en su infraestructura, accesibilidad, equipamientos y espacio público” (Plan de Ordenamiento Territorial de Santa Fe de Bogotá, 2000).

Para entender estas condiciones particulares del crecimiento urbano, es necesario analizar que dichas condiciones se configuran desde fenómenos sociales que tienen sus raíces en la profunda desigualdad social del país; es el caso de las migraciones y posteriores asentamientos por causa de la violencia política en las zonas rurales. Ciudad Bolívar ha recibido, diariamente desde tiempos de la guerra bipartidista, a miles de mujeres y hombres que, tras perder su territorio, encuentran en la periferia un lugar para volver a empezar.

Otro de los factores de poblamiento se da por las dinámicas de migración, que pueden ser de varios tipos, económica, educativa o un simple mejoramiento de la calidad de vida, pero en mayor medida la migración forzada por factores humanos (violencia, persecución, amenazas, asesinatos, ataques a poblaciones, entre otros) desplazamientos forzados inicialmente, hoy reconocidos como desarraigo y destierro. (Gómez Pérez, 2014, p 23)

Por otro lado, el crecimiento económico de la ciudad que movilizó los centros de trabajo e industria hacia la periferia, generó otras olas de migración intraurbanas, esta vez, de mano de obra en busca de vivienda cercana a los lugares de trabajo.

Estas oleadas inciden en el auge industrial y crecimiento económico de la época al contar con una masiva mano de obra en la ciudad lo que abarata por la ley de la oferta y demanda los gastos de la industria, precarizando la situación de los trabajadores y los nuevos asentamientos que son empujados cada vez más a la periferia, tomando vía ocupación los frentes de explotación de minería ilegal (canteras) en los bloques montañosos de la ciudad, pero que a su vez eran fuentes de trabajo y de materiales de construcción para los nuevos moradores. (Gómez Pérez, 2014, p 23)

La llegada de colombianas y colombianos en condiciones precarias al sur de la ciudad configuró esta parte de la ciudad como una zona de exclusión y marginalidad social. El sur significaba aquello que la ciudad ocultaba y que el Estado no podía atender; de esta manera, las condiciones precarias de sobrevivencia a las que se han tenido que enfrentar históricamente los habitantes de Ciudad Bolívar y en este caso de Arborizadora Alta conllevaron a la aparición y profundización de problemáticas sociales que hasta el momento continúan sin atención y respuesta.

Algunas problemáticas se identifican como la falta de oportunidades laborales, la deficiente atención integral en salud, el bajo índice de ingreso de jóvenes al sistema educativo superior, la presencia de bandas delincuenciales organizadas que controlan el microtráfico de drogas y la prostitución, problemas ambientales debido a actividades de extracción minera en la zona y la existencia de bandas de limpieza social que transgreden la vida de quienes allí conviven, entre otros. Así lo explica Ana María Araos Casas de la Fundación Bella Flor al referirse al Informe Recorriendo Ciudad Bolívar, 2004:

El desplazamiento forzoso y la búsqueda de oportunidades la han posicionado como la localidad que más desplazados recibe. La acelerada multiplicación de asentamientos con alta densidad poblacional en zonas de difícil acceso ha generado problemas en la cobertura de servicios públicos, en la adecuada dotación de equipamientos y en el espacio público. En 2004, presentaba una baja cobertura en educación y el mayor índice de analfabetismo de la ciudad. Se constituye como la localidad más violenta de la ciudad (por tasa de homicidios), reflejo del problema de orden público y de la falta de preparación para resolver conflictos de forma pacífica. Es la cuarta localidad con mayor población joven y presenta la mayor cantidad de personas en situación de pobreza (necesidades básicas insatisfechas y desnutrición). Presenta una débil vinculación a la dinámica económica de otros sectores de la ciudad, con una participación muy baja en el total de activos de la ciudad. (Araos, 2004)

3.3.1. Territorio resiliente

Sin embargo, es necesario decir en este relato de Ciudad Bolívar, que también es un territorio vivo que se transforma diariamente desde las resistencias diarias que ejercen sus habitantes; el despliegue de la creatividad y la avidez humana para hacerle frente a la dureza de la vida es notable. Mónica Álvarez afirma que “Ciudad Bolívar es la historia de una lucha colectiva, de la organización de los vecinos, lo que se vuelve indispensable ante un Estado que no garantiza derechos fundamentales”.

Estas resistencias cotidianas que se construyen desde iniciativas comunitarias se han concentrado históricamente en resolver las necesidades puntuales que posibilitan la sobrevivencia en la ciudad, como construcción de viviendas, acceso a servicios públicos, desarrollo de vías para movilidad, entre otras. Las y los habitantes de Ciudad Bolívar, en múltiples momentos de sus historias de vida se han encontrado para reconocerse desde la vulnerabilidad de sus derechos como sujetos activos que ejercen acciones transformadoras frente a sus condiciones de vida y frente al territorio.

Las tomas de tierras en los años 50, o la recuperación de espacios de gran significancia colectiva que han sido tomados por empresas mineras en la actualidad (Colombia Informa, 2015), han sido proceso de organización entorno a demandas por el reconocimiento de derechos; procesos que espontáneos o no, señalan unas prácticas comunitarias que habitan en la memoria colectiva de las y los pobladores.

De acuerdo a lo anterior, comprender a Ciudad Bolívar desde la memoria colectiva es fundamental, pues esta

Se nutre de la cuestión social, fuertemente ligada a las identidades y sentido común instalado en la memoria de los grupos sociales en los territorios; para entender su pasado, recordarlo

en el anhelo de trazar y consolidar el proyecto de nación, pero también en reclamo y reivindicación de las afrentas cometidas y las deudas sociales. (Gómez Pérez, 2014, p 17)

Dicha memoria se contrapone a una historia oficial que narra el territorio como un elemento estático, en el cual, el presente pareciera no tener raíces y sus habitantes no tuvieran opciones ante el mismo. Esta historia oficial se establece a partir de los datos que arroja la presencia institucional, los cuales dimensionan cuantitativamente un lugar y quienes lo pueblan, pero no indican la profundidad y complejidad del mismo, “Ciudad Bolívar como espacio de marginalidad es polo de interés para una amplia gama de instituciones públicas y privadas que la clasifican, la estudian y la intervienen desde puntos de vista no coincidentes.” (Jácome Archila, 1993); sin embargo, en la praxis, esta presencia aborda las necesidades sociales como hechos aislados entre sí y así mismo a los sujetos, quienes, desde la intervención, se reducen a individuos sin relación con su contexto; de esta manera

En nuestra opinión, esta forma de abordar la cuestión no permite captar a los sujetos sociales con necesidades dentro de un proceso social en el que se producen y reproducen, y se limita a ofrecer recuentos y clasificaciones de necesidades abstractas (definidas desde fuera del contexto), de las que el individuo no es más que un portavoz manipulado (Colectivo Ioé, 2003, p 4)

Ante esto, las expresiones organizativas sectoriales, los movimientos sociales o los procesos comunitarios emergen en la localidad como actores sociales de gran incidencia en la transformación del territorio, protagonistas de coyunturas sociales, que surgen desde las necesidades o la reivindicación de derechos. Muchas de estas organizaciones y procesos son de carácter autogestionado, es decir, no reciben apoyo de entidades no gubernamentales o públicas y esta característica fortalece su autonomía y su identidad colectiva, emanada de la memoria y los saberes de la comunidad.

3.3.2. Biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*

El *Centro social Libertatia* del barrio Arborizadora Alta, es un espacio comunitario y autogestionado que apuesta por la educación popular, la contracultura, la democratización de la ciencia y la tecnología, y la profundización e investigación en temas de estudios agrarios, económicos, políticos y otros (*Centro Social Libertatia*, 2015). Posee espacios como la huerta o el preuniversitario popular que se establecen como lugares de encuentro social que fortalecen el tejido y las identidades individuales y colectivas.

Este espacio es producto de una acción colectiva que surge en medio de una coyuntura de limpieza social contra jóvenes del barrio.

El *Centro social Libertatia* es una casa cultural que queda ubicado en el barrio Arborizadora Alta en Ciudad Bolívar. El Centro Social se creó hace más o menos 4 años y casi hace 5 años, de hecho, más de 5 años, cuando se creó porque 4 compañeros y compañeras decidieron ir a un evento que era la conmemoración de la muerte de algunos jóvenes del barrio Juan José Rondón, a los cuales fueron asesinados en el marco de un proceso de limpieza social en Ciudad Bolívar. ([Anexo E](#))

De esta manera, el *Centro social Libertatia* se constituye como una iniciativa de jóvenes del sector y cercanos que buscan construir expresiones culturales y educativas diversas, autogestionadas y populares como acción de defensa de la comunidad ante la gravedad de las condiciones políticas y armadas de la localidad.

A la par de otros proyectos, se crea la Biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*, la cual abrió sus puertas al público desde el mes de octubre del año 2013. Esta biblioteca se pensó como una unidad de refuerzo a los módulos que eran impartidos en los espacios educativos no formales del Centro.

Otros servicios que ofrecía la biblioteca, la cual funcionaba con el preuniversitario popular La ruptura, porque pues los pelados del preuniversitario podían ir al espacio a leer, a hacer refuerzos con niños y niñas ([Anexo E](#))

La biblioteca comunitaria desde el momento de su creación ha reunido un importante acervo bibliográfico producto de donaciones de la misma comunidad, instituciones u otras bibliotecas comunitarias del sector. Uno de los aspectos a destacar en este ejercicio de recolección de material es que la acción de compartir los libros no es exclusiva de la biblioteca, sino que resulta una tarea de todos los allegados al espacio que comparten los libros de sus casas o de sus organizaciones. De esta manera, se ha logrado reunir libros y materiales sobre el conflicto armado colombiano (tema de escasa documentación en la localidad) fotografías, textos del barrio elaborados por sus habitantes y una fanzinoteca o colección de libros hechos a mano y fanzines.

La biblioteca se empieza a crear de una manera muy rústica y muy manual, empiezan a ser como la estantería, empiezan a conseguir los libros, muchos de los libros que empieza a tener son libros de donaciones de la misma gente del barrio, pero también de bibliotecas de otros lugares o lo que queda de biblioteca de otros lugares; como, por ejemplo, la biblioteca de un profesor, biblioteca de otro donador, que nos dio también estantes empieza como todo el tema de consiguiendo libros. ([Anexo E](#))

Esta diversidad del material potencia la concepción de una biblioteca que integra y valora diferentes saberes en su ejercicio; pues en sus servicios y procesos, la biblioteca comunitaria responde a los principios de la educación popular en los que se basa el *Centro social Libertatia*. Lopes da Silva (2011) explica frente a los saberes populares:

Todos los saberes deben considerarse importantes para que no se refuerce la exclusión, sobre todo los que son contruidos en la vida cotidiana de las clases populares. Por lo tanto, la idea que debe reforzarse es que no existe un saber único, determinado, sino muchos saberes, y muy diversos. (p 74)

Sin embargo, también es necesario señalar una serie de dificultades con que se ha tenido que lidiar en estos años, que parten principalmente de la falta de recurso humano que se dedique a la atención del espacio, siendo una actividad relegada a los tiempos libres de quienes participan del Centro social. Esto conllevó a demoras en la catalogación, clasificación y procesamiento físico del material, acumulándose una gran cantidad de libros sin ningún criterio de organización, la debilidad en las decisiones para el manejo de la biblioteca, y la falta de motivación para atenderla.

Inicialmente la biblioteca intentaba abrir unos días específicos intenta abrir los jueves, los martes, los miércoles, dependiendo del tiempo que tuviera la persona que estuviera a cargo en esos días; pero digamos que esto a veces no empieza a funcionar porque la gente no va tanto, muchos de los niños que iban unos días, pues ya no volvían entonces pues como no había tanta continuidad la gente que empezaba a abrir la biblioteca, esos días se aburría y dejaba de ir. ([Anexo E](#))

Uno de los primeros retos que tuvo que enfrentar la biblioteca fue la consolidación de servicios que respondieran a las necesidades de los usuarios, además de generar identificación y por ende sentido de pertenencia. Este reto y muchos otros que se presentaron en el proceso de la biblioteca comunitaria, en gran parte han sido resueltos desde los aprendizajes que aporta la experiencia, la cotidianidad del barrio y de sus habitantes.

Ya después con el tiempo como que empezamos a pensar que la biblioteca por sí misma de pronto no iba a llamar mucha gente y qué es importante, entonces pensar una nueva forma de llamar gente, entonces empezamos a pensar en talleres inicialmente empezamos a hacer talleres con niños y niñas de lectura, pero digamos que estos talleres también tenían como unos líos de poca continuidad, algunos niños a veces iban, otros como que ya no iban (...) como que empezamos a pensar también en posibilidades de trabajar con adultos. ([Anexo E](#))

En un momento del proceso, se plantea desarrollar actividades en alianza con el Centro de Desarrollo Comunitario del barrio Arborizadora Alta; de este encuentro con un actor

institucional se recogen experiencias en cuanto a la dificultad del diálogo entre lo que busca una entidad oficial y lo que busca un espacio comunitario autónomo.

Una primera idea de trabajar alfabetización de abuelos y abuelas, eso empezamos a hacerlo como 3 o 4 compañeros y compañeras, iniciamos con creación de propuestas para después conseguir a la gente que quisiera o que tuviera la necesidad de leer y escribir; entonces inicialmente, vamos haciendo es como planear de talleres y después hacemos contacto con gente de la institucionalidad del COL como para saber si conocían de gente, pero lo que va ocurriendo ahí es que se aprovechan de que estamos buscando gente, y entonces, pues no sé, intentan llamar a un montón de gente que tenían como 50 abuelos de tal barrio y 80 abuelos de otro barrio, al final eso como que no prospera. También por esa dinámica asistencial a la que nos intentan someter de hacerle el trabajo a la institucionalidad que no podía hacer ella misma. Entonces, como que decimos cómo... no. Pero, pues de ahí quedan algunos insumos que van a ser usados después. ([Anexo E](#))

3.3.3. Círculos de lectura y talleres de alfabetización

Pese a lo difícil que ha sido consolidar un apoyo diario, existe un proceso que se ha mantenido durante varios años estando a cargo de uno de los jóvenes de la comunidad que hicieron parte del primer grupo de estudiantes del preuniversitario popular y que tras ingresar a la universidad tomó parte activa dentro de las actividades del mismo Centro y de la biblioteca comunitaria, configurándose como líder comunitario que reflexiona y acciona desde y para su territorio.

Digamos que mi experiencia en el tema era muy mala, o sea, no sabía mucho, llevaba asistiendo al Centro social más o menos 5 meses, 6 meses máximo y había sido parte del preuniversitario; no conocía mucho de trabajo popular, de estos temas y aparte como qué mi perspectiva, o sea, mi cantidad de libros leídos o estrategias pedagógicas o de experiencias en sí, eran muy mínimas. Entonces, empiezo yo como a verme cómo en la situación de quiero trabajar, pero no sé si la alfabetización sea una cosa que tenga que pensarse, o más bien si es una necesidad. Entonces, yo quisiera pensarme más bien una cosa más con la escritura y quisiera pensar algo más con lo editorial, como que haga si un sueño que había tenido desde hace mucho tiempo y era generar una propuesta de una editorial popular donde la gente, pudiera escribir y leer cosas de la comunidad. ([Anexo E](#))

Recogiendo las experiencias vividas y reconociendo una a una las dificultades del barrio, se va construyendo una propuesta de trabajo desde la intuición y la praxis.

Pero para que la gente escriba primero, es importante, pues que la gente le tome gusto a las anécdotas, le tome gusto a leer, gusto a compartir con otras personas. Entonces es inicial hacer un grupo, establecer un grupo y solventar los errores antes como la continuidad (...) y también que no fuera una dinámica asistencial sino más de compartir saberes. ([Anexo E](#))

En esta labor de construcción de los espacios de lectura y alfabetización, se van acercando otros liderazgos, como son las mujeres.

Entonces lo que empezamos a hacer en ese momento es encontrarnos con un grupo. Inicialmente se hizo la convocatoria en el comedor para los talleres de lectura, caen como 3 o 4 señoras, dentro de ellas, una señora que se llama doña Esperanza, que es una persona muy importante para el proceso, porque es la que empieza a llamar más gente, y conoce más gente, es la principal motivante de que las otras señoras se agreguen al grupo. ([Anexo E](#))

Al diversificar el público, resultó fundamental pensarse las singularidades de los nuevos usuarios y como estas particularidades definen mejor el trabajo de la biblioteca comunitaria

Digamos una cosa que ocurría mucho, era que dentro del campo intelectual cómo que siempre había existido la idea de que uno cuando quiere enseñar a leer o a escribir, cuando quiere hacer promoción de lectura tiene que iniciar por leer sobre lo que la gente le gusta ¿sí? se tiene que incentivar la lectura en cuanto a los gustos de las personas; pero digamos que lo que yo me encontraba allí era con señoras que ni siquiera tenían gusto de leer ([Anexo E](#))

Los círculos de lectura y los talleres de alfabetización son ofrecidos por la biblioteca a personas de diferentes edades, especialmente adultos mayores, y busca, en primer lugar, acercar la literatura a la comunidad y por otro lado desarrollar procesos de alfabetización que conjuguen el aprendizaje con la realidad barrial. Se busca siempre que sean espacios concertados, sin imposiciones y que tengan continuidad.

Las señoras no sabían que decirme, cuando yo les preguntaba ¿Qué quieren leer? porque no conocían mucho y no tenían muchas experiencias de lectura y en ese sentido a lo que recurro al final es a hacer el taller de lectura, pero desde lo que a mí me gustaba. Entonces, como que

la idea de ésta es que sólo puedo motivar a las personas a leer algo si a mí me apasiona también, y pues yo que no es algo que ellos vayan a terminar leyendo siempre y no creo que sea una imposición; tampoco es simplemente que siento que esa es la manera de compartir algo que me gusta. Y si a las otras personas les gusta, pues bien, si no les gusta, pues, digamos vamos a seguir trabajando; eso es justamente lo que marca que no sea una imposición, pues qué van a ver más experiencias, que no hay un horizonte asistencial y que no haya un horizonte burocrático de este es el primer taller y ya, que hay una continuidad, y pues, digamos que las experiencias que vayamos teniendo, nos van a permitir hallar nuevas experiencias ([Anexo E](#))

Los círculos de lectura son espacios para la exploración y la imaginación, allí se leen diversos temas como: obras de autores de literatura universal de Edgar Allan Poe o Howard Phillips Lovecraft, filosofía clásica, o cuentos para niños, entre otros. En los círculos se lee con la voz de quien sabe leer, ya que no todos los asistentes tienen capacidades lecto-escritoras, pero todas y todos a partir de la imaginación recrean lo que se escucha, lo debaten, lo comparten con otros, lo comprenden desde su experiencia y conocimiento del mundo.

Empezamos a hacer el taller de lectura, digamos que partimos también de la base de que, no necesariamente la lectura la íbamos a hacer entre todas y todos; porque posiblemente había gente que no sabía leer. Entonces, la idea era leer algo que estaba planeado, cómo, por ejemplo, el primer círculo de lectura fue Edgar Allan Poe. Entonces, leer un cuento y de allí hablar y comentar lo que nos había parecido y sobre todo llevarlo a lo más cotidiano a las experiencias de la vida normal cotidiana. Entonces, que no quedará lo abstracto, sino que realmente nos permitiera reflexionar ([Anexo E](#))

La lectura colectiva ha posibilitado encontrar sentidos en la vida de otros y en las propias.

No se trata de leer por leer, sino que podamos cuestionar las cosas que seguramente vayan apareciendo en el camino y también las cosas que van pasando en el contexto en el que estamos inmersos. Entonces, que no sólo leamos para saber sobre la historia de algo, sino también, saber cómo esas cosas que leemos tienen cierta relación con las cosas que nos van pasando” ([Anexo E](#))

Paso a paso los círculos de lectura logran abrir las puertas de la curiosidad y el interés por leer en las y los personas.

Los círculos eran muy sencillos; eran la planeación de cinco, seis sesiones y trabajar con ellos y ellas continuamente hasta que se acabará el círculo, después planear el siguiente; pero teniendo en cuenta que ya después desde que les gustará la lectura, sus intereses. Entonces, ahí sí el círculo de Mark Twain, cómo que, tiene más sentido y mucho más apoyo de ellos y ellas; y más participación ([Anexo E](#))

Y así mismo generar nuevas relaciones, dinámicas y posibilidades en el espacio de la biblioteca y sus usuarios.

Considero que la relación que empieza a tener la gente con el espacio, no es una relación meramente de asistencia social, en el sentido que la gente no va porque les damos comida, o la gente no va porque allá dan mercados, porque simplemente están sus amigos, sino que, hay una relación y construcción de conocimiento de un nivel de conciencia de lo comunitario, no hay nivel político netamente inicialmente, pero, sí hay una relación diferente subjetiva e intersubjetiva, o sea, la gente va cambiando en sí misma ([Anexo E](#))

Los asistentes también han podido conocer experiencias de otras comunidades que fueron escritas por sus propias manos, de esta manera se han encontrado con la voz de mujeres del Caribe o de indígenas Nasa en el norte del Cauca. Esto indica que las lecturas con las que se desarrolla el Círculo incluyen voces emanadas de la experiencia de otras comunidades y territorios; el diálogo de saberes se aplica en estos espacios como un método para el acercamiento a la lectura “Inicialmente, debe considerarse la posibilidad de diálogo entre los saberes. No hay saber mayor ni saber menor. Los saberes se construyen a la manera en que los hombres y las mujeres interactúan socialmente, a partir de sus culturas específicas.” (Lopes da Silva, 2011, p 77)

Las mujeres del barrio son quienes más han disfrutado de este servicio; pues, son momentos de encuentro social que las saca de su cotidianidad al cuidado del hogar y las valora como parte fundamental del proceso, cuando en muchos casos han sido dejadas de lado en la familia. Sumado a lo anterior el encuentro en el círculo de lectura posibilitó los afectos entre ellas y la existencia de implícita de una red de atención y cuidado entre mujeres.

Empezan a tener una relación más de cuidado entre sí mismas; digamos que muchas de estas señoras, no se conocían antes, digamos; unas conocían a doña Esperanza, porque ella fue la que las fue integrando; pero, pues ya eso no importaba, ya todas eran amigas con todas y todas se preocupaban por todas; si alguna está enferma, todas sabían, alguna iba y averiguaba cómo estaba, le llevaban cosas ([Anexo E](#))

En vista de las necesidades de las mujeres, los círculos de lectura se realizan en el comedor comunitario del barrio Arborizadora Alta, ya que, por cuestiones de tiempo y dificultad para desplazarse hasta la biblioteca comunitaria. Esto ha facilitado que otras personas conozcan los encuentros, se interesen y se animen a participar en posteriores sesiones.

Los talleres de alfabetización, por su parte, surgen de la necesidad de varios participantes de los círculos de lectura de leer y escribir o de recordar hacerlo. Allí los participantes aprenden o recuerdan leer y escribir a través de metodologías basadas en los principios de la educación popular.

La motivación inicial es que ellos aprendan a escribir, pero no hacer letras sino a contar lo que ellos viven. La idea del taller de la alfabetización era, pues, ya hay un gusto por el sentido, hay un gusto por querer contar y ya hay una reflexión constante y dialogada ahora es importante empezar a escribir ([Anexo E](#))

De esta manera surgen propuestas pedagógicas como el “Stop” para hacer diagnóstico de imágenes, letras y textos, la música para ejercitar la memoria y el reconocimiento de

geografía e historia o la identificación de emociones en relación con el aprendizaje de las letras, entre otros métodos.

Entonces, empezamos con 4 actividades iniciales, una actividad fue (...) como especie de Stop, que es un juego que jugamos mucho en Bogotá Colombia, que consiste en escribir palabras que empiecen por A, como el nombre, el apellido, cosas, alimentos; hicimos un pequeño stop en el menor tiempo posible, entre denominadas categorías con la idea de hacer un diagnóstico de cómo venían ellos y ellas, la idea principal del stop; era qué tuviera palabras escritas, imágenes y que tuviera también espacio para escribir, si la persona no sabía escribir, pero sabía leer entonces podía pegar una de la palabra y si la persona no sabía ni leer ni escribir, podría utilizar una imagen, y si de pronto le conflictúa mucho, incluso reconocer imágenes por cuestiones de la vista, entonces, podían dibujar ([Anexo E](#))

Estos talleres parten de la premisa “aprender a escribir para algo”; es decir, se considera necesario un vínculo entre la escritura y la realidad, vínculo que se recrea en la realización de ejercicios creativos de escritura que den cuenta de lo cotidiano y de las posibilidades de transformación que conlleva la escritura.

Les gustó mucho, porque seguramente no tomaban un lápiz desde que estaban pequeñas y empiezan a sentir el aliento de personas que las motivaban con palabras, como tú puedes contar lo que quieras, puedes escribir, era reconfortante también para ellas y que tuvieran compañeras, sobre todo, que lo estuvieran haciendo juntas. ([Anexo E](#))

3.3.4. Perspectivas de la biblioteca comunitaria.

La Biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* ahora se piensa como un espacio itinerante en el sector. Encontrar las formas y maneras de seguir atendiendo a la comunidad con la dificultad que conlleva no tener un espacio físico propio es el reto a enfrentar.

Una biblioteca debería estar en la calle para que la gente pueda tomar los libros; obviamente; hay cosas climáticas y problemas de tener bibliotecas en la calle; creo que las bibliotecas deberían tener servicios que involucren a la gente y saquen a la gente de la individualidad ([Anexo E](#))

Las condiciones en que se ha construido la biblioteca comunitaria, los liderazgos que la han sostenido, las transformaciones que ha posibilitado, tanto para quienes asisten, como para quienes acompañan la labor bibliotecaria, son elementos que permiten tener una mirada de futuro y enfrentar los retos con optimismo y voluntad.

Igual, considero que el asunto con las bibliotecas comunitarias, no consisten solamente, en que las bibliotecas son lugares para ir a leer, sino que son lugares para tener relaciones con los libros y con la gente, o sea, no es sólo la relación persona y libro, sino persona y persona; y en ese sentido habilitar más opciones, mostrar más servicios en la biblioteca, puede hacer que haya más interconexiones de las personas. Creo que el asunto con los libros es más humano, o sea, nos humanizan y no son sólo los libros sino también muchos más formatos que demuestran otras condiciones, que hacen que nuestra mente, se ejercite. ([Anexo E](#))

3.4 Marco legal

El trabajo de investigación se desarrolla principalmente a partir de los conceptos de Bibliotecas comunitarias y Saber popular, que se ubican dentro del ámbito cultural en una perspectiva normativa. Dichos conceptos se traducen en aspectos legales que son referenciados para la comprensión integral de la investigación.

Las disposiciones y normativas del Estado, así como las recomendaciones de varias organizaciones internacionales, marcan nuevas tendencias a la hora de intervenir en relación con la diversidad cultural. Estas priorizan el desarrollo de proyectos con carácter preventivo y promocional, capaces de impulsar procesos para el fomento de la interculturalidad y la cohesión social, y plantean estrategias ambiciosas que tengan un impacto en la vida cotidiana de la ciudadanía culturalmente diversa. FUNDACIÓN LA CAIXA, 2010 (citado en Red Capital de Bibliotecas Públicas, 2014, p, 15)

Dentro de la Constitución Política se puede encontrar varios artículos que indican una ruta legal adecuada para esta investigación. En el artículo 27 indica que el “Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje y cátedra”. El artículo 70 y 71 refiere a la cultura como base de la nacionalidad y por lo tanto de la importancia de su promoción:

Artículo 70: El Estado tiene el deber de promover y fomentar el acceso a la cultura de todos los colombianos en igualdad de oportunidades, por medio de la educación permanente y la enseñanza científica, técnica, artística y profesional en todas las etapas del proceso de creación de la identidad nacional. La cultura en sus diversas manifestaciones es fundamento de la nacionalidad. El Estado reconoce la igualdad y dignidad de todas las que conviven en el país. El Estado promoverá la investigación, la ciencia, el desarrollo y la difusión de los valores culturales de la Nación.

Artículo 71: La búsqueda del conocimiento y la expresión artística son libres. Los planes de desarrollo económico y social incluirán el fomento a las ciencias y, en general, a la cultura. El Estado creará incentivos para personas e instituciones que desarrollen y fomenten la ciencia y la tecnología y las demás manifestaciones culturales y ofrecerá estímulos especiales a personas e instituciones que ejerzan estas actividades. (Const, 1991, art. 70, 71)

3.4.1. Patrimonio Cultural Inmaterial

La Convención para la Salvaguarda del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Unesco en el año 2003, define que el patrimonio cultural inmaterial son:

Los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas -junto con los instrumentos, objetos, artefactos y espacios culturales que les son inherentes- que las comunidades, los grupos y en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural. Este patrimonio cultural inmaterial, que se transmite de generación en generación, es recreado constantemente por las comunidades y grupos en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia, infundiéndoles un sentimiento de identidad y continuidad y contribuyendo así a promover el respeto de la diversidad cultural y la creatividad humana. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2003, art. 2)

Seguidamente se aclara que este tipo de patrimonio se manifiesta particularmente en:

a) tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma como vehículo del patrimonio cultural inmaterial; b) artes del espectáculo; c) usos sociales, rituales y actos festivos; d) conocimientos y usos relacionados con la naturaleza y el universo; e) técnicas artesanales tradicionales. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2003, art. 2)

Y que su salvaguardia son todas las medidas

Las medidas encaminadas a garantizar la viabilidad del patrimonio cultural inmaterial, comprendidas la identificación, documentación, investigación, preservación, protección, promoción, valorización, transmisión -básicamente a través de la enseñanza formal y no formal- y revitalización de este patrimonio en sus distintos aspectos. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2003, art. 2)

Los artículos de la Constitución Nacional 70, 71, 72 son desarrollados a través de la Ley 397 de 1997 que dicta normas “sobre el patrimonio cultural, fomentos y estímulos a la cultura y se crea el Ministerio de Cultura (...)”. Dentro de los principios fundamentales de esta ley, se decreta que

La cultura, en sus diversas manifestaciones, es fundamento de la nacionalidad y actividad propia de la sociedad colombiana en su conjunto, como proceso generado individual y colectivamente por los colombianos. Dichas manifestaciones constituyen parte integral de la identidad y la cultura colombianas. (Ley 397, 1997, art. 1)

Así mismo, define el Patrimonio cultural de la Nación, como:

Definición de patrimonio cultural de la Nación. El patrimonio cultural de la Nación está constituido por todos los bienes y valores culturales que son expresión de la nacionalidad colombiana, tales como la tradición, las costumbres y los hábitos, así como el conjunto de bienes inmateriales y materiales, muebles e inmuebles, que poseen un especial interés histórico, artístico, estético, plástico, arquitectónico, urbano, arqueológico, ambiental, ecológico, lingüístico, sonoro, musical, audiovisual, fílmico, científico, testimonial, documental, literario, bibliográfico, museológico, antropológico y las manifestaciones, los productos y las representaciones de la cultura popular. (Ley 397, 1997, art. 4)

Y la protección de este:

La política estatal en lo referente al patrimonio cultural de la Nación, tendrá como objetivos principales la protección, la conservación, la rehabilitación y la divulgación de dicho patrimonio, con el propósito de que éste sirva de testimonio de la identidad cultural nacional, tanto en el presente como en el futuro. (Ley 397, 1997, art. 5)

La Ley 1185 de 2008 en el artículo 8 presenta distintas modificaciones a la Ley 397 de 1999, a través del perfilamiento de herramientas institucionales para la salvaguardia del patrimonio inmaterial colombiano.

El Decreto 2941 del 2009 amplía la normatividad frente a las Listas representativas de patrimonio cultural inmaterial, el contenido y metodología de los Planes Especiales de Salvaguardia. En el artículo 8 se establecen las manifestaciones culturales a salvaguardar en el país:

1. Lenguas y tradición oral. Entendidos como vehículo del Patrimonio Cultural Inmaterial, y como medio de expresión o comunicación de los sistemas de pensamiento, así como un factor de identidad e integración de los grupos humanos.
2. Organización social. Corresponde a los sistemas organizativos tradicionales, incluyendo el parentesco y la organización familiar, y las normas que regulan dichos sistemas.
3. Conocimiento tradicional sobre la naturaleza y el universo. Conocimiento que los grupos humanos han generado y acumulado con el paso del tiempo en su relación con el territorio y el medio ambiente.
4. Medicina tradicional. Conocimientos y prácticas tradicionales de diagnóstico, prevención y tratamiento de enfermedades incluyendo aspectos psicológicos y espirituales propios de estos sistemas y los conocimientos botánicos asociados.
5. Producción tradicional. Conocimientos, prácticas e innovaciones propias de las comunidades locales relacionados con la producción tradicional agropecuaria, forestal, pesquera y la recolección de productos silvestres, y los sistemas comunitarios de intercambio.
6. Técnicas y tradiciones asociadas a la fabricación de objetos artesanales. Comprende el conjunto de tradiciones familiares y comunitarias asociadas a la

producción de tejidos, cerámica, cestería, adornos y en general, de objetos utilitarios de valor artesanal.

7. Artes populares. Recreación de tradiciones musicales, dancísticas, literarias, audiovisuales y plásticas que son perpetuadas por las mismas comunidades.

8. Actos festivos y lúdicos. Acontecimientos sociales y culturales periódicos, con fines lúdicos o que se realizan en un tiempo y un espacio con reglas definidas y excepcionales, generadoras de identidad, pertenencia y cohesión social. Se excluyen las manifestaciones y cualquier otro espectáculo que fomente la violencia hacia los animales.

9. Eventos religiosos tradicionales de carácter colectivo. Acontecimientos sociales y ceremoniales periódicos con fines religiosos.

10. Conocimientos y técnicas tradicionales asociadas al hábitat. Conocimientos, técnicas y eventos tradicionales relacionados con la construcción de la vivienda y las prácticas culturales asociadas a la vida doméstica.

11. Cultura culinaria. Prácticas tradicionales de transformación, conservación, manejo y consumo de alimentos.

12. Patrimonio Cultural Inmaterial asociado a los espacios culturales. Este campo comprende los sitios considerados sagrados o valorados como referentes culturales e hitos de la memoria ciudadana. (Decreto 2941, 2009)

3.4.2. Biblioteca pública y biblioteca comunitaria

La Ley 1379 de 2010 “tiene por objeto definir la política de la Red Nacional de Bibliotecas Públicas, regular su funcionamiento y establecer los instrumentos para su desarrollo integral y sostenible.” Y en artículo 6 de Principios Fundamentales, numeral 1, regula que “Todas las comunidades del territorio nacional tienen derecho a los servicios bibliotecarios y, con ellos, a la lectura, la información y el conocimiento”. Aunque esta Ley es fundamental para la

organización, gestión y desarrollo de las bibliotecas públicas del país, apartes de su contenido se pueden desarrollar en bibliotecas comunitarias.

El Plan Nacional de Lectura y Bibliotecas 2002-2006 surge como propuesta ante la necesidad de mejorar los bajos índices de lectura, el acceso a las bibliotecas y libros y las competencias educativas de los niñas, niños, adolescentes y jóvenes del país. En este documento se propone que las bibliotecas públicas se conviertan en:

- Espacios que tengan validez simbólica para la población
- Lugar de uso intensivo por los diferentes grupos de la comunidad
- Sitio de apoyo a los diferentes servicios sociales, de salud, educación y recreación.
- Lugar articulador y potenciador de las iniciativas públicas y la dinámica social
- Centro de convocatoria de las organizaciones sociales tanto de adultos, como de los ancianos, jóvenes y niños
- Punto de encuentro y socialización de los pobladores carentes de organización, especialmente de los desplazados resultantes del clima de violencia que azota a nuestros campos.
- Referencia urbana en el colectivo público (Ministerio de Cultura, 2003, p 20).

En este contexto las bibliotecas comunitarias recientemente han adquirido importancia en el debate de la política pública, pues su presencia en sectores populares del país es definitivamente protagonista en la promoción de lectura y escritura en comunidades vulnerables. El Decreto Distrital 133 de 2006 "Por medio del cual se adoptan los lineamientos de Política pública de Fomento a la Lectura para el periodo 2006 - 2016" establece como prioridad en el artículo 1, numeral c "Fomentar la creación, fortalecimiento y desarrollo de las bibliotecas públicas en la ciudad, como instituciones culturales fundamentales para el acceso libre y democrático a la cultura escrita y como espacios privilegiados para el fomento de la lectura y la escritura.

En consecuencia, en el año 2007 el proyecto de acuerdo No. 472 de la Alcaldía Mayor, promueve medidas de apoyo y fortalecimiento de las bibliotecas comunitarias del Distrito Capital, entendiendo estas como “... espacios donde se desarrolla un proceso social amplio, y se promociona la lectura y la escritura desde el ámbito barrial...”. Este acuerdo busca consolidar las bibliotecas comunitarias “...orientado a garantizar el acceso a la cultura, la educación y el conocimiento, procurando estimular la formación de lectores, y la producción intelectual y científica, e igualmente, fomentar la actividad editorial como medio relevante de potencialidad industrial y cultural”.

El Plan de Desarrollo 2012-2016 de Bogotá Humana establece como proyecto prioritario para la ciudad capital en su Programa ejercicio de las libertades culturales y deportivas, numeral 2:

Fortalecer las capacidades de los individuos y organizaciones para el despliegue y acceso a las expresiones y prácticas artísticas, culturales y patrimoniales, mediante la oferta de oportunidades en condiciones de equidad, inclusión y no segregación, para la ampliación de las libertades de todas y todos. De igual modo, consolidar la Red Distrital de Bibliotecas de Bogotá (BibloRed). (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2012)

Biblored inicia abre puertas al público en el año 2001 con los parques Biblioteca Virgilio Barco, El Tunal y El Tintal y con la integración de las bibliotecas locales y de barrio de la ciudad. Según su portal web, esta red de instituciones es una:

Red de gestión de información y conocimiento de la Alcaldía Mayor de Bogotá - Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte, que promueve la apropiación social de la lectura, la investigación, la cultura y las TIC, con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida, la inclusión, el enriquecimiento del capital humano, social y cultural, así como el ejercicio de la ciudadanía activa de todos los habitantes de la ciudad, priorizando acciones con las poblaciones en situación de desventaja y/o condición de vulnerabilidad. (Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte, s.f.)

3.4.3. Manifiestos y Directrices

El Manifiesto de la IFLA/UNESCO sobre la biblioteca pública de 1994 aclara el importante papel de la biblioteca pública en la sociedad, su financiamiento y funcionamiento. La primera parte de la declaración indica que “Los servicios de la biblioteca pública se prestan sobre la base de igualdad de acceso para todas las personas, sin tener en cuenta su edad, raza, sexo, religión, nacionalidad, idioma o condición social”. Lo anterior, da cuenta de la responsabilidad del bibliotecario en “abatir la vulnerabilidad que engendra discriminación social y/o exclusión social, fenómenos fuente de la desigualdad, del descontento y conflictos sociales graves” (Meneses Tello, 2008). Este Manifiesto reconoce la necesidad de construir espacios bibliotecarios incluyentes que respeten la diversidad cultural de los contextos en que se encuentran, los derechos humanos de los grupos vulnerables, sobre la base de la igualdad de acceso al conocimiento.

En el año 2001 se presentan las Directrices IFLA/UNESCO para el desarrollo del servicio de bibliotecas públicas, que es un documento que complementa los anteriores manifiestos emanados de la IFLA/UNESCO y aborda el quehacer de la biblioteca pública. Frente al tema de investigación podemos encontrar su definición de una institución que propicie el cambio:

Corresponde a la biblioteca pública desempeñar un importante papel como espacio público y como lugar de encuentro, lo cual es especialmente importante en comunidades donde la población cuenta con escasos lugares de reunión. Representa lo que se ha dado en llamar “el salón de la comunidad (2001, p 12)

Más adelante en lo referente a cultura local:

La biblioteca pública debe ser una institución fundamental de la comunidad en la que se encuentra en lo que se refiere al acopio, la preservación y la promoción de la cultura local en todas sus modalidades. Puede hacerlo de diferentes maneras, por ejemplo, manteniendo los fondos relativos a la historia del lugar, organizando exposiciones y narraciones orales, editando publicaciones de interés local y creando programas interactivos sobre temas locales.

Cuando la tradición oral sea un importante método de comunicación, la biblioteca pública deberá fomentar su continuación y expansión. (2001, p 14)

La Declaración de Caracas para la Biblioteca Pública como factor de desarrollo e instrumento de cambio social en América Latina y el Caribe de 1982, apoya el Manifiesto UNESCO de 1994 sobre el carácter de la biblioteca pública, ajustándolo a las realidades de América Latina y el Caribe, a través de 8 principios fundamentales sobre la biblioteca; el tercero de ellos afirma que esta debe “Promover el rescate, comprensión, difusión y defensa de la cultura nacional autóctona y minoritaria para la afirmación de la identidad cultural y el conocimiento y respeto de otras culturas.”

3.5 Marco conceptual

Para comprensión de esta investigación se emplean los siguientes términos con las siguientes acepciones:

Territorio: Este término no solo se refiere al espacio físico geográfico, sino al sentido de pertenencia que sobre él se tengan los colectivos humanos que lo habitan y las relaciones de codependencia que se dan allí.

Actor social: Se denomina actor social al sujeto/ta, grupo u organización que en representación de determinados intereses trabaja socialmente para conseguir sus objetivos. De esta manera inciden en el territorio y en otros actores sociales

Prácticas comunitarias: Son las acciones colectivas que desarrollan las comunidades en beneficio propio. Estas prácticas en su mayoría son innatas, pues surgen como respuesta ante las necesidades sociales, económicas y políticas de las poblaciones; sin embargo, también pueden ser aprendidas en los procesos de socialización entre comunidades u organizaciones.

Autogestión: Son las gestiones propias de individuos o colectivos tendientes a transformar y mejorar su realidad. Así como es la capacidad de conseguir algo para sí mismo, también es la posibilidad de decidir; en este sentido, la autogestión también tiene que ver con el ejercicio de la autonomía.

Identidad sociopolítica: Es la identidad individual que surge al tomar conciencia de lo que es la sociedad y la necesidad reflexionar sobre ella. Esta identidad da paso al compromiso del individuo con su propia vida y la de los demás, en la consecución del bien común, de las libertades, de la garantía de derechos, del vínculo social.

Empoderamiento social: Se refiere al resultado de acciones diversas que buscan fortalecer el tejido social, para que sean garantes de justicia social y democracia en sus territorios. El empoderamiento social también implica unidad de trabajo para alcanzar metas conjuntamente.

4. MARCO METODOLOGICO

4.1. Caracterización de la investigación

Para esta investigación, el desarrollo del marco metodológico se basa en la comprensión de las características, tipo y enfoque propios de una investigación cualitativa.

4.1.1. Clase de investigación

La investigación cualitativa es un método de investigación usado recurrentemente en las ciencias humanas y que se puede definir principalmente por el uso de métodos de recolección de datos no cuantitativos; pues su interés al momento de la recolección de información es recoger “las emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos subjetivos de los participantes, así como las interacciones entre individuos, grupos y colectividades” (Hernández Samipieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010). Es decir, los datos cualitativos se refieren a todo aquello que sea susceptible de ser observado dentro de la investigación, así como sus manifestaciones. Lo anterior indica que la investigación cualitativa

consiste en “reconstruir” la realidad, tal como la observan los actores de un sistema social previamente definido (...) El enfoque cualitativo puede concebirse como un conjunto de prácticas interpretativas que hacen al mundo “visible”, lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, grabaciones y documentos. Es naturalista (porque estudia a los objetos y seres vivos en sus contextos o ambientes naturales y cotidianidad) e interpretativo (pues intenta encontrar sentido a los fenómenos en función de los significados que las personas les otorgan). (2010, p 9)

En el sentido interpretativo de la investigación cualitativa Colby (1996, citado en p.10), habla acerca de “los modelos culturales como centro de estudio de lo cualitativo”, es decir *que todo*

colectivo o sistema social tiene un modo único para entender situaciones o eventos y la interpretación de ese patrón cultural es la finalidad de esta clase de investigación.

Se busca pues, encontrar el significado de la realidad que se observa desde la perspectiva de los participantes; es decir, el fin último no es la generación de un producto final sino la comprensión del proceso que conlleva a ese accionar social.

Esta clase de investigación le permite al investigador acercarse e interactuar con el fenómeno estudiado, pues su interpretación de los datos se da gracias a la relación interdependiente que existe con la parcela de realidad a estudiar y su participación en ella ya sea como observador o participante; partiendo de una visión holística del hecho y de intervención en el mismo a partir de sus propias creencias y posiciones.

4.1.2. Tipo de Investigación

En esta línea de la investigación cualitativa, la presente investigación se desarrolla desde la Sistematización de Experiencias, la cual se entiende como “(...) aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido en ellas: los diversos factores que intervinieron, cómo se relacionaron entre sí y por qué lo hicieron de ese modo. La Sistematización de Experiencias produce conocimientos y aprendizajes significativos que posibilitan apropiarse de los sentidos de las experiencias, comprenderlas teóricamente y orientarlas hacia el futuro con una perspectiva transformadora” (Jara Holliday, 2011).

Es decir, la sistematización de experiencias se ubica como un proceso metodológico que “posibilita fortalecer las capacidades transformadoras de los actores sociales” (Jara Holliday, 2011), a través de la interpretación crítica de las experiencias vividas, pues se reconoce que

en la práctica se encuentran aprendizajes que permiten construir conocimientos válidos. Este conocimiento práctico, propio de una práctica social, dialoga con otras experiencias y con el conocimiento teórico, enriqueciendo las comprensiones de mundo desde y hacia lo particular.

Según Oscar Jara, la sistematización de experiencias se caracteriza por valorar los saberes de las personas que son sujetos de las experiencias y resulta fundamental que quien participe en la sistematización haya participado en la experiencia. De esta manera, la relación entre sujeto y objeto de conocimiento se transforma en una relación sinérgica, generando nuevos aprendizajes a nivel personal y colectivo.

4.1.3. Enfoque

Este tipo de investigación se basa, principalmente, en dos enfoques epistémicos como son: El enfoque dialéctico – histórico, el cual plantea que las experiencias hacen parte de una práctica general social e histórica, que se comprende de manera dialéctica, es decir, como un proceso en constante transformación, y que en las contradicciones del mismo se encuentra su riqueza. Así mismo, las prácticas encuentran eco en otras experiencias que comparten elementos contextuales (Jara Holliday, 2011).

El enfoque hermenéutico, el cual busca interpretar la experiencia para encontrar los sentidos, dinámicas y complejidad de la práctica. Para esto, la sistematización de experiencias toma en cuenta para su análisis elementos como las intencionalidades, narrativas, contextos, relaciones, entre otros elementos, que se encuentran entre líneas del fenómeno social estudiado.

4.1.4. Línea de investigación

Por último, la presente investigación se ubica en la línea de investigación Gestión de la Información, definida por el programa Programa de Ciencia de la Información y la Documentación, Bibliotecología y Archivística de la Universidad del Quindío, como “el conjunto de actividades realizadas con el fin de seleccionar, almacenar, organizar, sistematizar y recuperar adecuadamente la información producida, recibida o retenida por cualquier organización”. (Universidad del Quindío)

El interés de esta investigación de generar elementos de análisis y metodológicos que aporten al fortalecimiento de la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*, a partir de la sistematización de una experiencia de servicio, se articula con lo expuesto en el documento “La biblioteca pública no puede vivir de espaldas a los ciudadanos, ya que se trata de una institución sociocultural que debe asumir su responsabilidad en todos los ámbitos de la vida local. En este sentido debe hacer suyos los problemas de sus usuarios y desarrollar acciones encaminadas a conseguir mejores condiciones personales y sociales de los habitantes a los que atiende.” (Universidad del Quindío). A su vez, responde al llamado del programa educativo frente a la responsabilidad del profesional en Bibliotecología “deben estudiar alternativas que les permitan responder a las necesidades de información de la sociedad en constante transformación, invadida por las nuevas tecnologías de la información y la comunicación”.

4.1.5. Población, muestra y unidad de análisis

Teniendo en cuenta las particularidades de la metodología de sistematización de experiencias, se toma como población y muestra los asistentes al taller *Plantas de la memoria*, junto a 1 tallerista representante de la biblioteca comunitaria. Es importante aclarar, que no en todos los encuentros estuvieron los mismos usuarios; pues, cada sesión contaba con 2 participantes constantes y el resto del grupo se rotaba.

Las características de la muestra son:

- Usuarios habitantes del barrio Arborizadora Alta o barrios cercanos
- Usuarios que conozcan la biblioteca comunitaria
- Usuarios que participaron al menos de 1 de los talleres de alfabetización o círculos de lecturas realizados anteriormente
- Usuarios con edades entre los 45 y 75 años

La unidad de análisis para la presente investigación serán los 5 encuentros realizados con la comunidad:

Encuentro de presentación del Taller de Plantas

2. Taller de enfermedades respiratorias

3. Remedios para aliviar dolores

4. Taller de salud femenina

5. Taller de socialización

4.1.6. Técnica de investigación e instrumentos

Las técnicas de investigación utilizadas en el ejercicio de sistematización son:

1. La observación participante y el diálogo de saberes, desarrolladas a través del instrumento diario de campo.

La observación en las investigaciones cualitativas es definida por Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio “No es mera contemplación (“sentarse a ver el mundo y tomar notas”); implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones.” (2010, p 411). Los autores también señalan que la participación activa resulta uno de los papeles más deseables para el investigador, pues “participa en la mayoría de las actividades; sin embargo, no se mezcla completamente con los participantes, sigue siendo

ante todo un observador.” (Hernández Samipieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010, p 417)

2. La realización de una entrevista semiestructurada con el líder de la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*. Para la realización de esta entrevista se atendió a la definición dada por Hernández Samipieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio

entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta (King y Horrocks, 2009). Ésta se define como una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados) (...) Las entrevistas semiestructuradas, por su parte, se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados (es decir, no todas las preguntas están predeterminadas). (2010, p 418)

3. La recopilación ordenación y análisis de la información sobre el barrio Arborizadora Alta, la configuración de la biblioteca comunitaria y el desarrollo temático de los talleres, siguiendo los pasos aportados por la metodología de sistematización de experiencias de Oscar Jara Holliday (2011), que se desarrolla a continuación.

4.2. Diseño metodológico

Teniendo en cuenta lo anterior, para iniciar el ejercicio de sistematización de la experiencia, resulta fundamental establecer un primer paso que permita aclarar los puntos de partida del ejercicio de sistematización; así como un marco general en el que se desarrolló la experiencia. (Chavez-Tafur, 2006).

Tabla 1
Delimitación de la experiencia a sistematizar

Punto de Partida	Actores	Biblioteca comunitaria Centro social Libertatia en representación de 1 tallerista. Grupo de 8 usuarios participantes *Si bien al final de los talleres se pudo contabilizar un total de 8 participantes, no en todas las sesiones se contó el con grupo de manera constante.
------------------	---------	--

Marco General en el que se plantea y desarrolla la experiencia	Información	5 audios con el contenido de los talleres realizados 1 entrevista a Iver Cruz, líder de la Biblioteca comunitaria 5 Fichas de desarrollo de talleres
	Objetivo de sistematización	Sistematizar y analizar el impacto de la experiencia comunitaria Plantas de la memoria, para el fortalecimiento de los procesos de gestión y construcción del conocimiento en la biblioteca comunitaria Centro social Libertatia, del barrio Arborizadora Alta (Bogotá D.C.)
	Beneficiarios de la sistematización	Biblioteca comunitaria Centro social Libertatia y comunidad del barrio Arborizadora Alta, Ciudad Bolívar, Bogotá D.C.
	Experiencia a sistematizar	Talleres <i>Plantas de la memoria</i>
	Periodo en el cual se desarrolló la experiencia	Segundo semestre de 2016
	Aspectos a sistematizar	1.Producción del conocimiento 2. Valoración de los saberes populares 3.Impacto en las identidades subjetivas y en el rol de la biblioteca
	Objetivos generales de la Biblioteca comunitaria Centro social Libertatia	1.Posibilitar el acceso al conocimiento y la cultura para los habitantes del barrio Arborizadora Alta 2.Fortalecer los procesos educación popular que se dan al interior del Centro Social Libertatia
	Estructura de la Biblioteca comunitaria Centro Social Libertatia	La Biblioteca comunitaria hace parte de la casa Centro Social Libertatia. En esta casa se desarrollan diferentes proyectos culturales y educativos como la Huerta Meraki, Preuniversitario Popular La Ruptura, Escuela de música y espacio para diversos talleres. Si bien todos los proyectos son autónomos en el desarrollo de sus estrategias de trabajo y dinámicas y así mismo la Biblioteca comunitaria, todos los espacios trabajan articuladamente en cuanto a coyunturas específicas como conmemoraciones o grandes actividades y también para apoyarse y fortalecerse mutuamente.
	Relaciones de la biblioteca comunitaria con otros actores	Organizaciones de base: La relación con otras organizaciones de base del sector es fundamental, la articulación de agendas posibilita la incidencia integral en las problemáticas locales. La unidad de los esfuerzos de las organizaciones comunitarias y sociales amplía las alternativas de pervivencia de los procesos. La Biblioteca comunitaria trabaja articuladamente en acciones concretas con otros espacios bibliotecarios de la misma naturaleza que también responden a necesidades particulares en su territorio.

Fuente: Diseño propio

4.2.1. Delimitación de la experiencia

La experiencia a sistematizar es el Taller *Plantas de las Memoria*, desarrollado en el segundo semestre del año 2016 en la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*, ubicado en el barrio Arborizadora Alta, localidad Ciudad Bolívar, de la ciudad de Bogotá D.C.

Como se mencionó en otro apartado, la biblioteca comunitaria ya tenía experiencia desarrollando talleres con adultos mayores, tal es el caso de los círculos de lectura y los talleres de alfabetización. El taller *Plantas de la memoria* se enlaza a este proceso de servicios diferenciados para usuarios de la tercera edad.

Es importante mencionar que este taller surge, en primer lugar, para renovar el interés de los usuarios con propuestas de servicio bibliotecario que estuvieran más ligadas a sus intereses y gustos; hablar de plantas era un tema recurrente entre ellas y ellos, ya sea por sus historias de vida o por el acercamiento que tenían con la huerta del *Centro social*. En segundo lugar, se buscaba crear un espacio para compartir saberes útiles y prácticos que se pudieran aprovechar en la cotidianidad y que no tuviera limitantes para comprenderlos y asimilarlos, sea niñas y niños o adultos mayores. Así mismo, el taller *Plantas de la memoria*, buscaba recuperar información de alto valor cultural que poseen las y los usuarios, quienes por su edad están perdiendo la memoria y consigo conocimientos campesinos y ancestrales invaluable.

Sobre esta base se construye el objetivo general del taller *Plantas de la memoria*, el cual era recuperar y sistematizar los saberes populares sobre plantas y sus usos medicinales que tenían las personas (usuarios regulares de la biblioteca), para socializarlos y compartirlos con otros miembros de la comunidad. Este taller apuntaba a visibilizar los saberes populares inmersos en las memorias personales del adulto mayor participante, reconociéndolos como saberes útiles y necesarios para el desarrollo de propuestas educativas que acompañaba la biblioteca con niñas, niños y jóvenes que asistían a otros talleres del *Centro social Libertatia*. Este

objetivo general se relaciona con la intención de la biblioteca de abrir los medios y formas para acercar diversos saberes y conocimientos a la comunidad.

Los talleres se plantearon a partir de dos enfoques transversales: 1. La recuperación de las memorias personales de las personas, que se reconocen cargadas de saberes susceptibles de ser identificados y sistematizados, como es el conocimiento de los usos medicinales de las plantas. Para establecer esta primera línea de trabajo se tuvo en cuenta que la gran mayoría de los participantes son hombres y mujeres de extracto campesino que recientemente llegaron a la ciudad por temas del conflicto social o armado; por lo tanto, su relación con lo rural no ha desaparecido completamente, sigue allí instalada en la memoria y en la nostalgia de lo vivido.

Atendiendo esta caracterización y recogiendo las experiencias de los talleres de alfabetización, se decidió entonces recoger las memorias personales a partir de círculos de palabras donde pudieran hilar, por medio de la oralidad, sus historias de vida con las de las y los otros asistentes y en ellas su relación con las plantas, en su infancia, con sus familias, con sus vecinos, anécdotas importantes, entre otros componentes de las memorias personales.

2. El diálogo de saberes no solo como principio de trabajo comunitario, sino además como método. Se hizo un intercambio de aprendizajes, los asistentes contaban los saberes sobre plantas y a cambio la biblioteca les compartía un nuevo saber, la construcción de un herbario. Esta estrategia permitió que la colección de plantas funcionara para la socialización del trabajo realizado durante los talleres con otros grupos del *Centro social*, además que las/los usuarios aprendieran a hacer algo nuevo, algo que se relacionaba con lo que estaban aportando, algo que podrían realizar en sus casas y compartir con otros miembros de la comunidad.

Se sistematizarán 5 talleres que dan cuenta de la experiencia, de sus aspectos positivos, dificultades y resultados no esperados. ([Ver Anexo A y B](#)).

4.3. Análisis e interpretación de datos

4.3.1. Descripción de la experiencia

a) Taller N.º 1 Encuentro de presentación del Taller de Plantas

El primer taller realizado contó con la participación de 4 mujeres, que ya habían participado en anteriores espacios del *Centro social Libertatia*. Ante ellas se hizo la presentación del espacio por parte de la tallerista de la biblioteca; en esta introducción se compartió la intención del espacio de recoger saberes sobre plantas y sus usos medicinales, con el fin de visibilizarlos y aportarlos al contexto territorial.

Básicamente este taller es que hagamos un ejercicio de memoria sobre cuáles eran las plantas con las que nosotros nos cuidábamos o nuestras familias nos cuidábamos hace muchos años para volverlas nuevamente a traer al presente y a este territorio para mirar qué es lo que nos sirve de ahí ([Anexo F](#))

Tras la introducción se presentó la metodología, en cuanto a duración de los talleres y propósito de la misma. Se mencionó la idea de construir un herbolario que diera cuenta de lo realizado en los encuentros y de esta manera, contarle a la comunidad en otras narrativas el conocimiento construido colectivamente. También se dejó claro que esta propuesta de metodología no era estática, sino que estaba en construcción a partir de los quereres y sentires de los participantes, pues al igual que otros escenarios de la biblioteca, el consenso era fundamental para el proceso cultural.

(...) y los talleres tendrían una duración de más o menos dos horas. Depende de ustedes, cómo está su tiempo, sus horarios, siempre todo tiene que estar muy concertado; y la idea es que... eso, que al final de los talleres nosotros aquí para la biblioteca comunitaria dejemos una especie como de herbolario con unas plantas muestra que vengan con las que digamos con la fichita (...) ([Anexo F](#))

Una de las participantes comentó los problemas de salud que estaba viviendo en esos momentos. Contó cómo, a través del uso de una planta que recordó en su pasado, ha podido mantenerse estable y saludable

No, para mí se me hace muy importante estas cosas porque yo digo por mí hace como cinco años por ahí más o menos, yo me dijeron que yo tenía diabetes. Bueno, yo me fui para Candelaria, allá me dieron una cantidad de pastas y yo comencé a tomarlas conforme me dijeron. Se me fue el apetito de comer, ya las cosas ya no me gustaban, más que rica estuviera la comida, todo eso se me fue el apetito mucho, mucho. Entonces yo dejé de tomar, dejé de tomar todas esas pastas. Entonces allá en Uvalá una señora que se llamaba Margarita, ella tenía la diabetes y estaba *uish* y entonces le dieron, un señor que en paz descanse que se llamaba Luis, no me acuerdo el apellido, Luis, él era de Villabo y vino esa vez y frecuentaba mi ranchita, mi casita frecuentaba, y él le daba pesar porque nosotros, él nos llegaba por detrás de la casa y se ponía por ahí y que y mi esposo me estaba regañando por una nada. Que, si yo me quejaba, no sé qué cuando, no es la primera mujer que va a parir un chino, bueno, cosas, cosas, entonces don Luis Hurtado, entonces él le daba pesar, él era alto, de cuerpo moreno, él venía de Villabo, traía hierbitas de una y de otra. Entonces esa tal Margarita ya que, ya que se moría, entonces le dieron una droga el tal señor don Luis, una droga y dijo: “No tome esas pastas, no tome nada, yo le tengo el remedio, el remedio lo tiene en sus manos” y le dio a tomar cáscaras del arrayán negro y, y el coci... pero no cocido, del toronjil y verás. Margarita que se mejora y así él la frecuentó, la frecuentó y se curó de eso.

[\(Anexo F\)](#)

Esta anécdota resulto fundamental, pues gracias a ella se pudo conversar sobre la importancia del uso preventivo de los remedios naturales, especialmente en un contexto donde la desigualdad social determina el acceso a derechos fundamentales como la salud.

Seguidamente, se abrió el círculo de palabra para compartir impresiones sobre los saberes populares, que se entendía sobre esa expresión. Una a una, todas las mujeres comentaron lo que conocían de los saberes populares, de donde venían, como se aprendían y para qué servían. Esta charla evidenció que, si había un conocimiento previo sobre el tema y que desde

sus experiencias personales se puede considerar que tenían saberes sobre plantas, partería, manejo de animales, entre otros.

Tallerista: ¿Ustedes qué entienden por saberes populares? No se preocupen, no es una previa, sino que cuando ustedes dicen “saberes populares” “saberes del pueblo”, ¿ustedes qué entienden por eso?

Participante 1: Saber lo antiguo.

Participante 1: De nuestros padres.

(...)

Participante 2: Pues yo recuerdo es la hoja del brevo, que le hacían a uno como cataplasmas para cuando uno ya iba a tener el bebé, o sea, yo me acuerdo que mi mamá me comentaba eso. La hoja de brevo, y lo otro que experimenté yo, con mi niño mayor, fue el hinojo. Hacer el agua para bañarse y para tomar uno porque yo me hinché mucho y a mí no me bajaba leche

Participante 3: (...) Él me decía, me decía, me decía: “vea, Rosa, cuando salga la criatura lo primero que le ha de echar mano es al ombligal y ahí mismo amárrele, amárrele a la entrada y a la salida y ahí así porque para que no siga goteando sangre y aquí para que no se siga porque, si no, es peligroso un derrame a la mamá”, y que así no manchaba. Y así fue como aprendí yo. No la cree, pero recibí 33 niños. He recibido 33 niños. ([Anexo F](#))

El círculo de palabra posibilitó que las asistentes hablaran de sus experiencias de vida, recuerdos de sus mamás y abuelas, de otras mujeres cercanas que les habían transmitido saberes sobre plantas, así mismo se comparten preguntas para ser respondidas por todas, incluso por la tallerista de la biblioteca

Participante 2: Yo quiero hacer una pregunta: cuando uno hace así, algún remedio, así, yo he oído comentarios, yo quisiera como también saber: ¿toma uno por 15 días y descansa y después vuelve otra vez y comienza, cierto, o se puede así seguido constantemente?

Tallerista: Pues entre todas podemos responder la pregunta (...)

Participante 1: Eso sí como dicen “bueno es el cilantro, pero no tanto”. Es como tomarla. ¿Cómo es que dicen que se llama esa planta?

Participante 1: Sí, es como tomar la ortiga. Si la toman demasiado, ya le perjudica la vista.”
(...)

Participante 2: Yo tengo otra: en estos días estuvo fue haciéndose como especie de un jugo de colicero, así con todo y cáscara. Le han dicho que era muy bueno para la diabetes. No sé si será cierto eso o no será.

Tallerista: No, eso sí no lo conozco, pero lo voy a voy a averiguar.

Participante 4: Eso es bueno para la soltura cuando tiene uno soltura. ([Anexo F](#))

Tras esta charla, se compartió una infusión de plantas con todas las asistentes, pues es importante en todos los espacios de la biblioteca brindar un alimento o bebida a los asistentes, como una manera de dar la bienvenida al espacio.

La siguiente actividad fue un ejercicio sensorial para evocar recuerdos; se llevaron atados de plantas frescas como ruda, caléndula, manzanilla, lavanda, hierbabuena y se entregaba uno por uno a las asistentes, quienes con los ojos vendados sentían la planta para identificarla. Todas las mujeres, de acuerdo a la planta que le correspondían, fueron evocando memorias y de paso remedios aprendidos en la experiencia de sus vidas

Tallerista: ¿Qué recuerdos tenemos de la ruda?

Participante 2: De la ruda yo también me acuerdo (...), del huevo tibio con la ruda, lo hacía mi mamá.

Tallerista: ¿Para qué?

Participante 2: Mi mamá... me parecía que ella decía que uno comer huevo tibio con ruda, que era para cuando uno ya tenía los bebés, ¿o es antes?

Tallerista: ¿Antes de tener el bebé?

Participante 2: Sí, ¿para qué le agilice a uno el parto, cierto? ¿Sí ve que sí? Yo sí, cuando ella nombró el huevo tibio, de una me acordé.

(...)

Participante 1: La ruda también es buena para sacarle un hielo a un niño, porque yo tenía una nieta hielada y me mandaron cocinar la ruda con un litro de leche de vaca negra. Yo le hice por nueve mañanas a la niña eso.

Tallerista: ¿Para sacarle como el frío?

Participante 1: El hielo de un difunto.

Participante 2: Cuando los llevan hacia un entierro.

Participante 1: Me llevaron hielada, hielada la niña. Me dijo una señora esto, con un litro de leche de vaca negra la hice por nueve mañanas y mire qué.

Tallerista: ¿Y cómo saben qué síntomas presenta un bebé cuando está así?

PÚBLICO: Soltura, briegan al comer, se aflacan, se les inflama todo, viven fríos, no comen, bueno (...) ([Anexo F](#))

Finalmente, se habló sobre las enfermedades más comunes del territorio. Del listado de enfermedades que se construyera con las asistentes, se buscarían los remedios en las siguientes sesiones. Es así como, frente al problema de las canteras se identificaron varias enfermedades respiratorias, por las condiciones laborales que tienen la mayoría de las y los habitantes del sector se listaron varias enfermedades relacionadas con el dolor y por ser un taller que en su mayoría está siendo tomado por mujeres, se identificaron problemas de salud de las mujeres.

Tallerista: Pero ya para cerrar, que es muy cortico, la verdad, quisiera que habláramos cuáles son esas enfermedades que ustedes conocen en el territorio y qué creen que valdría la pena mirar qué remedios se pueden proponer para esas enfermedades y cómo aportarle a la comunidad, a la salud de la comunidad, cuáles son esas enfermedades que ustedes, ya con mucha experiencia en el barrio, han dicho aquí, la gente sufre es de esto, por ejemplo, yo propondría la diabetes.

Participante 1: De la rodilla, la artritis.

Participante 3: Artritis y artrosis

Tallerista: Diabetes, artritis, artrosis... ¿Qué más pueden ustedes decir?

Participante 3: El cáncer.

Participante 5: El reumatismo.

Participante 3: El reumatismo es la misma artritis.

Tallerista: Dolor de espalda, sí, y ¿quién más?

Participante 4: Dolor de muela.

Participante 3: Dolor de cabeza, migraña...

Participante 5: Migraña o migreña.

Participante 3: Dolor de cintura. ([Anexo F](#))

Antes de cerrar el taller del día, se les pidió a las asistentes que pensarán una planta que estuviera dentro de sus afectos, la que utilizaban más o que estuviera ligada con una experiencia de vida importante. Esta planta se llamaría *la planta de los afectos* y se presentaría como parte del ejercicio de socialización más adelante.

Debido a la edad de las participantes y sus ritmos para hablar y escuchar a otras, en algunos momentos la conversación fue dispersa, las memorias compartidas se narraban en diferentes tiempos; es decir, no existía una línea de tiempo fija para contar sus anécdotas personales. Pese a esto, se logró recoger mucha información de plantas y remedios, así como conocer aún más las personalidades de las asistentes, lo que han vivido y las búsquedas que las llevaron a participar del taller.

Uno de los momentos más valiosos del taller, fue conocer que una de las asistentes, además es partera y que aún seguía atendiendo mujeres. Esto sorprendió y alegró mucho a sus compañeras, quienes no desconocían esta faceta pese a conocerla hace varios años.

b) Taller N.º 2 Enfermedades respiratorias

A este taller asistieron 5 usuarios, dos de ellos participan y asisten por primera vez a la biblioteca, siendo invitados a participar por las mujeres que habían ido a la primera sesión. Es importante aclarar que esta fue una de las dificultades más grandes del proceso, pues no en todos los talleres se contaba con las mismas personas y eso generó problemas en la construcción de un espacio de aprendizaje fortalecido y constante.

Otras de las dificultades que se evidenció en este taller y en los siguientes son los tiempos que disponían las/los usuarios para estar en el encuentro. Muchas y muchos de ellos debían asistir a las actividades programadas en el comedor comunitario antes de almorzar, de otra manera podrían quedar eliminados de la lista de beneficiarios o eran solicitados en la casa por sus familiares para cuidar del hogar.

Se inició con una síntesis de la sesión pasada y se presentaron los objetivos de los encuentros a los nuevos asistentes.

Tallerista: (...) El sábado pasado hablamos sobre las enfermedades más comunes y su territorio, también mencionaba sobre la sinusitis, el asma, la tos... mencionando los dolores

de rodilla, los dolores de cabeza; mencionaba la viruela, la diabetes, la mala articulación... un montón de cosas. Hablamos de muchas enfermedades y lo que hicimos fue empezar a dividir: hablemos de plantas de acuerdo a ciertas enfermedades. El día de hoy son enfermedades respiratorias. El objetivo del taller es hablar de las enfermedades respiratorias y las plantas. No sé si tenga alguna duda, alguna particularidad, algún interés...

Participante 7: Se ve que por lo menos las plantas medicinales tienen mucho poder curativo, también por la vecina, que ella usa mucho las plantas para aliviar dolores. El objetivo es aprender y después compartir conocimientos. ([Anexo G](#))

Se inició la plenaria preguntándoles a los asistentes si los saberes populares son importantes y útiles para la comunidad. Con este interrogante se buscaba cuestionar a los asistentes sobre el para qué hacer este tipo de trabajos de sistematización de saberes y si ellas/ellos como individuos creían que valía la pena.

Tallerista: ¿Ustedes creen que esos talleres de plantas medicinales son importantes para la comunidad?

Público: Claro. Es muy importante.

Tallerista ¿En qué sentido se puede beneficiar la comunidad de todos los saberes que nosotros les entregamos a ellos de esos saberes sobre plantas medicinales?

Participante 1: Es importante porque eso ya se ha perdido mucho. La tradición de las plantas medicinales y, al volver otra vez, como a revivir eso es muy importante y a la vez bonito.

(...)

Participante 3: Creo que también ese taller es muy importante por volver otra vez a recordar las enseñanzas de nuestros abuelos, de nuestros padres. Es una experiencia muy bonita, ya sea para nuestra familia, para nuestros amigos y amigas. Es una ayuda que vamos a tener para ellos también.

Participante 6: Sería bueno retomar esas costumbres para no tomar tanta medicina tradicional y sintética, que es mucho el daño que causa. Más es lo que uno se enferma tomando eso, que lo que alivia eso. ([Anexo G](#))

También se debatió sobre la forma de tratar las enfermedades por parte de la medicina moderna y la necesidad de tener una salud digna, que respete al paciente y las necesidades particulares y el círculo de palabra realizado en esta sesión giró en torno a los remedios

naturales para las enfermedades respiratorias. Todos los remedios compartidos fueron aprendidos en sus casas y puestos en práctica en sus cuerpos o en los de sus familiares.

Tallerista: Doña Participante 3, yo le hago una pregunta: Usted, cuando estaba más joven o digamos cuando usted estaba con sus hijos, cuando ellos estaban enfermitos de mucha tos, ¿Usted les hacía algún remedio o a usted le hacían algún remedio? ¿Qué remedio les hacía usted?

Participante 3: Que yo me acuerde, mi mamá me hacía lo que era el poleo con las flores de sauco y leche.

Tallerista: Perdón, yo le pregunto ¿Y cómo era ese proceso?

Participante 3: Se hacía una infusión con el saúco y las flores en la leche.

Tallerista: ¿Y cómo le iba con ese remedio?

Participante 3: Bien, me iba bien.

Tallerista: Y le quitaba la tos, ¿qué más?

Participante 3: Y con mis hijos experimenté hervir la leche y, en la leche, echarle una gelatina de pata y dos mentas; y se pone a hervir eso y se lo toma uno lo más calientico que pueda.

Tallerista: Lo he hecho y es muy bueno y es muy rico, de hecho. Y, también para la tos. Yo lo hice para la tos

Participante 3: Y también hacía otro que era poner a derretir panela con mantequilla y, cuando ya se retira, echarle unas gotitas de limón.

Tallerista: ¿Y eso queda como una especie de jarabito?

Participante 3: Sí, como especie de jarabito. Y esos son los que yo he experimentado para la tos y me han servido a mí y a mis hijos. ([Anexo G](#))

Uno de los asistentes al taller participó activamente de la sesión y al final de la misma propuso realizar el herbario como él lo había visto en otro lugar, propuesta que se aceptó y determinó la metodología para el resto de los encuentros

Participante 7: Sería bueno que, así como en los museos que uno ve que tienen sus cuadros, vienen marcados y abajo, la información, nosotros también hacer esto y hacer la misma idea del jardín botánico y preservar la exposición de plantas.

Tallerista: Yo había pensado lo de los tarritos, pero me parece muy buena su sugerencia de enmarcar las plantas y ponerlas en un libro, bien puestecitas, con tallo y hojas para que se vean bien. Entonces yo me comprometo a mirar las formas de preservar las plantas para archivo (...) ([Anexo G](#))

Otro momento importante del taller fue posible gracias a dos asistentes, quienes contaron las investigaciones que habían hecho previamente en libros y la red sobre otros remedios naturales; esta búsqueda de información surgió del interés particular por aportar más datos a la sesión. Así mismo, todo el taller pudo escuchar sobre la primera planta de los afectos

Tallerista: ¿usted por qué quiere tanto la hierbabuena?

Participante 3: La quiero mucho, porque ella, cuando yo me siento mal, hago agüitas aromáticas y me pasa el malestar. Es mi planta favorita, inclusive hace quince días le comenté el menjurje que le hice a la ternera. A esa también le eché hierbabuena. Es la que más trabajo aparte del limón, porque al limón también le tengo mucha fe. ([Anexo G](#))

c) Taller N.º 3 Remedios para aliviar dolores

Este taller fue uno de los más cortos debido a que solo asistieron dos las mujeres inscritas. Por los tiempos de la biblioteca comunitaria, la cual solo tiene 1 día a la semana para realizar actividades con público y por los ritmos de las mujeres adultas mayores, que deben ocuparse de su familia durante la semana, no es posible repetir la sesión y se decidió continuar con el círculo programado para ese día pese a la baja asistencia de personas.

Como en todas las sesiones anteriores, se recogió lo desarrollado anteriormente y se abrió el círculo a través de una pregunta; esta vez, se les cuestionó sobre su sentir en los encuentros

Tallerista: (...) Entonces, antes de empezar a hablar sobre las plantitas que nos sirven para los dolores, para los reumas, yo quisiera preguntarles a ustedes: ¿Cómo se han sentido con todo, ó, esto de los saberes populares y las plantas medicinales?

(...)

Participante 3: Pues, a mí, sí, me han gustado estos talleres y de verdad que vuelve uno cómo a refrescar la memoria de pronto de plantas qué, uno había olvidado o también de plantas, conocer plantas que uno nunca en su vida conocía, como por ejemplo el orégano, que nunca en mi vida lo había oído nombrar. ([Anexo H](#))

En esta sesión se habló sobre plantas y sus usos medicinales para aliviar los dolores de muela, de rodilla, de espalda, para fracturas. Todos los aportes provenían de sus memorias personales, momentos de su vida que fueron evocados a partir de la búsqueda de saberes de plantas.

Participante 1: Mi mamá era con un fósforo y apenas se apagaba, entonces decía: Ya le sacó la maleza porque ya se acabó el fósforo y con el pasar de los años lo reemplazaron fue con los parches, y eso ya se olvidó.

Participante 3: Saben que me hizo acordar, la suelda con suelda; para las tronchaduras, así

Tallerista: ¿Y ese cómo se aplica? o cómo es?

Participante 3: Eso es como una cáscara, no, es una hoja

Participante 1: se machaca y se coloca donde se haya fracturado

Tallerista: Y ella me imagino que por el nombre lo que hace es se soldar

Participante 3: Si, esa la usaban en tiempo de los abuelos; la suelda con suelda ([Anexo H](#))

Una de las asistentes comentó su experiencia atendiendo uno hijos que se encontraba enfermo recientemente con plantas comunes en el territorio

Participante 1: Bueno. Yo tengo una experiencia, especialmente de la semana pasada; de un hijo, que tuvo diarrea, fiebre y vómito; y, tuve una experiencia de que, busqué por internet, qué planta era buena para el vómito, pues, se tomaba un vaso de agua, y, votaba como cuatro; pero no le paraba absolutamente nada, y, vi ahí qué, decía que, consiguiera la manzanilla matricaria, porque hay manzanilla dulce y manzanilla amarga. Entonces, yo conseguí, y fui a la plaza de San Francisco, y me costó \$500, y que, la cocinara con una cucharadita de miel de abejas; y, colocarla, mejor dicho; no, hervirla destapada, sino tapada, porque si uno la hierve destapada se le va todas las.

(...)

Participante 1: Sí, estoy aterrada que, con esa matica, y, con la miel de abejas, le di dos veces, y mire que sí. ([Anexo H](#))

Finalmente, se planeó con las participantes como realizar el herbario y se acordaron los tiempos para la finalización del taller.

Tallerista: (...) Entonces, resulta que uno llega y coge una tabla, papel periódico y una planta y uno la acomoda, según la forma que uno quiere que quede, otro periódico otra planta, otro periódico y también hay que intercalarlo con estas toallas que son de cocina de papel otra tabla y algo que amarre, pueden ser unos cinturones para que quede bien apretado o no se pueden ser unos pernos, el caso es que la tabla tiene que quedar así como si fuera una carpeta bien apretada más o menos dura como unos 2 o 3 días, dependiendo de la planta en secarse, hay unas que si duran una semana pero la mayoría si duran 2 o 3 días según lo que estuve averiguando, ya después es sacar la plantita seca y ponerlas en unas hojas y según como yo

me lo estaba imaginando; era ponerlas como en una especie de medio pliego más o menos no tan grande, quizás ponerlas, acomodarlas y se pegan con esparadrapo y no, el esparadrapo que no es el café rustico, sino que hay uno que es como parecido a ese plástico blanquito que es muy delgadito, bien bonito, se pega con eso y a este lado se hace una ficha de la planta , entonces la ficha de la planta: (...)

Participante 3: Y ¿después? ¿Forrarla?

Tallerista: Y, después, la podemos forrar, y averiguamos por internet, no sé si hay un video en Youtube, de cómo podemos hacer una gran carpeta, un gran folder, donde podamos meter todas esa hojitas y ya simplemente sea , cuando vayamos a hacer la exposición, porque la idea es, hacer una exposición pública para todos, entonces, las podemos colocar en diferentes lugares para que se vea la lámina con la planta, y después ya solo finalmente la guardamos en el folder y queda cómo...

Participante 3: Porque también se puede hacer, yo tengo una idea digamos cómo en cartulina negra, y, como hacer como una especie de álbum, y se va pasando hojita por hojita, entonces, esa cartulina, así con la hierbita, con la información, y forrada, de manera que en ese plástico, va protegida la hojita de la planta.(...) ([Anexo H](#))

d) Taller N.º 4 Taller de salud femenina

Se inició el taller con una corta introducción sobre las plantas y su relación con la mujer.

Cada participante analizó esta relación, nuevamente desde su experiencia personal, compartiendo anécdotas del cuidado personal y de sus familiares

Participante 7: Yo tengo dos puntos de vista. Primero, la relación de la mujer con las plantas para mí es una relación muy íntima; es decir, para cualquier tipo de dolencia o enfermedad, la mujer siempre es la que dice: “No, mira: Hagamos esto, estas agüitas aromáticas...” y siempre es a base. Se puede decir que el 98% siempre la idea es de la mujer. Y, en el caso de los hombres; por ejemplo, en el caso mío, personalmente lo que digo es que estaba interesado en aprender muchas cosas, inclusive, yo he aprendido poco y bendito sea mi Dios, me han servido; y pienso que es una relación de una a otra forma en cuanto a la mujer y la planta muy íntima. Y, en cuanto al hombre, pues sí está ligado y esto, pero como tal, la que maneja la raíz de todo esto siempre ha sido la mujer, que me pareció muy espectacular y muy positiva esa relación.

(...)

Participante 2: A concepto mío, yo digo que así es lo mismo, porque yo me crié casi con mi abuelita y ella sabía mucho de plantas, hasta el cilantro: que tenía que comer uno bastante cilantro para el apetito; también la zanahoria que, por ejemplo, para la vista; que la hierbabuena para el dolor de estómago, que el paico, entre muchas cosas más; y hay veces por ahí gente que pasa o que me dice, mis hijos, mis nietos: “ay, mamacita, ay, abuelita, usted que sabe tanto de hierbas, dígame qué es bueno para tal cosa. ([Anexo I](#))

En el círculo se indagó si estos conocimientos aprendidos de sus madres y abuelas, principalmente, han sido compartidos por ellas a otras personas a lo largo de su vida.

Tallerista: Yo les hago una pregunta: ¿Esos conocimientos que ustedes tienen, se han encargado de pasárselos a alguien para que no se pierdan?

(...)

Participante 3: Yo anoche también, con mi hijo mayor, que me comentó que el chiquitico también está enfermito de gripita, porque le han querido molestar mucho las amígdalas. Él me comentó anoche y yo le dije: “papito, pues toca hacer del tema que estamos ahorita tratando - y le comenté que estoy yendo mucho a un taller de plantas medicinales-, pues tocará cómo recurrir a las plantas y hacerle como un baño o algo”. Y se quedó mirándome y me dice: “¡Uy, mami! Está como buena la idea”. Se quedó como intrigado y en la expresión vi como si me dijera: “Mi mamá, sí... Mejor dicho, ¿en qué es que no está? ([Anexo I](#))

Posteriormente, otras asistentes compartieron las investigaciones que hicieron sobre remedios naturales para malestares de las mujeres

Participante 3: Investigué que la manzanilla es potente antiséptico para la conjuntivitis, para relajar el sistema nervioso, para las digestiones pesadas; un excelente tónico digestivo para los períodos dolorosos y abundantes, para la irritación vaginal; y elimina el exceso de líquidos. El frambueso, o sea el palito que da la frambuesa, es un tónico astringente para el útero, lo fortalece y prepara para el parto y, en infusión, para períodos dolorosos y abundantes. El jengibre (...) ([Anexo I](#))

Durante el espacio, en general, los asistentes hablan sobre los malestares en sus cuerpos abiertamente, pues el ambiente confianza y afecto creado entre ellas y ellos, les permitió hablar en el círculo sus dudas

Participante 7: Una pregunta que yo tenía es: ¿para disminuir el dolor o para disminuir el período en abundancia?

Participante 3: Para juntas cosas: para disminuir el dolor de los cólicos y para disminuir el sangrado. ([Anexo I](#))

Una de las dificultades con que cuenta la biblioteca comunitaria se evidenció en este taller, pues al no contar con suficientes recursos tecnológicos para el trabajo comunitario, no fue posible presentar un video relacionado con la temática del día

e) Construcción del herbario

Biblioteca Centro Social Libertatia	
	
Plantas de la memoria	
Nombre común:	Nombre común:
Nombre científico:	Nombre científico:
Propiedades:	Propiedades:
Usos:	Usos:
Contraindicaciones:	Contraindicaciones:
Observaciones:	Observaciones:

Figura 1. *Ficha técnica para la identificación de plantas. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia*

En este taller práctico se realizó junto a las y los asistentes la preparación de las plantas para el secado. Así mismo, se inició la creación de las fichas de referencia de cada planta.

En estas fichas, se registró el nombre científico de cada planta seleccionada, el nombre común o el nombre por el cual la comunidad reconoce a la planta, sus propiedades

medicinales, los usos o remedios mencionados por las y los participantes durante los talleres y observaciones o contraindicaciones.

Las plantas se seleccionaron de acuerdo al reconocimiento de las mimas por parte de la comunidad y la facilidad para secarlas y disponerlas en láminas. De esta manera, se obtuvo un total de 18 plantas secadas, dispuestas en láminas y con su respectiva ficha técnica.

Los remedios de plantas que fueran difíciles de conseguir o que por su condición física no fuera posible enviar a la plancha de secado, se anotó su información en la cartilla que acompaña el herbario. Esta cartilla se propuso como un recurso adicional por parte de la biblioteca comunitaria y que funcionara como una herramienta pedagógica útil para presentar el herbario en diferentes espacios del Centro social y de socialización de la comunidad. ([Ver Anexo K](#))

Se pensó entonces, que el herbario se presentara de manera itinerante en diferentes escenarios culturales y educativos del barrio y la cartilla fuera la presentación del mismo, así como la recopilación de lo trabajado con las y los asistentes.



Figura 2. Alistamiento de plantas para el herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia



Figura 3. Disposición de las plantas en las láminas del herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia.



Figura 4. Identificación de plantas para el herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia



Figura 5. Planta expuesta en el herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia



Figura 6. *Planta expuesta en el herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia*



Figura 8. Exposición del herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia



Figura 7. Exposición del herbario. Fuente Biblioteca Centro social Libertatia

f) Taller N.º 5 Taller de socialización

Este fue el último encuentro con las y los usuarios del taller *Plantas de la memoria*. Debido a la heterogeneidad del grupo y a la dispersión posterior al taller dada por sus actividades personales, se decidió realizar una entrevista grupal que recogiera la mayor cantidad de información posible sobre los sentires y pensares acerca del espacio al que asistieron.

Tallerista: (...) ¿cómo ha sido su proceso en todo este proceso de los talleres, en este proceso que estábamos haciendo, en el conocimiento del lanzamiento los talleres? ¿cómo ha sido su experiencia? ¿cómo se ha sentido? ¿cómo se ha visto? ¿cómo ha sido su experiencia?

Participante 3: Bueno, mi experiencia ha sido muy bonita porque son cosas que uno con el tiempo ha ido olvidando y, al volver uno a encauzar el tema, vuelve a refrescar la memoria de la época de nuestros abuelos, la época de nuestros padres. Ellos en esos tiempos qué medicina ni nada, sino era solamente con plantas medicinales. Entonces es algo muy bonito. Tener una oportunidad de volver a retomar esos temas en la época de ellos, para mí, ha sido muy especial.

(...)

Participante 7: (...) Me sentía feliz porque [es la] primera vez que yo participo en un taller de plantas. Uno va a talleres de muñecos, de música, de pronto, de cualquier otra clase de taller. Esta vez es primera vez de mi vida. Queda una gran expectativa, como, de pronto, organizarse y aportar lo que haya uno ha aprendido con la gente que convive con uno.

(...)

Participante 1: Y sí, es una experiencia muy bonita porque aprendimos con las que estuvimos, con mis compañeras, aprendimos muchas cosas bonitas de todas las plantas que vimos; porque son todas plantas medicinales, que son útiles para la vida de uno. Y me trajo mucho recuerdo cuando mi juventud porque en los tiempos de mi abuela y de mi mamá, siempre era todo medicinal, no había tanta pasta, que hay ahora; entonces, fue una experiencia muy bonita. ([Anexo J](#))

En ese sentido, la entrevista tuvo preguntas abiertas que indagaban sobre cómo se sintieron principalmente y se optó por dejarlas abiertas para ser resueltas entre todas y todos; esto debido a la dinámicas y ritmos de conversación que ya habían mostrado en los otros encuentros.

TALLERISTA: Muchas gracias. Bueno, en ese sentido, voy a hacer una pregunta. Esta sí la voy a lanzar aquí, al círculo; entonces, ya sea uno o, entre todos, la resolvemos. Como ustedes saben, nosotros hemos estado organizando todos los saberes sobre plantas y quiero saber. Yo les hice esta pregunta el primer día en los talleres que hicimos, y ahora, ya cerrando este proceso, quiero hacerles esta pregunta a ver si han aprendido un poquito más; y es: ¿Lograron identificar, es decir, para ustedes, ¿qué es un saber popular? Esa pregunta yo se la hice en el

primer taller, y ustedes, algunos, me respondieron; pero quisiera saber si, tras todo este proceso, identifican mejor qué es un saber popular. El que quiera responder. ([Anexo J](#))

Durante la entrevista, las personas narraron desde su perspectiva como se sintieron en los talleres. De las intervenciones se rescata, principalmente, elementos como: La caracterización que hicieron sobre los saberes populares, es decir, ellas y ellos dan un significado propio a las palabras.

Participante 7: Yo, desde mi punto de vista. Un saber popular es un conocimiento que uno va adquiriendo por experiencia propia; por ejemplo, como en el caso de (...) que ella, de pronto, hoy en día, analizando todas las experiencias que tiene, es una Biblia. Pienso yo que es un conocimiento que se adquiere desde la experiencia propia
(...)

Participante 3: Entonces es bonito volver, uno, a retomar nuevamente esos saberes que uno tuvo en un tiempo y que, de pronto, también nuestros padres nos enseñaron y también saberlo que otras personas saben, porque uno, en el transcurso de los talleres, también ha oído a las compañeras y los compañeros, que saben cosas que, de pronto, uno ni sabía, de plantas que uno no conocía. ([Anexo J](#))

Recalaron en la importancia y utilidad de recuperar y compartir los saberes de plantas para la comunidad y para sí mismos.

Participante 1: Pues, para mí, yo veo que son útiles para la comunidad estos talleres, pero yo veo una de las cosas: Ya la gente mayor no quiere asistir a un taller de estos, porque ya no es de agrado de ellos, y la juventud, ahorita no cree absolutamente nada de esto. La juventud, ni para qué nombrarla en esto, porque ellos dicen que eso es la medicina y que ya las hierbas no, ya casi ni se ven en las plazas; entonces, en cuanto a la juventud, para que vuelva a retomar esto, es como difícil. Y ya adulto mayor, hay muchísimos, pero ya se siente con pereza para retomar estos talleres.
(...)

Participante 3: Pues, para mí, sí es bonito volver a recuperar esos saberes porque, uno se lo puede volver a explicar a otras personas y compartir con otras, y vuelve uno como a enseñarles también esos saberes a personas que nunca en su vida han oído hablar de la utilidad de las plantas medicinales. ([Anexo J](#))

En su mayoría, las y los participantes no se encontraban familiarizados con la biblioteca comunitaria, pero valoraron que los talleres se hicieran en este espacio y no en el comedor comunitario del barrio, lo que les permitió reconocerla y considerarla como parte de los lugares importantes del sector. Así mismo, valoraron que los saberes aportados por ellas y ellos reposen en la biblioteca.

Tallerista: Y, entonces ahora, yo les quiero preguntar, en realidad solo me quedan dos preguntitas por hacerles. ¿Cómo ven ustedes ahora que, digamos ustedes antes venían a la casa del centro social, participaban de las actividades del centro social, pero, los talleres de las plantas medicinales se hicieron desde la biblioteca comunitaria del centro social, ustedes antes sabían que existía esa biblioteca? ¿Dentro de aquí de este espacio? ¿Cómo la veían la biblioteca? ¿Cómo veían ese espacio de la biblioteca comunitaria?

Participante 1: Nosotros cómo, yo por ejemplo no sabía que existía esta biblioteca; hasta que, por medio de (...) que me comentó de los talleres, entonces empezamos a conocer que existía este centro para el adulto mayor, y para los niños.

(...)

Participante 8: No, yo hasta hace poquito que supe (...), hasta que ya vi la llegada, pero, me gustó; sí, es muy bueno aprender varias cosas.

(...)

Participante 7: La verdad no, no tenía conocimiento porque yo antes me acercaba hasta la biblioteca o la Parroquia, nunca había escuchado sobre este Centro Social Libertaria y que realizara actividades que tuvieran esta labor, lo vine a conocer ya después cuando me hablaron de estos cursos.

(...)

Participante 3: Pues para mí, va a ser muy novedoso, porque va a hacer algo nuevo que uno va a tener acá, que uno de pronto en ninguna biblioteca haya visto; porque hay muchos libros de consultas y todo pero no un libro así tan especial como el que se va hacer acá, entonces, si va a ser especial, que no sólo va a ser para nosotros, sino para nuestras amistades, nuestra familia, que uno les va a comentar y ellos van como a llamarles la atención, de pronto el tiempo y venir a ver esa novedad que hicimos acá.. ([Anexo J](#))

También se valoraron a sí mismos como personas importantes dentro de la comunidad por lo saberes que poseen

Tallerista (...) ¿Cómo se sienten ustedes? ¿Cómo se reconocen ahora, que se reconocen como personas que portan saberes, y que esos saberes son útiles para la comunidad, cómo los hace sentir a ustedes?

Participante 1: Pues nos vamos a sentir muy importantes, porque la juventud y toda la comunidad del Centro social Libertatia, acogen ese programa, Como es muy orgullosas; porque son cosas que mejor dicho esto ya estaba muerto, pero, con esta incentivación qué nos da de parte de aquí de la profesora, entonces eso sería muy bonito.

(...)

Participante 3: Pues yo me siento muy bien, porque nunca uno se imaginó que de pronto uno iba a tener un taller así tan especial, y que llegar uno volver a recordar esos saberes, esas creencias de la época de nuestros abuelos, y llegar de un momento a otro a plasmarlas en algo; pues, yo me siento muy feliz con eso.

(...)

PARTICIPANTE 8: Se siente uno como útil a una persona que está enferma uno le dice: Mire, esta hierba sirve para esto, eso es muy bueno, es muy importante. ([Anexo J](#))

Como parte final de la entrevista, propusieron otros saberes populares que poseen como partería, masajes, conocimiento sobre alimentos campesinos, historia del barrio, entre otros y que creen deben también ser sistematizados en un futuro.

Participante 3: Entre esos saberes están también los productos del campo qué que eran la guatila, la calabaza; ya hoy en día casi la gente no, como que no utilizan eso, como que ya lo han dejado, ya no usan eso, ninguno le llama la atención, porque de pronto o no fueron acostumbrados, a esos productos del campo, entonces, por ejemplo, por mi parte, yo sí sé hacer qué tortas, qué buñuelos, entonces, sería como muy bonito. ([Anexo J](#))

4.3.2. Análisis de la experiencia

Como parte final del ejercicio de sistematización se realiza el análisis de la experiencia. Para este análisis se tuvo en cuenta los objetivos y estrategias señalados en el esquema general de sistematización. Estos elementos se organizaron en dos parámetros macro de análisis, que a su vez contienen los indicadores definidos para la experiencia particular. ([Anexo D](#))

Los talleres *Plantas de la memoria* fue un ejercicio positivo que desarrolló la Biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia*, con el objetivo de recuperar saberes de la comunidad, visibilizarlos y socializarlos en el marco de acciones que fomenten el fortalecimiento de identidades sociopolíticas en las/los sujetos de la comunidad.

Para cumplir con estos objetivos, se plantearon 4 estrategias de trabajo para aplicar en el desarrollo de los talleres y tras la lectura de la experiencia vivida, permiten evaluar los aspectos presentados.

Memorias personales

El uso de las memorias personales como herramienta para la búsqueda de saberes populares, permitió dar el salto entre la experiencia de vida individual a una construcción colectiva del saber; es decir, ya el conocimiento no radicaba exclusivamente en la memoria del individuo, sino que a través de los encuentros fue tejiéndose con otros. De esta manera, fue posible construir y gestionar un conocimiento emergente producto de las prácticas de vida comunes entre las/los personas, prácticas campesinas y ancestrales que han sido compartidas a través de las generaciones.

A lo largo de los círculos de palabra, las y los usuarios fueron compartiendo sus historias, en muchos casos íntimas, de manera abierta y con confianza del espacio brindado por la biblioteca. Allí no se juzgaba lo que se contaba, no se contradecía, pues no es posible corregir la experiencia de vida del individuo, se escuchaba y a través de la escucha se motivaba al otro a recordar momentos parecidos o eventos que pudieran entrar en sintonía con lo dicho por el/la otro.

Si bien las/los asistentes ya se conocían por espacios de encuentro que tenían en común anteriormente; en el marco de los talleres *Plantas de la memoria* fue posible ahondar en la

construcción de lazos de confianza y afecto entre ellas y ellos, las historias compartidas los conectaban con el sentir del otro/a, con sus dificultades cotidianas, con sus preocupaciones, pero también con sus alegrías y victorias, con los recuerdos de momentos alegres e importantes que los enorgullecían. Esta confianza y afecto logró que los talleres se salieran de la formalidad de un encuentro institución-comunidad, para convertirse en encuentros de la risa y del compartir, mediados por las expresiones y ritmos de cada quien.

Las memorias personales resultaron fundamentales para conocer al grupo de usuarios, sus necesidades y principalmente, sus expectativas frente a la biblioteca. Así fue posible conocer que además de saberes sobre plantas y sus usos medicinales, en el grupo se encontraban personas con experiencia en masajes terapéuticos, partería, agricultura, cocina, historia del barrio, entre otros; y estas particularidades también enmarcan sus intereses de conocimiento.

Diálogo de saberes entre la biblioteca y la comunidad

Para la biblioteca comunitaria, el diálogo de saberes se toma en cuenta como principio de acción y como método. Como principio, se recrea en la importancia de escuchar lo que las personas del barrio tienen para decir de la biblioteca, es una noción de un Nosotros que construye y transforma con respeto de las diferencias. Como método pedagógico se aplicó durante los talleres, siendo evidente que el diálogo de saberes se constituyó en un elemento positivo para su buen término.

Las y los personas complementaban, corregían, interpelaban la información que se compartía por parte de la biblioteca frente al uso medicinal de las plantas; pues ellos tenían un conocimiento práctico sobre el tema y la valoración que hacían del conocimiento aportado por la biblioteca, lo enriquecía y mejoraba. En muchas otras ocasiones, entre las/los

participantes hacían preguntas que se respondían de manera abierta por los demás, incluso la tallerista.

El diálogo de saberes entonces funcionó como un dispositivo para situar el conocimiento científico o popular en el mismo lugar y desde allí elaborar construcciones más complejas e integrales frente a los usos de plantas, las lecturas del territorio y los aspectos personales de la vida de cada persona.

Así mismo, también funcionó para el intercambio de conocimientos; es decir, a cambio del saber aportado por las personas, ellos recibían el aprendizaje sobre los herbarios, sus usos, aplicaciones, objetivos e importancia. Este trueque de conocimientos funcionó en los dos sentidos, la biblioteca enriqueciéndose de lo aportado por la comunidad y la comunidad adquiriendo saberes desconocidos hasta el momento, aplicándolos inmediatamente gracias al ejercicio colectivo práctico.

Socialización de los saberes de plantas y sus usos medicinales

La herramienta de socialización se construyó gracias al aporte de ideas que hizo uno de los asistentes, quien contó su experiencia en otra una unidad de información donde conoció de un herbario. Esta manera de presentar la investigación de plantas que se estaba construyendo fue la más efectiva, teniendo en cuenta los escasos recursos con que cuentan las personas y la biblioteca. De esta manera, el herbario fue una idea de las personas y además de su construcción; el diálogo de saberes que conlleva al consenso de las ideas, la puesta en práctica de lo aprendido enmarcó la etapa de difusión.

Adicional a esto, la biblioteca proporcionó la elaboración de una cartilla con la información del herbario, esta cartilla se pensó como una manera de presentar en diferentes espacios lo construido y de hacer el ejercicio de divulgación más práctico. Si bien, se realizó un ejercicio

de presentación final con miembros y visitantes del *Centro social Libertatia*, es necesario resaltar que la ausencia de relaciones con otras bibliotecas del sector o instituciones limita su uso a las actividades exclusivas del *Centro*.

Resulta fundamental construir lazos de trabajo y encuentro con diferentes espacios del barrio y la localidad para compartir este material y de esta manera seguir encontrando nuevas dimensiones y sentidos de uso o ampliaciones del acervo de plantas con aportes de saberes de otros sectores de la población. La socialización del taller se sostiene en el uso constante que se dé al material creado, sin esta aplicabilidad en el territorio el encuentro de saberes se invisibiliza y se pierde en el tiempo.

Fortalecimiento de las identidades sociopolíticas de las/los asistentes.

Este proceso es necesario valorarlo también en su dimensión humana, pues quienes participaron de él y lo hicieron posible con sus voluntades y aportes fue el grupo de usuarios/as que decidió apostarle no solo a compartir saberes, sino a entregar a través de ellos una parte de su vida, de su sentir, pensar. De los encuentros quedaron anécdotas, vínculos y afectos que traspasan la relación biblioteca – comunidad, dándole otro sentido al Nosotros. Un Nosotros que se encuentra y se divierte en el deseo de aprender y de hacer juntos.

En el encuentro final, las personas comentaron que su percepción sobre ellas y ellos mismos había cambiado. Se sentían importantes porque se reconocieron por primera vez en mucho tiempo como personas con saberes, que tenían algo que aportar a la comunidad; los círculos de palabra y la construcción de la herramienta de socialización llevó a la realidad otras formas de sentir y estar en el territorio. Formas que latían silenciosas en ellos mismos, pero que, a la luz del encuentro con la biblioteca bajo esta experiencia, les imprimió la chispa para encontrarlas y expresarlas con orgullo.

Las participantes a lo largo de los talleres compartieron sus historias al contarles a sus familias lo que estaban haciendo en la biblioteca y los aprendizajes que estaban adquiriendo en conjunto. De esta manera, narraban los remedios que daban a sus hijos y cómo sus seres cercanos agradecían el saber o apreciaban su sabiduría; a través de estos comentarios interpretaban para ellas la utilidad de encontrarse a aprender, ya no era un asunto para su exclusivo beneficio personal, sino que se convertía en otras maneras de ayudar a los suyos.

Relación entre los saberes y la realidad del territorio

Los círculos de palabras también fueron escenarios para hablar del territorio, darse cuenta de la falta de garantías del derecho a la salud que tiene la comunidad de Arborizadora Alta, las enfermedades que los aquejan por los trabajos y ocupaciones que tienen mayoritariamente como mano de obra en otros lugares de la ciudad, afectaciones respiratorias por las canteras que se posan en las montañas. En los círculos de palabras, la memoria fue la puerta al saber de plantas y las plantas fueron el camino para hablar de las problemáticas del territorio, la desigualdad social y las posibilidades de encontrar alternativas a un insuficiente sistema de salud en ellos/ellas mismas, como comunidad, como personas que saben sanarse y cuidarse.

Sin embargo, este espacio no alcanza para reflexionar como comunidad frente a lo que sucede en el contexto, es necesario continuar construyendo servicios diferenciales con sentido incluyente que motive el encuentro comunitario para hablar de lo que les sucede como mujeres, como hombres, personas con identidades de género diversas, como niñas, niños y jóvenes, adulto mayor, entre otros, ya que cada población y sector específico vive, resignifica y recontextualiza el territorio de acuerdo a sus experiencias y memorias propias.

Resignificación de la biblioteca comunitaria

Los participantes coincidieron en valorar la biblioteca como un escenario necesario dentro de la comunidad, un lugar donde reposan sus saberes. Esto los vincula con el espacio, no solo para acceder a él a encontrarse con el conocimiento, sino para reconocerlo como un lugar que ellos han ayudado a construir y fortalecer y en el cual reposan sus aportes que pueden ser aprovechados por la comunidad. La biblioteca se revela ante ellos/ellas como un lugar especial que les ha brindado un espacio para depositar sus memorias y saberes y así la nombran en su círculo cercano, la presentan y la ayudan a difundir.

Es importante recalcar en la necesidad de darle continuidad al vínculo establecido con este grupo de usuarios por parte de la biblioteca. Aprovechar esta conexión y pensarse estrategias que los perfilen como representantes de la biblioteca en otros escenarios locales, siendo la comunidad misma difusora del proceso cultural.

Relación entre la biblioteca y la comunidad

Finalmente se puede analizar tras la sistematización que la relación entre la biblioteca y la comunidad asistente a los talleres *Plantas de la memoria* se fortaleció a través de la construcción de lazos afectivos y de confianza, en primer lugar. La biblioteca no era un lugar estático, sino que en cada encuentro adquiría personalidad y se distinguía como un sitio que los hacía sentir en casa; en la biblioteca se encontraban con amigos y amigas para compartir una infusión de plantas y soltar las angustias semanales, era un momento de risas, de alegría, de cuidado mutuo, de acompañamiento.

Las jerarquías no hacían parte de los encuentros en la biblioteca, no era un lugar donde ellas/ellos fueran a recibir conocimiento de manera pasiva y ordenada, sino que natural y honestamente ocupaban el lugar para apropiarlo y darle sentidos que habitan en la felicidad colectiva. Así mismo, las relaciones horizontales con el conocimiento también se replicaron

en la biblioteca como escenario de interacción social, allí se integraron, no solo los conocimientos, sino sus experiencias de vida, su legado para la comunidad.

5. CONCLUSIONES

El ejercicio de sistematización de la experiencia *Plantas de la memoria* fue un proceso que permitió dar cuenta de lo sucedido, visibilizar las voces colectivas e individuales que confluyeron en la práctica bibliotecaria e identificar las relaciones inmersas en ella, brindando elementos de análisis para la construcción de nuevas metodologías con perspectiva transformadora. La sistematización de experiencias es una metodología de investigación cualitativa, que le permite a la biblioteca comunitaria *Centro social* auto-observarse y desde la práctica construir aprendizajes. Ordenar, reconstruir e interpretar críticamente la experiencia ha permitido que su análisis, no solamente se centre en los aspectos técnicos del servicio, sino, además, en la realidad social, en el sentipensar de los usuarios; pues, en esta mirada que aporta la sistematización, lo subjetivo de la experiencia también se tiene en cuenta y aporta al aprendizaje.

Este ejercicio de sistematización le permite a la biblioteca actualizar las lecturas de contexto que tenga hasta el momento sobre el territorio y los usuarios, lecturas que pueden profundizar y mejorar sus acciones, extendiendo su funcionamiento en el tiempo y en otras áreas, fomentando valores positivos dentro de la comunidad desde la cultura y la educación. Los elementos identificados tras la sistematización de la experiencia son un insumo para la construcción de estrategias metodológicas futuras que atiendan las causas del débil vínculo entre la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* y la comunidad del barrio.

Se pudo observar que el taller *Plantas de la memoria* impactó positivamente en la relación de la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* y la comunidad del barrio Arborizadora Alta. En primer lugar, porque permitió ahondar y conocer a los usuarios más asiduos de la biblioteca, sus expectativas e intereses de información, valorándolos como sujetos con

saberes para compartir con la comunidad. Igualmente, se pudo analizar que los talleres *Plantas de la memoria* fueron una experiencia autónoma creada desde la biblioteca, diferente a los talleres de alfabetización y promoción de lectura, y que, si bien se desarrolla teniendo en cuenta elementos de educación popular como en estos últimos, se centra en la construcción colectiva y gestión del conocimiento, asuntos también de interés para la biblioteca comunitaria. Como resultado de los talleres *Plantas de la memoria* se integraron dentro del escenario de la biblioteca y para aprovechamiento de la comunidad, el sentipensar de los asistentes a los encuentros, para la memoria quedan los saberes de plantas medicinales, pero además los lazos de confianza y afecto que se construyeron entre la biblioteca y las personas.

Además, la reconstrucción ordenada del proceso mostró la importancia de los círculos de palabra en los encuentros con los adultos mayores, el respeto a su experiencia resultó fundamental en la recuperación de saberes. Los círculos de palabra se transformaron en espacios para el aprendizaje y enseñanza libres donde el conocimiento científico y popular dialogaban en una relación horizontal sin antagonismos. Esta metodología posibilitó sobre todo el ejercicio de escuchar al otra/o, conocerlo y familiarizarse alrededor del deseo colectivo de construir conocimiento; la biblioteca no era exclusivamente una unidad a la que se asistía para recibir información, sino era el lugar de encuentro comunitario para actualizarse, saludarse, contarse anécdotas, ponerse en el lugar del otra/o a través de sus palabras.

La construcción de una herramienta para la socialización del taller con la comunidad entusiasmó a los asistentes; fueron receptores de un conocimiento nuevo y lo llevaron a la práctica entorno a un objetivo concreto. Esta acción de devolver conocimiento a cambio de otro y llevarlo a la práctica de manera colectiva, logró que los usuarios se sintieran comprometidos con el proyecto hasta su finalización y que los resultados fueran producto de

los esfuerzos de todas y todos, generando sentimientos de orgullo en sí mismos, además de sentirse parte de la biblioteca, pues ella contenía sus saberes.

Durante los encuentros, las conversaciones se hilaron sobre varios temas, varios de ellos referentes a las condiciones económicas y sociales del territorio y como la vida de los participantes se veía afectada por estas situaciones; es decir, los saberes compartidos se contextualizaron en la realidad de la comunidad, esto permitió que se aterrizaran y se les diera uso en la vida cotidiana. Lo anterior, se relaciona con el objetivo principal del *Centro social Libertatia*, de fortalecer las identidades sociopolíticas de los individuos; en el taller los asistentes lograron dar cuenta de las desigualdades e injusticias en su vida y encontraron en las plantas otras herramientas para la transformación de esas condiciones sociales.

La sistematización de la experiencia también permitió identificar la necesidad de crear redes con otras bibliotecas comunitarias del sector y con instituciones públicas, con las cuales construir ambientes para el trabajo y difusión; pues el taller es exitoso en la medida que más personas conozcan y aprovechen los productos como el herbario y la cartilla.

Finalmente, es importante mencionar que este ejercicio de sistematización no es un proceso finalizado; es tan solo el punto de partida para seguir desarrollando procesos rigurosos de memoria y análisis en la biblioteca comunitaria *Centro social Libertatia* con el fin de seguir fortaleciendo la biblioteca y continuar aportando al crecimiento y mejoramiento de la comunidad del barrio Arborizadora Alta.

BIBLIOGRAFÍA

- Congreso de la República de Colombia. (1991). *Constitución Política de Colombia*
- Congreso de la República de Colombia. (2010). *Ley 1379 de 2010*
- Congreso de la República de Colombia. (1997). *Ley 397 de 1997*
- Alcaldía Mayor de Bogotá . (2007). *Proyecto de Acuerdo N° 472*. Bogotá D.C.
- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2006). *Decreto Distrital 133*. Bogotá D.C.
- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2009). *Decreto Distrital 2941*. Bogotá D.C.
- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2012). *Plan de Desarrollo 2012 - 2016 "Bogotá Humana"*. Bogotá D.C.
- Álvarez, M. (4 de Junio de 2015). *Centro de Memoria Paz y Reconciliación*. Recuperado el 7 de Diciembre de 2015, de <http://centromemoria.gov.co/ciudad-bolivar-la-historia-de-una-lucha-colectiva/>
- Araos, A. M. (2004). *Fundación Bella Flor*. Obtenido de <https://bit.ly/2HPmPW6>
- Campbell Jerez, J. (2007). El rol de las bibliotecas públicas comunitarias en el desarrollo socio-económico de Nicaragua . *Biblios* , núm. 28, abril-junio, 2007, pp. 1-23.
- Campos Machado, E., Morerira Prado, G., da Silva, A., Lira, J., & Tadashi, K. (2011). The "Rede Brasil de Bibliotecas Comunitárias": a space for sharing information and building new knowledge. *The Journal of Community Informatics* , Vol 7 N° 1-2.
- Cárdenas Puyo, N., & Suarique Gutiérrez, E. (2010). *La Biblioteca Comunitaria gestora de red social*. Bogotá : Fundación Gilberto Alzate.
- Chavez-Tafur, J. (2006). *Aprender de la experiencia. Una metodología para la sistematización*. Lima: Asociación etc Andes / Fundación ileia.
- Colectivo Ioé. (2003). *Investigación Acción Participativa: Propuesta para un ejercicio activo de la ciudadanía*. Recuperado el 25 de Marzo de 2016, de <http://www.colectivoioe.org>:

<http://www.colectivoioe.org/uploads/89050a31b85b9e19068a9beb6db3dec136885013.pdf>

Colombia Informa. (8 de Mayo de 2015). Comunidad de Ciudad Bolívar logra sellar cantera de explotación minera. Bogotá D.C.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura – UNESCO -, Centro Regional para el Fomento del Libro en América Latina y el Caribe - CERLALC -, Federación Internacional de Asociaciones de Bibliotecarios y Bibliotecas - IFLA - & Instituto Autónomo Biblioteca Nacional y Servicios de Bibliotecas de Venezuela - IABN -. (1982). *Declaración de Caracas para la Biblioteca Pública como factor de desarrollo e instrumento de cambio social en América Latina y el Caribe*. Reunión Regional sobre el Estado Actual y las Estrategias para el Desarrollo de los Servicios de Bibliotecas Públicas en América Latina y el Caribe. 25 al 29 de Octubre. Caracas, Venezuela.

Fals Borda, O. (1988). *El problema de como investigar la realidad para trasformarla por la praxis*. Bogotá: Tercer mundo.

Gómez Pérez, N. (2014). *Partir de lo que somos. Ciudad Bolívar, Tierra, Agua y Luchas*. Bogotá.

Gorosito, A. (2003). La biblioteca comunitaria: una experiencia de organización social, educativa y cultural. *Biblios* , vol. 4, núm. 15, abril-junio, 2003, pp. 35-40.

Gorosito, A. (2009). La biblioteca centro del que–hacer comunitario . *Serie Bibliotecología y Gestión de Información* N° 49, 4-33.

Hernández Samipieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México D.F: Mc Graw Hill.

Hospital Vista Hermosa I Nivel Empresa Social del Estado. (2010). *Análisis de la situación en salud. Localidad Ciudad Bolívar*. Bogotá D.C.

IFLA. (1994). *Manifiesto de la IFLA/UNESCO Sobre la Biblioteca Pública 1994*. Obtenido de <https://www.ifla.org/node/7271>

- IFLA. (Abril de 2001). *Directrices IFLA/UNESCO para el desarrollo*. Obtenido de <https://www.ifla.org/files/assets/hq/publications/archive/the-public-library-service/pg01-s.pdf>
- Jácome Archila, C. A. (1993). Miradas sobre Ciudad Bolívar. Análisis cualitativo de su representación social. *Revista Colombiana de Psicología*, 143-146.
- Jara Holliday, O. (2011). *Orientaciones Teórico-Prácticas para la Sistematización de Experiencias*. Costa Rica: Centro de Estudios y Publicaciones Alforja.
- Lopes da Silva, E. J. (2011). Una reflexión sobre el saber popular y su legitimación. *Decisio*, 73-77.
- Ministerio de Cultura. (2003). Leer Libera. Plan Nacional de Lectura y Bibliotecas - PNLB -. Colombia.
- Muela Meza, Z. M. (10 de Mayo de 2004). *Core*. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/11878436.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura – UNESCO -, (2003). *Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*
- Parada, A. E. (1999). Bibliotecología y responsabilidad social. *Información, cultura y sociedad*, 65-75.
- Red Capital de Bibliotecas Públicas. (2014). *Proyecto de articulación e inclusión de las bibliotecas comunitarias* . Bogotá.
- Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte. (s.f.). *Red Distrital de Bibliotecas Públicas de Bogotá*. Obtenido de <https://www.biblored.gov.co/index.php/nosotros>
- Secretaría de Hacienda. (2004). *Recorriendo Ciudad Bolívar: Diagnóstico físico y socioeconómico de las localidades de Bogotá, D.C.*
- Secretaría Distrital de Planeación Distrital. (2011). *21 Monografías de las localidades. #19 Ciudad Bolívar*. Bogotá D.C.

Suarique Gutierrez, E. (2011). La biblioteca comunitaria: gestora de red social. *1 er Coloquio Distrital Gestión de bibliotecas comunitarias. Tendencias y Desafíos* (págs. 89-95). Bogotá : Bibliored.

Unidad Administrativa Especial de Catastro Distrital. (2013). *Dinámica de la construcción por usos. Localidad Ciudad Bolívar*. Bogotá D.C.

Universidad del Quindío. (s.f.). www.uniquindio.edu.co. Obtenido de file:///C:/Users/Maria%20Rodriguez/Downloads/LineaDeInvestigacionGestionDeLaInformacion..pdf

ANEXOS

Anexo A. Esquema de delimitación de la experiencia a sistematizar

Anexo B. Contexto de la experiencia

Anexo C. Descripción de la experiencia

Anexo D. Análisis de la experiencia

Anexo E. Entrevista Iver Cruz

Anexo F. Transcripción Taller No. 1

Anexo G. Transcripción Taller No. 2

Anexo H. Transcripción Taller No. 3

Anexo I. Transcripción Taller No. 4

Anexo J. Transcripción Taller No. 5

Anexo K. Cartilla Plantas de la memoria

Anexo L. Árbol de problemas

Anexo M. Carta de consentimiento informado

Anexo A

Tabla 2

Esquema general de la sistematización

Título	Ámbito de Intervención (Localización)	Grupo meta (Participantes)	Duración de la experiencia	Objetivos	Estrategia /Enfoque	Componentes
Taller <i>Plantas de la Memoria</i>	Ciudad Bogotá D.C. Localidad Ciudad Bolívar Barrio Arborizadora Alta Centro social Libertatia Biblioteca comunitaria	Tallerista Biblioteca Comunitaria Grupo de usuarios de la comunidad	5 talleres	1.Recuperar y sistematizar los saberes populares sobre plantas medicinales que tengan las/los usuarios adultos mayores de la biblioteca comunitaria. 2. Elaborar un material pedagógico que contenga los saberes de las y los asistentes para ser integrado a las colecciones de la biblioteca comunitaria y facilite el proceso de socialización con otros miembros de la comunidad Estos objetivos se encuentran en relación con el objetivo mayor	Los talleres de <i>Plantas de la memoria</i> se plantearon a partir de dos elementos transversales: 1. La memoria personal: Se partió de reconocer que en la memoria de las y los/as asistentes existen elementos a recuperar y conservar; en este caso el saber sobre las plantas. Teniendo en cuenta este postulado, se optó por desarrollar círculos de palabra con los asistentes, donde pudieran contar sus historias de vida y en ellas su relación con las plantas. 2. Diálogo de saberes: Para la realización del producto pedagógico, la biblioteca aportaba a las/los participantes un aprendizaje nuevo, la elaboración de un herbario con las plantas identificadas en los talleres por parte de las y los asistentes. Se estableció el compartir de saberes	1. Encuentro de presentación del Taller de Plantas 2. Taller de enfermedades respiratorias 3. Remedios para aliviar dolores 4. Taller de salud femenina 5. Taller de socialización

-
- | | |
|---|---|
| <p>de la biblioteca comunitaria de posibilitar el acceso al conocimiento sea este universal y científico o popular.</p> <p>3. Aportar al fortalecimiento de las identidades sociopolíticas de los asistentes, indagando sobre el estado de la salud en el territorio.</p> | <p>entre la biblioteca y la comunidad como un método de trabajo para los encuentros.</p> <p>3. Resignificación el espacio de la biblioteca: Se decidió desarrollar los encuentros en el espacio físico de la misma y no en el comedor comunitario, lugar común para los encuentros.</p> <p>4. Relación entre los contenidos del taller y la realidad del territorio: Lo visto y realizado en los encuentros debía tener una relación clara con las vivencias diarias en el barrio Arborizadora Alta</p> |
|---|---|
-

Anexo B.

Tabla 3

Contexto de la experiencia

Contexto	Problemática	Antecedentes
1. La Biblioteca comunitaria desde su creación ha ofrecido espacios para el aprendizaje del adulto mayor. El taller <i>Plantas de la memoria</i> se enlazó a esta propuesta de talleres ofrecidos. 2. Las personas que asistían regularmente a la biblioteca y sus talleres, conocen de plantas y sus usos medicinales, ya que en su gran mayoría provienen de diferentes zonas rurales del país.	1. Los talleres <i>Plantas de la memoria</i> buscaban responder a las necesidades de las y los usuarios de la biblioteca de desarrollar espacios de aprendizaje con temas de su interés personal y de esta manera generar nuevas relaciones con la biblioteca a partir de un interés renovado por sus servicios. 2. El taller buscaba ofrecer otros conocimientos que resultaran útiles en la vida diaria de los usuarios, tal es el caso de los usos medicinales de las plantas. 3. Recuperar los saberes populares alojados en la memoria de sus habitantes de más edad. Muchos de ellas y ellos debido a su avanzada edad están perdiendo la memoria, perdiéndose saberes ancestrales de alto valor cultural.	1. Si bien la biblioteca comunitaria ha estado ofreciendo los espacios de círculo de lectura y talleres de alfabetización. Hasta el momento no se había concertado un espacio donde los habitantes compartieran sus saberes y estos fueran sistematizados para posteriormente ser socializados.

Fuente: Diseño propio

Anexo C.

Tabla 4

Esquema de sistematización Encuentro de presentación del taller de plantas

Componentes	Actividades	Materiales y recursos	Principales logros	Dificultades enfrentadas	Resultados no esperados
1. Encuentro de presentación del Taller de Plantas	1. Presentación del taller	Plantas frescas para la actividad sensorial como sauco, lavanda, manzanilla, ruda, caléndula	Se hizo la presentación del taller y las asistentes comprendieron la intención del espacio y la metodología propuesta.	La comunicación durante la sesión en algunos casos era dispersa; sin embargo, esto es comprensible debido a la edad de las participantes y sus ritmos propios	Se compartieron muchos remedios de manera natural, sin forzar la conversación. Una de las asistentes contó que además es partera y cómo fue su aprendizaje
	2. Plenaria sobre los saberes populares				
	3. Actividad sensorial				
	4. Plenaria sobre enfermedades del territorio		Se hilaron las primeras memorias personales entre todas las participantes Se habló de manera general de los saberes populares y de cómo han sido aprendidos por las asistentes		

Fuente: Diseño propio

Tabla 5
Esquema de sistematización Taller de enfermedades respiratorias

Componentes	Actividades	Principales logros	Dificultades enfrentadas	Resultados no esperados
2. Taller de enfermedades respiratorias	1. Presentación del taller 2. Círculo de palabra alrededor de las enfermedades respiratorias	Se identificaron varios remedios para la tos, la amigdalitis y la bronconeumonía Las y los participantes hablaron de sus experiencias personales y como atendieron sus malestares con remedios caseros.	Hubo un cambio en los asistentes entre las dos jornadas, lo cual implicó socializar el taller anterior y volver a introducir todo lo acordado.	Uno de los participantes propuso una forma de construir el herbario, basada en su experiencia. Dos de las asistentes hicieron consultas autónomamente en la red para averiguar sobre otros remedios naturales para las enfermedades respiratorias

Fuente: Diseño propio

Tabla 6
Esquema de sistematización Taller de remedios para el dolor

Componentes	Actividades	Principales logros	Dificultades enfrentadas	Resultados no esperados
3. Taller de remedios para aliviar el dolor	1. Presentación de taller 2. Círculo de palabra sobre remedios para aliviar dolores.	Se pudo constatar que las usuarias estaban más receptivas frente al uso de plantas en su cotidianidad	Solo asistieron dos de las participantes, lo que implicó desarrollar una sesión más corta y con pocas interacciones en el círculo	Aún con dos participantes, se acordó los tiempos para finalizar los talleres e iniciar la etapa práctica de creación del herbario y socialización.

Fuente: Diseño propio

Tabla 7
Esquema de sistematización Taller de salud femenina

Componentes	Actividades	Principales logros	Dificultades enfrentadas	Resultados no esperados
4. Taller de salud femenina	1. Presentación de taller 2. Círculo de palabra sobre remedios para aliviar dolores	Las y los participantes tenían disposición para hablar de su cuerpo y sus malestares. Se hizo cierre de los círculos de palabra, con las tres sesiones mencionadas.	Debido a la falta de recursos tecnológicos, no fue posible socializar un video relacionado con el tema del día.	

Fuente: Diseño propio

Tabla 8
Esquema de sistematización Taller de socialización

Componentes	Actividades	Principales logros	Dificultades enfrentadas	Resultados no esperados
5. Taller de socialización	.1. Entrevista grupal	Las y los participantes contaron desde su sentipensar como se sintieron durante el proceso de los talleres. Caracterizaron los saberes populares, de acuerdo al conocimiento propio y a la participación en el taller Las y los asistentes recalcaron en la utilidad de la recuperación de saberes locales. Reconocieron la importancia de la biblioteca comunitaria y quienes no la conocían, la identifican como un nuevo lugar a asistir en la comunidad.		Las personas aportaron propuestas para futuros talleres en clave de recuperación de saberes populares.

Las y los participantes
señalaron en sí mismos el
conocimiento que poseen
y aportan a la comunidad

Fuente: Diseño propio

Anexo D.

Tabla 9
Parámetro 1: Saberes

Indicadores	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Aspectos no contemplados
La reconstrucción de memorias personales como herramienta para la búsqueda de otros saberes	Las memorias personales son un camino para la búsqueda de saberes populares, en el recuerdo individual se encuentran elementos de saberes colectivos. Las y los participantes contaron sus experiencias de vida de manera abierta y en confianza con el espacio. Las memorias personales posibilitaron crear lazos de confianza más fuertes entre las/los asistentes. La narración de anécdotas personales facilitó que el espacio fuera tranquilo, sin formalidades que pudieran limitar las expresiones individuales. El uso de las memorias personales permitió iniciar una caracterización de las/los usuarios de la tercera edad.		De estas memorias personales se logró extraer, además de saberes de plantas, otros saberes, experiencias y prácticas aprendidas por cada una/o de los asistentes.

Diálogo de saberes entre la biblioteca y la comunidad	Se compartieron saberes en dos sentidos: Las personas entregaban sus conocimientos sobre plantas y sus usos medicinales, la biblioteca compartió su conocimiento para el secado de plantas y creación de un herbario.		En los círculos de palabra, la información presentada por la tallerista en muchas ocasiones era corregida, complementada por las personas asistentes. Elaboraban preguntas que eran respondidas por todas y todos los que participan en el espacio
Socialización de los saberes de plantas y sus usos medicinales	Se construyó un herbario como material pedagógico para la socialización de lo elaborado en los encuentros. Adicional al herbario, se construyó una cartilla para difusión del material en espacios itinerantes.	Al no tener encuentros con otras bibliotecas comunitarias del sector o instituciones oficiales. El herbario se limita al uso que se haga en los espacios del <i>Centro social</i>	La presentación final del herbario se logró gracias a los aportes de las/los participantes. Cómo presentar el herbario y en su elaboración manual

Fuente: Diseño propio

Tabla 10

Parámetro 2: Identidades y rol de la biblioteca

Indicadores	Aspectos positivos	Aspectos negativos	Aspectos desconocidos
Fortalecimiento de las identidades sociopolíticas de las/los asistentes	Las personas reconocieron al final de los encuentros, sentimientos de valoración hacia ellos mismos tras reconocerse como personas portadoras de saberes Los asistentes durante los círculos de palabra discutían sobre las condiciones del derecho a la salud que tiene la comunidad de Arborizadora Alta.		Las participantes empezaron a aplicar los conocimientos compartidos con sus familias y allegados desde un inicio del espacio.
Resignificación de la biblioteca comunitaria	Se logró posicionar la biblioteca para este grupo de usuarios, la reconocieron como parte de la comunidad y como un lugar donde se conservan sus saberes	Falta de más acciones con el grupo de usuarios, que se podrían perfilar como representantes de la biblioteca en otros escenarios y socializar lo realizado	
Relación entre los saberes y la realidad del territorio	El taller se fue construyendo gracias a los aportes de las/los usuarios, llenaron de realidad	Es necesario profundizar en otros servicios las	

	lo que se compartía en los círculos de palabra.	problemáticas del barrio
Relación entre la biblioteca y la comunidad	Las relaciones horizontales dadas en el desarrollo de los talleres, posibilitó que la comunidad se sintiera generadora de saber y no solo receptora pasiva. La biblioteca logró integrar una parte del sentipensar de la comunidad, generando acercamientos positivos con un sector de las/los habitantes del barrio.	Los vínculos entre la biblioteca y la comunidad se dieron también desde lo afectivo.

Fuente: Diseño propio

Anexo E. Entrevista Iver Cruz

PROCESO BIBLIOTECA COMUNITARIA

Bien, sobre la historia de la biblioteca, bueno la historia de la biblioteca está anclada necesariamente a la historia del Centro Social Libertatia. El Centro Social es una casa cultural que queda ubicado en el barrio Arborizadora Alta en Ciudad Bolívar. El Centro Social se creó hace más o menos 4 años y casi hace 5 años, de hecho más de 5 años, cuando se creó porque 4 compañeros y compañeras decidieron ir a un evento que era la conmemoración de la muerte de algunos jóvenes del barrio Juan José Rondón, a los cuales fueron asesinados en el marco de un proceso de limpieza social en Ciudad Bolívar, ellos van a esta conmemoración y uno de los compañeros les dice a las otras que por allí cerca hay una casa que antes era de su mamá fallecida, ellos van, la conocen y deciden qué es importante tener un proceso.

Ahí desde ese momento deciden empezar a darle forma a un proyecto social y político que trabaje en el barrio, pues también teniendo en cuenta, pues como el antecedente del fallecimiento; bueno, del asesinato de esos jóvenes, entonces ellas se encuentran y deciden emplear el proceso ahí, cabe resaltar que tenían que pagar un arriendo, que tenían que pagar los servicios, todas estas cosas y lo que empieza a dársele sobre todo es a la biblioteca.

La biblioteca se empieza a crear de una manera muy rústica y muy manual, empiezan a ser como la estantería, empiezan a conseguir los libros, muchos de los libros que empieza a tener son libros de donaciones de la misma gente del barrio, pero también de bibliotecas de otros lugares o lo que queda de biblioteca de otros lugares; como por ejemplo, la biblioteca de un profesor, biblioteca de otro donador, que nos dio también estantes, empieza como todo el tema de consiguiendo libros, pero digamos que empezamos a recibir muchos libros de colegio de diferentes tipos, empiezan a llegar muchos.

Inicialmente la biblioteca intentaba abrir unos días específicos, intenta abrir los jueves, los martes, los miércoles, dependiendo del tiempo que tuviera la persona que estuviera a cargo en esos días, pero digamos que esto a veces no empieza a funcionar porque la gente no va tanto, los muchos de los niños que iban unos días, pues ya no volvían entonces pues como no había tanta continuidad la gente que empezaba a abrir la biblioteca, esos días se aburría y dejaba de ir entonces pues como que la idea era que fuera a la biblioteca abierta al público y que la gente fuera a leer; no había mucha más perspectiva en ese momento.

Ya después con el tiempo como que empezamos a pensar que la biblioteca por sí misma de pronto no iba a llamar mucha gente y qué es importante, entonces pensar una nueva forma de llamar gente, entonces empezamos a pensar en talleres inicialmente empezamos a hacer talleres con niños y niñas de lectura, pero digamos que estos talleres también tenían como unos líos de poca continuidad, algunos niños a veces iban, otros como que ya no iban (...) como que empezamos a pensar también en posibilidades de trabajar con adultos.”

Una primera idea de trabajar alfabetización de abuelos y abuelas, eso empezamos a hacerlo como 3 o 4 compañeros y compañeras, iniciamos con creación de propuestas para después conseguir a la gente que quisiera o que tuviera la necesidad de leer y escribir; entonces inicialmente, vamos haciendo es como planear de talleres y después hacemos contacto con gente de la institucionalidad del COL como para saber si conocían de gente, pero lo que va ocurriendo ahí es que se aprovechan de que estamos buscando gente, y entonces, pues no sé, intentan llamar a un montón de gente que tenían como 50 abuelos de tal barrio y 80 abuelos de otro barrio, al final eso como que no prospera. También por esa dinámica asistencial a la que nos intentan someter de hacerle el trabajo a la institucionalidad que no podía hacer ella misma. Entonces, como que decimos cómo... no. Pero, pues de ahí quedan algunos insumos que van a ser usados después.

Digamos que mi experiencia en el tema era muy mala, o sea, no sabía mucho, llevaba asistiendo al Centro social más o menos 5 meses, 6 meses máximo y había sido parte del preuniversitario; no conocía mucho de trabajo popular, de estos temas y aparte como qué mi perspectiva, o sea, mi cantidad de libros leídos o estrategias pedagógicas o de experiencias en sí, eran muy mínimas. Entonces, empiezo yo como a verme cómo en la situación de quiero trabajar, pero no sé si la alfabetización sea una cosa que tenga que pensarse, o más bien si es una necesidad. Entonces, yo quisiera pensarme más bien una cosa más con la escritura y quisiera pensar algo más con lo editorial, como que haga si un sueño que había tenido desde hace mucho tiempo y era generar una propuesta de una editorial popular donde la gente, pudiera escribir y leer cosas de la comunidad.

Inicialmente es como un enfoque que tenía, pero para que la gente escriba primero, es importante, pues que la gente le tome gusto a las anécdotas, le tome gusto a leer, gusto a compartir con otras personas. Entonces es inicial hacer un grupo, establecer un grupo y solventar los errores antes como la continuidad (...) y también que no fuera una dinámica asistencial sino más de compartir saberes.

Entonces cómo lo que empezamos a hacer en ese momento es encontrarnos con un grupo. Inicialmente se hizo la convocatoria en el comedor para los talleres de lectura, caen como 3 o 4 señoras, dentro de ellas una señora que se llama doña Esperanza, que es una persona muy importante

como para el proceso, porque es la que empieza a llamar más gente, y conoce más gente, es la principal motivante de que las otras señoras se agreguen al grupo. (...) Digamos una cosa que ocurría mucho, era que dentro del campo intelectual cómo que siempre había existido la idea de que uno cuando quiere enseñar a leer o a escribir, cuando quiere hacer promoción de lectura tiene que iniciar por leer sobre lo que la gente le gusta ¿sí? se tiene que incentivar la lectura en cuanto a los gustos de las personas; pero digamos que lo que yo me encontraba allí, era con señoras que ni siquiera tenían gusto de leer; igual, pues digamos que esa premisa que me resulta contradictoria en el sentido en el que si a una persona le gusta el fútbol, eso no significa que le gustaría leer sobre fútbol necesariamente, puede que le guste leer muchas otras cosa, sólo que hay un problema y es que la gente no conoce sobre qué hay en el mundo, no conoce posibilidades y no sabe qué hay para leer.

Entonces como que intentó romper con esa falacia porque las señoras no sabían que decirme, cuando yo les preguntaba ¿Qué quieren leer? porque no conocían mucho y no tenían muchas experiencias de lectura y en ese sentido a lo que recurro al final es a hacer el taller de lectura, pero desde lo que a mí me gustaba. Entonces, como que la idea de ésta es que sólo puedo motivar a las personas a leer algo si a mí me apasiona también, y pues yo que no es algo que ellos vayan a terminar leyendo siempre y no creo que sea una imposición; tampoco es simplemente que siento que esa es la manera de compartir algo que me gusta. Y si a las otras personas les gusta, pues bien, si no les gusta, pues, digamos vamos a seguir trabajando; eso es justamente lo que marca que no sea una imposición, pues qué van a ver más experiencias, que no hay un horizonte asistencial y que no haya un horizonte burocrático de este es el primer taller y ya, que hay una continuidad, y pues, digamos que las experiencias que vayamos teniendo, nos van a permitir hallar nuevas experiencias; esto es un sentido que hace que la lectura, no sea carente de sentido. La gente lee posiblemente, la gente lee en Facebook, la gente lee en WhatsApp, la gente lee el periódico de vez en cuando, el problema es: ¿Qué lee la gente? si lo que le gusta, o lo que le imponen. Pero pues si la gente no lee, significa que hay que motivarle y la manera más fácil de motivarles, siendo sinceros en lo que nos gusta. Entonces, como qué la perspectiva.

Empezamos a hacer el taller de lectura, digamos que partimos también de la base de que, no necesariamente la lectura la íbamos a hacer entre todas y todos; porque posiblemente había gente que no sabía leer. Entonces, la idea era leer algo que estaba planeado, cómo, por ejemplo, el primer círculo de lectura fue Edgar Allan Poe. Entonces, leer un cuento y de allí hablar y comentar lo que nos había parecido y sobre todo llevarlo a lo más cotidiano a las experiencias de la vida normal cotidiana. Entonces, que no quedará lo abstracto, sino que realmente nos permitiera reflexionar. Digamos que yo estudio filosofía y como que, ese también ha sido uno de mis puntos no se trata de leer por leer, sino que podamos cuestionar las cosas que seguramente vayan apareciendo en el camino y también las cosas que van pasando en el contexto en el que estamos inmersos. Entonces, que no sólo leamos para

saber sobre la historia de algo, sino también, saber cómo esas cosas que leemos tienen cierta relación con las cosas que van pasando.

(..) El taller tiene mucha acogida, inicialmente, éramos unas 8 personas, pero después va agregándose mucha más gente. Y empezamos a realizar ejercicios muy interesantes, empezamos a trabajar con la gente y empezamos a que la gente imaginé cosas; la lectura, no solo tiene que ver con las palabras, sino con como imaginamos qué ocurren. Por ejemplo, en el primer círculo un cuento que se llama La máscara de la muerte roja, digamos tiene dentro del desarrollo del cuento, lo que hay es como una escenografía contada; ósea, se habla de los espacios que aparecen en el cuento, se habla de los cuartos que hay, se habla de cómo estaban vestidas las personas, que todas iban enmascaradas y esto nos permite como entrar en la historia; esto es muy significativo para las personas, porque la gente adulta no se detiene a imaginar, la gente adulta no intenta pensar cosas, la gente adulta asume que el mundo es como lo ven, o, cómo se los muestran, las noticias o cómo se los muestra, el mismo sistema y lo que va ocurriendo aquí es que empiezan a pensar cómo se pueden haber otras formas, pueden haber otras posibilidades y que podemos imaginar, que es una cosa que hacen los niños y de pronto muchas veces lo vemos como algo negativo, como algo sin relevancia, es muy valioso que estas personas que son adultas mayores, que todavía están en un grado más de terquedad (no digo que la terquedad sea mala) sino que, llevan mucho tiempo y si uno le cuestiona algo a esta persona, y puede que se moleste, cuando uno le quita el piso desde el que se mueve la persona, como que puede resultar ofendida (...) La gente podía pensar otras cosas y digamos que es muy significativo porque igual yo estaba empezando, entonces, cómo que veo qué tiene un funcionamiento y un sentido hacia lo que se hace.

Así mismo, hacemos más círculos; empezamos a hacer un círculo sobre HP LOVECRAFT, que también es un autor que me gustaba mucho; digamos que después de eso, les pregunté a los adultos y adultas ¿Qué cosas les gustaría leer? si algo de comedia... entonces, a ellos les gustaba algo que los hiciera reír. Entonces cómo que no conocía mucho de un autor; pero digamos que investigue un poco de Mark Twain, y, empezamos a hacer lecturas sobre Mark Twain. Los círculos eran muy sencillos; eran la planeación de cinco, seis sesiones y trabajar con ellos y ellas continuamente hasta que se acabará el círculo, después planear el siguiente; pero teniendo en cuenta que ya después desde que les gustará la lectura, sus intereses. Entonces, ahí sí el círculo de Mark Twain, cómo que, tiene más sentido y mucho más apoyo de ellos y ellas; y más participación, sus intereses.

Digamos que de las problemáticas y dificultades que se iban presentando, podemos encontrar la problemática de no tener el conocimiento exacto, sí, como que ir creciendo con ellas y con ellos, puede verse como una dificultad; pero, finalmente es parte de un proceso constructivo, en conjunto y

colectivo. Aspectos positivos de la biblioteca, considero que la relación que empieza a tener la gente con el espacio, no es una relación meramente de asistencia social, en el sentido que la gente no va porque les damos comida, o la gente no va porque allá dan mercados, porque simplemente están sus amigos, sino que, hay una relación y construcción de conocimiento de un nivel de conciencia de lo comunitario, no hay nivel político netamente inicialmente, pero, sí hay una relación diferente subjetiva e intersubjetiva, o sea, la gente va cambiando en sí misma. Por ejemplo, las señoras me trataban como: ¡Ay sí! Hola profesor, cómo está profesor, una relación muy cordial, pero, poniéndome sobre encima de ellas; igual que como con el tiempo; hay una relación más de camaradería, porque ya hay una relación más horizontal, qué, aunque sí es cierto que yo soy el que planeó las clases, hay un trato más, como personas; ellas empiezan a verme más, cómo una persona y a salir también cómo de los miedos a salir también; como de los miedos, empiezan a decir más lo que piensan, a sentir que lo que piensan vale mucho, y a construir redes entre ellas, que eso es lo más valioso que hay; dejo de ser indispensable para ellas y empiezan a tener una relación más de cuidado entre sí mismas; digamos que muchas de estas señoras, no se conocían antes, digamos; unas conocían a doña Esperanza, porque ella fue la que las fue integrando; pero, pues ya eso no importaba, ya todas eran amigas con todas y todas se preocupaban por todas; si alguna está enferma, todas sabían, alguna iba y averiguaba cómo estaba, le llevaban cosas.

Eso fue muy bonito, no hay solo una relación de los libros con las personas y eso creo que de lo más valioso. Los libros son muy importantes, la lectura es muy importante, pero más importante que esto, es las experiencias, qué van teniendo las personas, la mente, el poder de esas experiencias es fundamental; porque permite generar ese conocimiento de las cosas más simples de las cosas, más cotidianas, que son cosas que a veces se pierde en el olvido digamos. Qué éstas señoras, empiezan a valorar como la lectura; pero, no, la lectura como las palabras que hay dentro de los libros, sino los sentidos que se encuentran allí. Creo, que eso es, lo que más pudo aportar el proceso cómo que las señoras, entendieran qué, detrás de cada libro, había alguien que lo escribía y que siempre, había cosas que pensaba esa persona.

Otros servicios que ofrecía la biblioteca, la cual, funcionaba con el preuniversitario popular La ruptura, porque pues los pelados del preuniversitario podían ir al espacio a leer, a hacer refuerzos con niños y niñas. Inicialmente teníamos una fanzinoteca. Porque la biblioteca se construye por solidaridad, o sea, la gente va donando sus cosas; tanto cosas que no les sirven, como, por ejemplo, los vecinos nos mandaban cualquier libro, sólo porque le sobraba, como cosas muy significativas que venían de otros lugares o de otros países y otros rincones del mundo que incluso no conocíamos.

El taller de alfabetización qué va a ser una experiencia qué va a seguir a los círculos de lectura (...) Luego de que los círculos de lectura tuvieran tanta repercusión como que empezamos ya estableciendo un grupo, nos damos cuenta de que hay un buen número de señoras y señores que no saben leer y pues digamos que empezamos a ver qué es importante generar este proceso también con ellos, porque la motivación inicial es que ellos aprendan a escribir, pero no hacer letras sino a contar lo que ellos viven. La idea del taller de la alfabetización era, pues, ya hay un gusto por el sentido, hay un gusto por querer contar y ya hay una reflexión constante y dialogada ahora es importante empezar a escribir. (...) Entonces, empezamos el taller de alfabetización. cómo ya teníamos estos insumos que habíamos construido colaborativamente antes con nuestros compañeros y compañeras y me juntó con otros talleristas del Centro social Libertatia. Empezamos a hacer el taller de alfabetización, digamos que, no se realizó tanto en la biblioteca; intentamos cómo sacarlo un poco del lugar; nos fuimos más, cómo hacia el comedor comunitario de Arborizadora Alta y empezamos cómo el taller con las señoras que ya conocíamos, y con otras personas que se fueron integrando también y que querían aprender a leer y escribir. Entonces, empezamos con 4 actividades iniciales, una actividad fue (...) como especie de Stop, que es un juego que jugamos mucho en Bogotá Colombia, que consiste en escribir palabras que empiecen por A, como el nombre, el apellido, cosas, alimentos; hicimos un pequeño stop en el menor tiempo posible, entre denominadas categorías con la idea de hacer un diagnóstico de cómo venían ellos y ellas, la idea principal del stop; era qué tuviera palabras escritas, imágenes y que tuviera también espacio para escribir, si la persona no sabía escribir, pero sabía leer entonces podía pegar una de la palabra y si la persona no sabía ni leer ni escribir, podría utilizar una imagen, y si de pronto le conflictuía mucho, incluso reconocer imágenes por cuestiones de la vista, entonces, podían dibujar. Entonces como que, dependiendo de cómo lo que nos dejaran ellos, teníamos que decidir cómo, cómo empezar el proceso. Entonces el taller, cómo que se pensó mucho en ese sentido, en que todas las personas podían tener dificultades muy diferentes. Había gente que iba, sólo porque quería aprender más ortografía y una mejor redacción, como gente que no sabía sostener el lápiz. Entonces, empezamos a hacer incursión; hicimos talleres con música, talleres con cuentos, talleres con lecturas de recetas, empezamos a generar una motivación de que tenían que, saber leer. Entonces, hicimos un taller de recetas; en el cual la idea era que pudieras leer; digamos puede haber como una crítica de esto que obviamente, hay unos saberes sobre cómo cocinar. Estamos hablando de señoras que han cocinado mucho tiempo; que vienen de regiones y allí les han enseñado muchas cosas. Pero la idea era, que se pusieran en la situación de tener que leer. Entonces, de pronto no había una preocupación por el saber que ellos llevaban, sino por enfrentar el nuevo conocimiento.

Entonces, ese fue una de las cosas específicas qué enfrentaba, ese taller pensamos muchas metodologías; y, de allí resultaron cosas muy grandes; digamos que si me preguntan si el taller funcionó, si el taller dio frutos, yo diría que sí. Por ejemplo, muchas de las señoras tenían miedo a

tomar un lápiz y volver a eso; les gustó mucho, porque seguramente no tomaban un lápiz desde que estaban muy pequeñas y empiezan a sentir el aliento de personas que las motivaban con palabras, como tú puedes contar lo que quieras, puedes escribir, era reconfortante también para ellas y que tuvieran compañeras, sobre todo, que lo estuvieran haciendo juntas.

No sé si hablo mucho, pero diría que ahí están solucionados todo el tema de la historia de la biblioteca. Pues, cómo se conformó, se conformó con retazos de bibliotecas. Entonces, es muy valioso, también porque hay muchos mundos allí, dificultades de todas, actos positivos (...). Pues digamos que sobre los talleres, ya contesté muchas cosas pero digamos algo que me faltaría: Es sobre las dificultades del taller(...) supongo yo que las dificultades puede pensarlas uno mismo ¿no?, uno puede pensar que es difícil en el taller y pensar que lo difícil está en cómo las señoras aprenden el proceso de aprendizaje y lo más difícil creo que es en el cómo evalúas la efectividad del taller, digamos si bien es cierto que las señoras aprenden a tener una perspectiva más política, por ejemplo con los talleres de lectura como el de solidaridad, que fue un taller que hicimos leyendo historias de gente estaba en otras partes, de gente que estaba en otras partes del mundo, de gente, por ejemplo en Palestina, por ejemplo en el norte del Cauca, que es en el mismo país en el que vivimos (...) los cuales requerían solidaridad; digamos que eso permitía tener una perspectiva más política del círculo de lectura. También hicimos un círculo de lectura sobre el amor. En ese círculo de lectura empezamos a cuestionar ¿Qué es el amor? y a cuestionar si el amor tiene que ser incondicional, si el amor va, si el amor es de un solo tipo, si se puede amar más de una persona. Mucha gente diría ¿estas señoras qué les preocupa eso? (...) mucha gente dice pues ¿la filosofía para qué? estos talleres tenían una perspectiva filosófica con una dificultad bien grande una dificultad, que muchas personas podrían decir cómo no es el momento, ya no es el momento; pero yo la verdad, confiaba mucho en que podían hacerlo. Entonces, creo que eso también me motivó y las motivó a ellas mucho.

Creo que de las dificultades, la evaluación me refiero la evaluación no mía, de cómo evaluarlas, si ellas aprendieron o no, sino de cómo nos imponen que tenemos que evaluarlas, o sea, es una señora qué aprende a ser mejor la A con un palito más distinguido, si una persona aprende a poner una tilde bien, si eso es realmente una muestra del aprendizaje, o sea estamos hablando de un tipo de educación diferente, estamos hablando de una perspectiva que no es tradicional de la educación, pero en todo caso aunque hablemos de un esquema pedagógico diferente siempre va a haber una crítica a como materializas que hay un aprendizaje y yo supongo que esa es la mayor dificultad que exista esa percepción de que el aprendizaje se puede medir, creo que allí es que está el problema. Yo vengo de la Academia, yo vengo de estudiar mucho de una universidad y en la universidad uno se somete a unos esquemas evaluativos y como que muchas veces uno bien estructurado y pensar que tiene que rendir unos resultados creo que es de las mayores dificultades, quitar esa barrera para mí era muy

difícil saber si lo que estaba haciendo tenía efecto o no consideró que lo que uno aprende en etapas voluntarias, creo que es menos de lo que aprende en la experiencia. Igual como que desestructurarse resulta difícil algunas veces

Sobre los talleres de recuperación de saberes, digamos que en un tiempo mientras estábamos cuadrando muchas cosas yo solté un poco al grupo de las señoras ellas conocieron a (...) y aparte conocieron como una experiencia bien bonita aparte de lo que yo hacía porque esta experiencia era más de escucharlas a ellas, escuchar lo que sabían desde antes y que ese conocimiento era muy valioso, cosa que pronto yo estaba haciendo invertidamente, yo estaba mostrándoles que había mucho conocimiento valioso y que ellas tenían la posibilidad de mostrarlo, pero inicialmente el proceso era de conocer otras cosas para después saber que podías hacerlo; o sea, yo no había llegado a ese punto y creo que (...) pudo generar como ese esquema. (...) empezó a hacer unos talleres de recuperación de saberes sobre plantas tanto medicinales como alimenticias, o sea, ver que las señoras tenían un conocimiento de las plantas y que ese conocimiento era un conocimiento que estaba perdido, que era un conocimiento que ya no era fácil de recuperar y que ellas lo tenían y que incluso si ellas ya no estaban ese conocimiento podía perderse y ellas empezaron a sentir un papel político dentro de su accionar. No lo hacían solo porque a ella le gustaba el taller de plantas, sino que ellas lo hacían porque sabían que tenían un deber, sentían que era algo que ellas debían hacer y sentía que era muy valioso lo que sabían.

Entonces los talleres de plantas, digamos que no alcancé a estar en alguno, porque era un taller muy de ellas pero en ese taller creo que fue donde se reforzó mucho que ella se sintieran muy valiosas, pudieron generar una parte de una parte biblioteca de plantas donde narraban para qué servían donde narraban que efectos no se conocían en la medicina tradicional pero ellas lo sabían porque se los enseñaron hace mucho tiempo sus ancestros en el campo, entonces creo que ese taller fue muy valioso aparte porque las señoras se sentía muy responsables de ese conocimiento.

Cuando ellas asistieron a esos talleres y volvieron a estar en mi taller empezaron a cuestionar un poco más los programas y empezaron a tener una red de comunicación sobre el tema, empezaron a hablar de plantas, empezaron a comentarse, comentarle a la gente ¡mira! esto te sirve para la tos (...) entonces creo que después del taller las señoras llegaron a mi taller al penúltimo o último círculo un poco más empoderadas a nivel de conocimientos y cuestionando lo que la medicina científica siempre ha dicho.

Digamos que los horizontes que siempre he tenido dentro de mi estudio está el pensar ¿Cómo funciona el sistema hegemónico? y ¿cómo funciona el sistema de conocimiento?; o sea, abogo por un

lado a que el conocimiento se crea desde un lugar, desde un contexto o desde un sitio o sea el conocimiento está en nosotros mismos y en nosotras mismas; pero digamos que el taller que yo hacía intentaba mostrar que hay mucho conocimiento en el mundo, que de pronto no es conocimiento que tengamos directamente sino más bien que ese conocimiento nos ha sido negado. Sé que es un poco contradictorio hacer una crítica del conocimiento hegemónico defendiendo que hay conocimiento hegemónico y que hay maneras de que la gente accede a él, pero creo que ahí mismo está la lucha, creo que el conocimiento no debe ser negado porque creo que el campo de la intelectualidad un poco más liberada dice no ese conocimiento no sirve sin saber que hay muchas experiencias afuera y qué por lo menos tiene que permitírse nos criticar ese conocimiento hegemónico impuesto y sólo podemos criticarlo si lo conocemos. En ese sentido tenemos que tener la posibilidad de acceder a él, o sea creo que el conocimiento hegemónico tiene unos impactos morales muy fuertes ¿Qué es lo que puede ser aprendido? y ¿Qué es lo que no puede ser aprendido? creo que tiene que ser conocido, de dónde sale y cuáles son los intereses, de dónde sale. La gente tiene que poder acceder a esos conocimientos porque es posible criticar al títere y criticar al titiritero que mueve los hilos pero es más fácil criticar al titiritero si lo vemos sí sé que existe, Y, si existe más allá donde está situado, sino que en el mundo hay muchos más titiriteros, ó, hay un titiritero más grande; dice que en los países latinoamericanos: Hay ciertas imposiciones, aunque en mi barrio; vea que hay una sola imposición, o doy como ejemplo: Si, veo que por ejemplo: El control paramilitar es un problema en mi barrio; y, construyó desde ahí mi conocimiento y digo: Cómo no, en el mundo hay paramilitares y fuesen formas de opresión en el mundo. En diferentes países y solo puedo acceder a ellas, si tengo los medios para acceder. Entonces, no debe ser negado para nadie, el acceso al conocimiento ya sea hegemónico o una recuperación de nuestro conocimiento ancestral o en nuestro conocimiento territorial.

Creo que la biblioteca valora los saberes locales en el sentido, por ejemplo, de este taller de planta intenta generar una biblioteca sobre el conocimiento de plantas o en el sentido que se impulsa que la gente pueda contar sus experiencias, y, que pueda ser exportadas, la idea no es sólo que se quede entre nosotros; sino que a sí mismo, como nosotros recibimos conocimientos de otras partes también, podamos generar conocimiento hacia otras partes; digamos que tiene que haber una relación entre el conocimiento hegemónico y los saberes populares, uno no puede inclinarse hacia un lado de la balanza, es decir (...) En ese sentido los talleres de la biblioteca contribuyen a: 1. Llegar a esos conocimientos, y, Segundo: Poder irrumpirlos y, Tercero. Crear nuevos conocimientos. Igual, considero que el asunto con las bibliotecas comunitarias, no consisten solamente, en que las bibliotecas son lugares para ir a leer, sino que son lugares para tener relaciones con los libros y con la gente, o sea, no es sólo la relación persona y libro, sino persona y persona; y en ese sentido habilitar más opciones, mostrar más servicios en la biblioteca, puede hacer, que hayan más interconexiones de

las personas; creo que el asunto con los libros son más humanos, o sea, nos humanizan y no son sólo los libros sino también muchos más formatos que demuestran otras condiciones, que hacen que nuestra mente, se ejercite.

Finalmente, creo que la perspectiva hacia la biblioteca para el futuro; yo considero que la biblioteca pueda tener esa forma en algún momento, pueda hacer una biblioteca tan humana, que la gente pueda llegar, pueda compartir los libros, incluso yo creo que la mejor manera de una biblioteca es donde y suena mal; donde se roban los libros para leerlos; donde el libro no es un artefacto sagrado que no debe ser tocado nunca, que no debe ser ultrajado, sino que el libro tiene que ser usado en relación a un significado que uno quiera darle; así quieres conocer el mundo. Por ejemplo, si quieres conocer experiencias de luchas que puedas llegar a ellos, o sea, los libros no deben ser encerrados, los libros, tienen que estar afuera, por ejemplo. Una biblioteca debería estar en la calle para que la gente pueda tomar los libros; obviamente; hay cosas climáticas y problemas de tener bibliotecas en la calle; creo que las bibliotecas deberían tener servicios que involucren a la gente y saquen a la gente de la individualidad, por ejemplo, qué, una persona se robe un libro para venderlo. Entonces no tiene sentido, pero si una persona se roba un libro para compartirlo, ahí puedo darle un sentido; es darle sentidos, darle sentidos, si tenemos biblioteca cerrada las 24 horas, no tiene ningún fundamento, si tenemos una biblioteca en donde se roban los libros para leerlos. Creo que habría que analizar esas cosas, porque si se roban los libros, nos quedamos sin biblioteca, pero, en todo caso son cosas para pensar. Creo que la biblioteca herida llegar a un punto en el cuál, sea también un editorial popular en donde la gente haga libros y debe ser un servicio que la gente pueda producir, no sólo libros, sino también música y demás cosas. Creo que no está desanclado de una biblioteca; también debe tener muchas herramientas para que la gente sepa que pueden hacerse muchas cosas y que independientemente el valor de las cosas que en dinero tenga, un valor más importante que otros elementos que se pueden realizar las cosas y compartir las cosas y que se puedan hacer muchas cosas (...)

Anexo F. Transcripción Taller No.1

(...)

TALLERISTA: Bueno, buenos días.

PÚBLICO: Buenos días.

TALLERISTA: ¿Cómo están?

PARTICIPANTE 2: Bien.

PÚBLICO: Bien, señora. Gracias.

TALLERISTA: Bueno, muchísimas gracias. Primero que todo... ¡Ay! Voy a cerrar un poquito aquí la puerta para que tengamos más privacidad. Muchísimas gracias primero a todos por venir.

PARTICIPANTE 2: Sí, señora.

PÚBLICO: Con gusto.

TALLERISTA: Por aceptar la convocatoria de este...

PERSONAS: Con mucho gusto.

TALLERISTA: Pues de este tallercito... que queremos hacer desde la biblioteca comunitaria y por esa misma razón lo estamos haciendo acá. Primero para que ustedes recuerden que existe la biblioteca comunitaria, que es una biblioteca que está en proceso de transformación, de renovación, de ajustarla precisamente a las necesidades de la comunidad; porque la biblioteca comunitaria es una biblioteca comunitaria para la comunidad. Esto, por un lado; por el otro lado, les quería comentar así como por encima en qué consiste este taller: básicamente este taller es que hagamos un ejercicio de memoria sobre cuáles eran las plantas con las que nosotros nos cuidábamos o nuestras familias nos cuidábamos hace muchos años para volverlas nuevamente a traer al presente y a este territorio para mirar qué es lo que nos sirve de ahí ¿Sí? ¿Por qué hacer eso y por qué no hacer, digamos, otro tipo de talleres? Porque desde la biblioteca comunitaria creemos que precisamente los habitantes de este territorio de la Arborizadora Alta tienen en sus manos y en sus cabecitas y en sus memorias las posibilidades de enfrentar un montón de condiciones supremamente difíciles que se viven en temas económicos, sociales. La cosa está muy dura, la cosa está muy complicada, pero precisamente en nosotros están las respuestas de eso. Ante un mercado farmacéutico que juega con la vida de todos a partir de las pastillas, inyecciones y no sé qué, pero que al final no estamos es mejorando, no estamos es cambiando. ¿Por qué no volver a recordar qué era lo que nuestros padres, nuestros ancestros, nuestros abuelos... ¿Cómo era que ellos se mantenían fuertes y sanos?, y volver a traerlo aquí al presente. La idea es hacer más o menos como una especie de cinco talleres; este sería como un primer taller, digamos de exploración, de darle a la memoria alimento para que vuelva y los talleres tendrían una duración de más o menos dos horas. Depende de ustedes, cómo está su tiempo, sus horarios, siempre todo tiene que estar muy concertado; y la idea es que... eso, que al final de los talleres nosotros aquí

para la biblioteca comunitaria dejemos una especie como de herbolario con unas plantas muestra que vengan con las que digamos con la fichita. Eso con la información que diga...

(En el audio al minuto 3.26 se pierde el audio de la señora).

TALLERISTA: Sí, señora, tranquila. Que diga qué tipo de planta es, cómo se toma, para qué sirve. Porque ese es precisamente el conocimiento que ustedes le están aportando a la biblioteca, en eso me parece como importante, mis doñas, hacerles la aclaración. El conocimiento que ustedes tienen es supremamente importante para la biblioteca y por eso queremos recogerlo y conservarlo, porque sabemos que los años no vienen solos y a veces esas cosas se olvidan completamente y esas cosas pueden salvar hasta vidas.

PARTICIPANTE 2: ¿Para mí también?

TALLERISTA: ¡Claro! Sí, señora. Y esos recuerdos pueden salvar hasta vidas. Uno nunca sabe un niño qué necesite específicamente de un tratamiento que los médicos no le dieron y ese es el tratamiento que le podría ayudar y se nos olvidó, no lo recordemos, no lo ejercitamos y hasta ahí llegó ese conocimiento, entonces como seguirlo alimentado para seguirle dando más vida al conocer. Bueno, ¿qué les cuento, entonces? Hoy la jornada de hoy es que recordemos como qué eran esas plantas que teníamos en la infancia y, a partir de los ejercicios que hagamos hoy, que va a ser como un ejercicio de sensorial y una plenaria, escojamos los siguientes talleres que vamos a hacer por lo de aquello que yo les decía que tiene que ser muy concertado para que ustedes no sientan que esto es un taller aburrido sino que ustedes son las que deciden más o menos como por dónde va el taller. Entonces, no sé si tienen una pregunta, alguna duda, quieren hacer algún comentario por el momento.

PARTICIPANTE 2: No, para mí se me hace muy importante estas cosas porque yo digo por mí hace como cinco años por ahí más o menos, yo me dijeron que yo tenía diabetes. Bueno, yo me fui para Candelaria, allá me dieron una cantidad de pastas y yo comencé a tomarlas conforme me dijeron. Se me fue el apetito de comer, ya las cosas ya no me gustaban, más que rica estuviera la comida, todo eso se me fue el apetito mucho, mucho. Entonces yo dejé de tomar, dejé de tomar todas esas pastas. Entonces allá en Ubalá una señora que se llamaba Margarita, ella tenía la diabetes y estaba *uish* y entonces le dieron, un señor que en paz descanse que se llamaba Luis, no me acuerdo el apellido, Luis, él era de Villabo y vino esa vez y frecuentaba mi ranchita, mi casita frecuentaba, y él le daba pesar porque nosotros, él nos llegaba por detrás de la casa y se ponía por ahí y que y mi esposo me estaba regañando por una nada. Que, si yo me quejaba, no sé qué cuando, no es la primera mujer que va a parir un chino, bueno, cosas, cosas, entonces don Luis Hurtado, entonces él le daba pesar, él era alto, de cuerpo moreno, él venía de Villabo, traía hierbitas de una y de otra. Entonces esa tal Margarita ya que, ya que se moría, entonces le dieron una droga el tal señor don Luis, una droga y dijo: “No tome esas pastas, no tome nada, yo le tengo el remedio, el remedio lo tiene en sus manos” y le dio a tomar cáscaras del arrayán negro y, y el coci... pero no cocido, del toronjil y verás. Margarita que se mejora y así él la frecuentó, la frecuentó y se curó de eso.

PARTICIPANTE 4: Ve, con hierbas.

PARTICIPANTE 2: Sí, con hierbas, coger la cáscara del arrayán negro, porque yo fui y conseguí qué día allí en el Lucero fui y pregunté y yo llevaba la muestra y dijeron que sí, que sí, que había. “¡Esa no es!”, dije y dijo: “que sí”. Yo le dije: “no, señor, que esa no es. Mire, la cáscara del arrayán negro es este porque se quita la la... y por dentro es negro y tiene unas rayitas negras”. Ese sí es el arrayán negro. Este es el guayabo, este es el guayabo que yo también lo conocí y lo tuve en mis manos y lo tuve en mi tierra, en Ubalá. Que no, que dónde se consigue. Yo le dije: “En mi tierra, y el toronjil se coge lava... en sí como siempre se echa en un pocillo y se hace bien, bien, bien machacado.

TALLERISTA: Se macera.

PARTICIPANTE 2: Y a lo que estén bien, entonces se le echa el agua hirviendo y se vuelve y se tapa y a lo que ya se pueda tomar. Y de eso se mejoró la señora.

PARTICIPANTE 4: ¡Ve! Con hierbas. ¿Sí ve?

TALLERISTA: Claro, sí, es muy cierto. El remedio lo t tiene en sus manos, dijo usted; a nosotros nos acostumbraron a pensar que todas las planticas que están por ahí son malas

PARTICIPANTE 2: Y no, señor.

TALLERISTA: Que hay que sacar y cortar, incluso hasta la ortiga. Eso es malísimo. No, pero la ortiga tiene muchos beneficios, la caléndula que también se da silvestre también tiene muchos beneficios. Entonces es como uno valora lo que realmente tiene valor para nosotros que es. Son los remedios, que son los saberes, que son... que es digamos como la ancestralidad campesina indígena que todavía tenemos en nosotros a pesar de que la ciudad nos obliga a despojarnos de esos.

PARTICIPANTE 2: Sí, señora.

TALLERISTA: Y empezar eso, como a tomar pastillas, a vivir de la cita con el médico, a vivir de que venga, que si por favor me aprueban aquí, que tengo que hacerme un examen, que si me aprueban aquí que tengo, entonces como ese tipo de cosas la idea es como irse despojando de eso y volver otra vez a recordar.

PARTICIPANTE 2: Sí, señora.

TALLERISTA: Dicen que recordar es pasar por el corazón nuevamente.

PARTICIPANTE 1: Recordar es vivir.

TALLERISTA: Recordar es vivir. Entonces, y pensando también en un futuro hacia nuevas generaciones que son todos estos chicos que están aquí en el barrio, que a veces uno los ve y uno dice: ¿Qué futuro les queda si, y hasta nosotros mismos estamos que digamos como claudicando con la idea de seguir resistiendo culturalmente ante un montón de cosas que están sucediendo? Entonces me parece muy chévere esa frase de “el remedio lo tiene en sus manos” y podríamos empezar por ahí para empezar con una pequeña plenaria de unos quince minutos y después seguimos si quieren con una aromática para el frióto, mientras se termina de hacer, entonces como que sería chévere que hiciéramos una plenaria muy cortica. ¿Ustedes qué entienden por saberes populares? No se

preocupen, no es una previa, sino que cuando ustedes dicen “saberes populares” “saberes del pueblo”, ¿ustedes qué entienden por eso?

PARTICIPANTE 1: Saber lo antiguo.

TALLERISTA: Sí.

PARTICIPANTE 1: De nuestros padres.

TALLERISTA: ¿Y ustedes tienen... ustedes reconocen en ustedes mismas alguno de esos saberes que les han enseñado sus padres, lo antiguo? ¿qué reconoce usted?

PARTICIPANTE 2: Por ejemplo, para un niño, para una persona grande que esté escuajada, que se hizo una escuajadura, un mal paso que cualquier cosa, y yo mi espal... Mi mamacita, mi abuelita conseguía que si en ese tiempo todo era... no sé... chontal uno, que la piedra de gotera, ah, esa piedra de gotera era... no sé qué, y ella la traía, la echaba a la aguadepanela, le echaba un poquito de esa tal piedra de gotera y eso le cogía a uno esa firmeza al estómago.

PARTICIPANTE 3: ¿Y esa es una piedra?

PARTICIPANTE 2: No, señora.

PARTICIPANTE 1: Es una planta.

PARTICIPANTE 3: Ah, ¿es una planta?

PARTICIPANTE 2: No, señora.

PARTICIPANTE 3: ¿Tampoco?

PARTICIPANTE 2: Eso. Por aquí casi... en mi tierra sí, pero no en... sino por allá en montañas que baja el agua y ahí así entonces el sudor de la piedra escurre agüita, escurre agüita, y esa agüita como no tiene pa' donde se cría, así como en un montoncito, así se cría la piedra, por eso dice piedra de gotera, la piedra de la gotera, eso es muy raro para... yo por allá la encargué.

PARTICIPANTE 3: Hasta ahorita la oigo nombrar.

PARTICIPANTE 2: Piedra de gotera y eso es muy fuerte para...

TALLERISTA: Y yo le pregunto: “¿su mamá y su abuela cómo aprendieron eso, ellas eran parteras o cómo fueron aprendiendo esas cosas?”

PARTICIPANTE 2: Ella sí, porque ella me enseñó a mí cómo era, más o menos cómo era y después entonces sí ahí en Gachetá de una vez que se me reventó la vena. Entonces yo estuve en el hospital de Gachetá. Esas señoras y el doctor que era de Boyacá me dijeron: “¿usted puede recibir una criatura?” Yo le dije: “sí, pero ¿por qué no? Y sus dos niños, ¿cómo los ha tenido? -dijo él. Yo le dije “en la casa” y él dice: “¿y qué partera?” Y yo: “no, nada”. ¿Y por qué? Porque mi mamacita no nos decía cómo era, no nos decía. “Camine, mire, no”. Pero después nos decía... y así aprendimos. Una señorita Dominga yo le llevaba uvitas o le llevaba arepitas; entonces me visitaban; entonces yo les llevaba la parte, y el doctor me cogió cariño; entonces el doctor me preguntaba que cómo recibía los niños y la señora Carmelita, una era pequeñita pero era fuerte para recibir niños, y entonces ella me decía que eso qué asco que por qué asco viendo que para una evitar todo eso era que lo cogiera uno así le

preguntaba uno alguna cosa y jum, jum. Entonces el doctor me decía: “¿y usted tiene asco?” Y yo le decía “no, doctor, pero porque esas no son cosas del otro mundo”. Si se fue, siga. Sí y entonces me decía y después, “¿cómo hace para la placenta?” Él me decía, me decía, me decía: “vea, cuando salga la criatura lo primero que le ha de echar mano es al ombligo y ahí mismo amárrele, amárrele a la entrada y a la salida y ahí así porque para que no siga goteando sangre y aquí para que no se siga porque, si no, es peligroso un derrame a la mamá”, y que así no manchaba. Y así fue como aprendí yo. No la cree, pero recibí 33 niños. He recibido 33 niños.

PARTICIPANTE 3: Madrina de 33 niños.

TALLERISTA: Es una gran partera, es una nana de verdad.

PARTICIPANTE 2: En la Calera, hermana, ella me decía “tía”. Ella, Carmenza, ella se vino con el esposo. Primero se vino con el marido y después se casaron. Ella vive en La Calera, Carmenza Huertas, y de allá me hace venir, me mandaba la plata y de aquí para abajo que me viniera yo y yo vencía y los recibía.

TALLERISTA: todos esos niños usted los recibió fue con las enseñanzas de su abuela y su mamá porque ellas eran las que le decían y la práctica también.

PARTICIPANTE 2: Ese día también vino dos enfermeras de allí de La Calera y entonces me preguntó: “¿y usted a qué viene?”. Me dijo: “¿Usted a qué viene?” Porque ya don José, el esposo de Carmenza, estaba esperando, porque entonces a la otra señora las dos enfermeras le dijeron que, para qué días, que no, que ya está sobre el tiempo y que el niño está por llegar, por llegar, por llegar. Entonces ya llegué yo y me dijo Carmencita, me dijo: “Ay, tiita que. ¡Por fin llegó! Ya yo quería y entonces me dijo José: “Ay, ya llegó su mamá”, y era yo. Y entonces dijo que está por llegar el bebé, que está por llegar el bebé y yo fui, bueno. Y yo le dije: “no, ese está por la mañana, por la mañana, mañana por la mañana. Porque es que se ve, se ve, mijita, es que se le nota; ¿no le ha llegado una cosa de dilatación? De nada viendo que tiene que venir algo primero. Como en ese tiempo todo era vergüenzas, entonces yo le dije: “vea, mijita, cuando vaya a hacer chichi, o algo así, pida el vaso y me muestra, así. “Ay, tía, yo me da pena”. Y yo, “Ay, mijita, deje su pena”. Entonces yo, claro, como yo me chanceaba con ella. Y entonces lo estaba haciendo que hizo. ¿Qué hizo? ¿Le dio pena? Entonces me dijo: “no, tiita”. Yo le dije: “por eso, por eso”. Ya me dijo: “ya, ya, ya, voy a pasar al baño, voy a pasar al baño”. Le pasé el vaso. Bueno, eso fue por la mañana. No ha venido ni siquiera la primera mancha y no, eso no. Ahí llegó José, el esposo de Carmenza, y dijo: “¿Y qué me dice?” Sea por lo que yo por la mañana: “Démele algoito de comer, pero no frío; por qu eso frío...” Que la enfermera le había dicho que era mejor reposado, porque si quiera el niño, -era una niña- que si quiera entonces cogía calor ombligarlo. Yo le dije: “No, señor. Démele calientico, no que se queme, calientico y ¿sabe qué? Hagámosle una agüita de ruda y manzanilla, pero de la pequenita”. ¿Y eso para qué es? Yo le dije: “Ay, Josesito...”

PARTICIPANTE 3: No pregunte, sino traiga.

PARTICIPANTE 2: Sí, entonces ya llegó. Yo le dije: “acuéstela, más bien que duerma”. Entonces yo le dije: “miré, hagamos una cosa: tráigame un huevo –dije–, tráigame un huevo”. ¿Para qué? -dijo él. Y tráigame una pastilla de chocolate. Dijo: “¿Para qué? Yo le dije: “Ay, tráigala, y venga y le enseño”. En mitad de agua y mitad de leche y una pastillita de chocolate estaba en hervores, le echamos el huevo y sí, batimos rápido, rápido, y se lo colamos para que Carmencita no le vaya a dar el asco y se lo coma y lo coló. Y le dije: “tome, mijita, tómese ese chocolatico para que coja calor, duerma”. Dijo: “¿Será que...” Y yo le dije: “no, ¿qué le va a sentar mal? tiene mitad de agua y mitad de leche. Eso tómese”.

PARTICIPANTE 3: Pero el huevo no se lo nombró.

PARTICIPANTE 2: No, hasta yo. Y se lo tomó, eso, y comenzó a sudar. Dijo: “Ay, tita, yo me acuesto”. Yo le dije: “Claro, acuéstese, duérmase”.

TALLERISTA: ¿Y ese chocolate con huevo es cómo para qué ¿levantar la tensión, para subir la tensión?

PARTICIPANTE 4: Para coger fuerza.

PARTICIPANTE 2: Sí, para sí está débil.

TALLERISTA: Para la debilidad.

PARTICIPANTE 2: Sí le cogió el sueño y, como a las 04:00 de la mañana, me llamó en persona.

PARTICIPANTE 4: Antes con pata, con chocolate con pata, caldo.

PARTICIPANTE 2: Eso también es una también es una, una... también, sí, señora.

TALLERISTA: Yo lo probé cuando estaba muy chiquita, pero con ojo de vaca.

PARTICIPANTE 4: También.

TALLERISTA: Que lo ponía a pitar mi abuela hasta que ya estaba a punto de desleírse y lo echaba en el chocolate, y me daba, pero yo el huevo crudo si no lo había escuchado.

PARTICIPANTE 2: Eso se le echa así y se bate y se cuela, porque si a uno le da asco, entonces ahí como en el colador. Y ahí le cogió el sueño y durmió como por ahí hasta las 2 de la mañana. Me llamó, me llamó José: “Carmenza se despertó ya como con dolores en la cadera”. Yo le dije: “sí, señor. Ahora sí toca alistarnos, ahora si toca alistarnos, pero que la enfermera dijo que ya qué. Pues eso sí no era cierto: a las 04:00 de la mañana nació la niña.

TALLERISTA: Como había dicho usted, que a las 04:00 de la mañana, que era por la mañana.

PARTICIPANTE 2: Sí, que por la mañana.

TALLERISTA: ¿Y ustedes qué saberes reconocen en ustedes, digamos, que le enseñaron sus abuelos, les enseñaron sus papás?

PARTICIPANTE 4: Pues yo digo la educación que era, que no sé lo que nos enseñaron nuestros padres. Ahora se aterra uno de la juventud de ahora y a uno lo educaron de otro modo como dice (...). Más todo con pena, todo con... Y es que yo estoy... yo he sido tan penosa para todo y me criaron así, que todo que qué pena, con vergüenza, que así. Entonces ya uno se aterra de la juventud de ahora.

TALLERISTA: Como tan abierta, como tan sueltos...

PARTICIPANTE 4: Sí, señora.

PARTICIPANTE 3: Pues yo recuerdo es la hoja del brevo, que le hacían a uno como cataplasmas para cuando uno ya iba a tener el bebé, o sea, yo me acuerdo de que mi mamá me comentaba eso. La hoja de brevo, y lo otro que experimenté yo, con mi niño mayor, fue el hinojo. Hacer el agua para bañarse y para tomar uno porque yo me hinché mucho y a mí no me bajaba leche

TALLERISTA: ¿Y quién le enseñó a usted lo del hinojo?

PARTICIPANTE 3: Eso sí me lo enseñó fue una amiga. Sí, miento, fue con el segundo niño, porque si yo me inflamaba, la señora donde yo me quedé, que una parte de la dieta ella me hacía una buena alimentación, ¿sí? Que caldos, que coladas, que eso era que para que yo produjera muy buena leche. Entonces resulta que, de la misma buena alimentación, pues claro, inflamé mucho; entonces cuando yo iba para la finca, yo me encontré con una vecina; entonces ella salió a saludarme y dice que: “¿cómo está?” Yo le dije: “vengo muy mal” y ella dijo: “¿y por qué?” Le dije: “porque mire, yo como vengo de esos senos, con fiebre, yo me siento mal. Y entonces me dijo: “váyanse, sigan para la finca. Ya les llevo allá”. Entonces me preguntó que, si yo tenía hinojo, yo le dije que sí y dijo: “ah, bueno”. Entonces yo ya voy para allá y prendo candela. Y ella fue y me hizo una buena porcionada de agua que me hizo tomar y me hizo bañar y que eso era bueno para que uno desinflamarse y que para que le bajara la leche. Y sí, ella me hizo eso como por una semana, que ya fue hacerme el agua y sí, eso me ayudó a mí. Y lo otro que le tengo yo mucha fe es al limón. Le tengo mucha fe, sea para heridas, sea para hasta para un dolor de estómago. Que esté uno así mal del estómago. Le tengo mucha fe al limón.

TALLERISTA: Y esos saberes, por ejemplo, ¿todavía los siguen practicando?

PARTICIPANTE 3: Sí.

TALLERISTA: ¿Usted lo sigue practicando? ¿Usted le sigue diciendo a la gente que tome hinojo?

PARTICIPANTE 4: Usted le echó mucha agua aromática.

PARTICIPANTE 3: Y una vez lo experimenté. Fue no con los humanos, sino con animales. Una vez lo experimenté. Fue con una ternerita que le daban muchos cólicos. ¡Uy, cosa terrible! Y esos animalitos se votaban a revolcarse del dolor de estómago y yo estaba sola, y no, pues uno en el campo por lo regular siempre tiende a tener medicamentos para el ganado y todo eso, pero ese día no había nada y yo: “Dios mío, ¿ahora? ¿Yo ahora, yo qué hago con este animalito?” Entonces yo tenía muchas diferentes clases de hierbas aromáticas y yo dije: “pues aquí la única sería ingeniarme un menjurje de hierbas”. Y llegué una y de otra cogí cogollitos y le hice una buena porcionada y la puse a reposar y preparé una botellada y fui y la amarré y nosotros le teníamos un aparato que se llama nariguera para uno amarrar el ganado y llegué y la manié bien y la agarré de las ñaticas y la colgaba y ahí a un palito que se quedara quietica y me puse y él ya me había enseñado cómo era para, para uno darle bebedizos al ganado. Que toca es de lado, para no fregarle los dientecitos. Y me puse y le di la botellada de agua.

Por la tarde volví y le di otra botellada de agua y, como al tercer día, volví y le hice otra vez el menjurje. Y santo remedio, y él me dijo un día: “¿Usted qué le hizo a la ternera que la ternera no se ha vuelto enfermar y ella le había sacado la herencia de la mamá porque la mamá también sufría de lo mismo, pero la mamá siempre la mejorábamos era con remedios que uno compraba para el ganado?” Y entonces yo me puse y le conté y dice: “Pero esta mujer hasta ahora en el campo y mire, se la supo ingeniar”. Le dije: “pero es que a mí me dio tanto pesar el animalito, hola, ¿cómo se revolcaba? –dije–. No pues ahí la única hacerle eso”.

TALLERISTA: No, y además saber. Y es que usted tiene otro saber y es que usted sabe manejar los animales, porque le enseñaron. Otra persona le enseñó cómo coger la ternerita para que no se lastime es haciéndole más daño que bien, cuando coge uno un animal porque uno no sabe.

PARTICIPANTE 3: Es como por ejemplo con las gallinas, a ellas les da la peste, pero esas sí yo las mejoraba con unas pastillitas que yo compraba en el pueblo y yo llegaba y las inyectaba con un remedio que también utilizábamos también para el ganado: sitetraciclina.

PARTICIPANTE 2: Eso también.

PARTICIPANTE 3: Y a mí nadie me enseñó. Por un libro fue que aprendí cómo inyectar a la gallina y yo pequeñita, mediana, como fuera tenía que ser muy tremenda la peste porque una vez sí me pasó con una. Esa sí no la pude mejorar, pero después de que ellas estuvieran comenzando, yo llegaba y la inyectaba y les daba sus pastillitas y al otro día ya estaba el pollo o la gallinita por ahí corriendo y, o sea, lo que yo siempre anhelé desde pequeña fue estudiar veterinaria nunca pude estudiar la carrera, pero sí tuve la práctica, o sea, no tuve la teoría, pero sí la practiqué en el campo.

TALLERISTA: No tuvo el conocimiento científico, pero sí tuvo los saberes populares, manejarlos.

PARTICIPANTE 3: Sí, claro, ahí callada.

NOTA: En el audio 26:42 se pierden voces. Hay risas. Todos hablan al tiempo.

PARTICIPANTE 1: Yo no me acuerdo. Me acuerdo, sí, que para la diabetes es bueno porque mi familia somos, fuimos 12 y de esos 12 ya no quedamos sino 2 y los hermanos el único que, o sea, esos hermanos harto tiempo con la diabetes, lo único que mi mamá les daba era la pepa de mamoncillo, o sea, se come uno la babita de esa, la pepa la seca uno y la machaca y se cocina con la guatila, la papa de pobres que uno llama, una rebanada de papa de pobre y dos pepitas de mamoncillo y se machaca eso y se cocina y se toman dos veces en el día. Un hermano sí duro hartísimo tomando eso hasta que al fin se fue como la diabetes. Eso es cáncer en la sangre.

TALLERISTA: Sí.

PARTICIPANTE 1: No, y ahorita resultó mi hijo también con diabetes.

TALLERISTA: ¿Y le está haciendo?

PARTICIPANTE 4: Si, le estoy haciendo y se ha visto bien. Sí se ha visto bien, y ahorita dejó de tomar. Dijo: “mamá, yo no tomo más eso, porque me siento bien”. Y le dije: “mijo, seguir tomando porque...”

PARTICIPANTE 2: Sí, es mejor que siga tomando. ¿Pepa de mamoncillo y guatila?

PARTICIPANTE 1: Sí, pepa de mamoncillo y guatila, la papa de pobre

PARTICIPANTE 3: Yo quiero hacer una pregunta: cuando uno hace así, algún remedio, así, yo he oído comentarios, yo quisiera como también saber: ¿toma uno por 15 días y descansa y después vuelve otra vez y comienza, cierto, o se puede así seguido constantemente?

TALLERISTA: Pues entre todas podemos responder la pregunta. Yo, lo que yo sé es que todas las plantas tienen sus características, sus condiciones específicas y hay plantas que uno se puede, por ejemplo, el laurel. Yo tomo mucho laurel todos los días en agua, o sea, yo caliento el agua y le coloco unas hojitas de laurel que es buenísimo para los nervios, para ansiedad, para los malestares de estómago es muy bueno; pero, por ejemplo, hay plantas como la caléndula, que si uno toma una semana seguido caléndula, caléndula se vuelve tóxico para el cuerpo, entonces eso también es muy chévere que nosotros también podamos como hacer esas explicaciones cuando vayamos a hacer las muestras de plantas porque también la gente a veces o suele ser muy dejada con las plantas en las que dicen yo ya me tomé un agua, yo ya estoy bien, o a veces dicen “no, llevo 15 días con esta agua. Yo me tengo que tomar otro mes de agua”, y al final terminan es intoxicándose. Entonces cada planta tiene su conocimiento, pero yo no sé... ¿están bien? ¿Qué podrían aportar ahí?

PARTICIPANTE 2: Si, porque eso sí es así.

PARTICIPANTE 1: Eso sí como dicen “bueno es el cilantro, pero no tanto”. Es como tomarla. ¿Cómo es que dicen que se llama esa planta?

PARTICIPANTE 3: La ortiga

PARTICIPANTE 1: Sí, es como tomar la ortiga. Si la toman demasiado, ya le perjudica la vista.

TALLERISTA: Sí, eso sí lo he escuchado. Como cada planta, o sea, las plantas son para tratamientos específicos y ahí sí hay que tener mucho cuidado porque, así como también son muy buenas con sus beneficios, también pueden ser muy agresivas con sus daños cuando no se les comprende o no se le respeta. Yo sí creo también que hay que tratarlas con mucho respeto, pero eso sería bueno que lo fuéramos investigando. Cuando vayamos a hablar de las plantitas que vamos a dejar ya dentro del herbario para dejar, por ejemplo, digamos, como los médicos dicen contraindicaciones, como, por ejemplo, hay unas plantas que no pueden tomar las embarazadas, hay unas plantas que no está bien como que la tomen por ejemplo las personas con tensión alta, cada planta tiene su misterio. Y quería retomar una cosita que estaba diciendo aquí... ¿Cómo es su nombre?

TALLERISTA: Decía que prevenir es mejor que curar y plantas como que nos ayudan mucho en eso, porque podemos evitar la enfermedad. Al tener un estilo de vida sano y no pensar que yo, cuando me enferme, entonces ahí sí me tomé ese tarrado de pastillas y ahí sí voy a estar bien. No, sino que es un ejercicio de todos los días estar acompañado siempre con lo que la tierrita nos da para curarnos con el fin de prevenir, que es como en últimas, prevenir sale hasta lo más económico que curar toda la vida; eso sí, a mí me parece, no sé si ustedes tengan algo...

PARTICIPANTE 3: Yo tengo otra: en estos días estuvo fue haciéndose como especie de un jugo de colicero, así con todo y cáscara. Le han dicho que era muy bueno para la diabetes. No sé si será cierto eso o no será.

TALLERISTA: No, eso sí no lo conozco, pero lo voy a voy a averiguar.

PARTICIPANTE 4: Eso es bueno para la soltura cuando tiene uno soltura.

TALLERISTA: Voy a averiguar. Yo he escuchado que con el colicero que sé, que es con un caldito.

PARTICIPANTE 3: No, pero ese sí se le hacía en crudo o licuado como un jugo.

TALLERISTA: Sí, con murillo solo, con murillo con el agua y el colicero. Eso es buenísimo para la diarrea, pero el colicero para la diabetes sí no lo he escuchado, pero lo anoté y lo voy a averiguar esta semana, a ver si la próxima semana traigo la respuesta.

PARTICIPANTE 2: Sí, porque para la diabetes, como yo le decía, cáscara del arrayán no la cambio por nada porque a mí eso fue. Como al mes, volví y fui allá donde el doctor de Candelaria y me dijo el doctor: “Oiga, pero usted sí está bien, sígase tomando esas pastas que está tomando con frecuencia”. Y así conforme yo le dije, entonces, yo, como soy así no sé si mal o será.

PARTICIPANTE 3: Muy directa.

PARTICIPANTE 2: Yo le dije al doctor: “Yo no sé, doctor. Hágame un favor, pero no me vaya a regañar. Yo le digo la verdad, pero si no me regaña, si no, no le digo nada”. Dijo él: “No, dígame, dígame”. Dije yo: “Pero ya le dije: ¿me regaña sí o no dijo?” -Dígame. Yo le dije: “No porque el doctor me regaña”. Me dijo: “Bueno, no la regaño”. Yo le dije: “las pastas que el doctor me formuló, todas esas pastas no me las tomé sino dos días. Y dijo: “¿Qué las hizo?” Yo dije: “Por ahí las tengo, pero no las he tomado. Dijo “¿Y por qué? Y le dije: “porque a mí me dieron un remedio y le conté lo de Ubalá. La tal señora Margarita y ella se mejoró tomando, y me dijo: “¿Qué tomaste?” Yo le dije: “La cáscara del arrayán negro. Se saca la cascarita, se lava bien; si está seca, se echa el agua y está blandita. Yo la cocinaba. Y entonces el toronjil en crudo...” ¿Y dijo que en crudo? Yo le dije: “sí, doctor, vea, se machaca bien, se echa en el pocillo y echa así la agüita. No se pone a hervir, sino en agua caliente y a lo que esté...” Y dijo: “Oiga, pero usted... ¿y cómo dónde consigue el arrayán, la cáscara?” Yo le dije en Ubalá, porque yo allá y conozco el palo y en ese palo yo me chinchorriaba, en ese palo yo me chinchorriaba con mis hermanos y me dice: “oiga, pero sí, tráigame una cascarita para saberla y eso está muy bien, sígala tomando”. Yo le dije: “Hace como tres días que no la he tomado”. Dijo: “Eso es muy bueno, eso es muy bueno, y vea, está controlada de la diabetes ahora, sus mercedes”. Me dijo: “¿usted no sufre la tensión?” Yo le dije: “No, tampoco, porque yo la tensión la cáscara de la mandarina y el toronjil, pero en crudo, no cocinados sino en crudo y la tensión super, super”.

PARTICIPANTE 4: ¿Toma eso? ¿La cáscara de la mandarina?

PARTICIPANTE 2: Sí.

PARTICIPANTE 3: Ahora que me acuerdo, mi mamá también hablaba de su dicha cáscara de mandarina. La dejaba uno al sereno...

TALLERISTA: Les voy a subir una infusión. Nos vamos tomando la infusión mientras cerramos la plenaria y ya empezamos con la actividad sensorial. Nos vamos a tapar los ojitos, ¿No hay problema?

PÚBLICO: No, no señora.

PARTICIPANTE 3: Con tal de que no nos coja el sueño y nos caigamos de la silla.

PARTICIPANTE 4: A mí también me dieron un remedio para la diabetes. También yo no sabía. ¿Se acuerdan el cauto ese que se da por allá en el monte? Eso se le quita toda la espina y eso me lo dio... Está tomando ahorita Vilma, porque también tiene como síntomas de diabetes. Me dijo que tomara eso. Por allá en San Francisco la venden.

(...)

TALLERISTA: Esta es una infusión de fruticas con una hojita de laurel.

(...)

PARTICIPANTE 4: Está deliciosa esa agüita. ¿Qué fruta es?

TALLERISTA: Manzana, mora y maracuyá.

PARTICIPANTE 3: Y la hojita de laurel, deliciosa

TALLERISTA: Ay, bueno, pues ustedes están contando cosas muy chéveres.

PARTICIPANTE 3: ¿Sabe también de qué se nos había olvidado hablar? De la sábila.

TALLERISTA: Además que eso también lleva otra cosa muy importante de las plantas: y es que las plantas no solamente tienen capacidades curativas. Yo creo que las plantas no tienen solo capacidades curativas, no sólo tiene en infusión, sino también físicas, por el solo hecho de estar ahí, como la sábila. La sábila se cuelga, la sábila también se la come cruda para la gastritis, la sábila se la aplican (...), la sábila dice que saca las malas energías; lo mismo la ruda. Entonces las plantas son muy buenas, tanto físicamente, como por el solo hecho de estar ahí, como también después de una preparación que entran al cuerpo de cada una.

PARTICIPANTE 3: Yo les comentaba ahorita, y es que mi hijo cuando estuvo el año pasado trabajando, fueron a botar un poco de libros y, dentro de esos, había un libro de plantas medicinales que sí lo podría, de pronto, traer.

TALLERISTA: Claro, sí, señora, sí.

PARTICIPANTE 3: Entonces yo lo voy a traer en quince días.

TALLERISTA: Lo recibimos y lo podemos mirar a ver de ahí qué nos sirve, porque la idea es que vamos mirando lo que nos va sirviendo. También podemos ofrecerle parte a la comunidad para las necesidades de la comunidad, entonces ahorita más adelante, la idea es que reflexionemos sobre qué enfermedades, ustedes como personas con mucha experiencia dentro del barrio y que llevan un recorrido acá, ustedes, qué enfermedades reconocen que son comunes dentro de su territorio, como para que ustedes digan estas enfermedades. Por ejemplo, no sé si todas se han dado cuenta, pero todas

ustedes están hablando de la diabetes y, con esta manera de comer, que tenemos ahora porque es que antes... Bueno, está el tema de las plantas, pero antes la alimentación también era muy sana, pero ya ahorita, a punta de gaseosa, chitos, papas y hamburguesas, y además porque salen mucho más baratas; más barato comprar una hamburguesa en \$1.000 para los muchachos, por ejemplo, en la calle que ir a comprarse un yogur, o bueno, y ni siquiera yogurt, porque ahora todo y ese sabor a... ya ni siquiera es solamente el yogurt. Entonces son ese tipo de enfermedades que antes uno no veía, por ejemplo, ustedes antes veían tantos casos de cáncer como ahorita.

PARTICIPANTE 3: Ahora también lo de la artrosis está saliendo mucho.

TALLERISTA: Entonces, la idea es que nosotras también analicemos cuáles son las enfermedades que está sufriendo el territorio y que le digamos al territorio, frente a esas enfermedades, nosotras sabemos que se curan de esta manera. Muy chévere, muy chévere todo lo que están hablando. Hay muchos elementos en común de todo lo que ustedes están diciendo que sería, como para el siguiente taller, ya irlos hilando, para ir como encontrándole más órdenes a estas ideas; porque nosotros, por lo general, nunca hacemos un orden de nuestras ideas, de nuestros recuerdos, de nuestros pensamientos. Ustedes no han escrito todavía, no les han grabado la voz, no se han dicho: “Bueno, yo sé esto, yo sé esto”. Entonces como chévere poder sistematizar esto. Mientras ustedes se van tomando la agüita, les voy a contar la siguiente actividad. La siguiente actividad, yo aquí tengo unas maticas que traje hoy, están fresquecitas. La idea es que nos vamos a tapar los ojos, por turnos; primero sumercé. A cada una yo le voy a pasar un ramito de hojas, un ramito de plantitas. Con los ojos cerrados, una a una la va a sentir, la va a tocar, la va a oler, si quiere arrancar una miesquita y puede morderla y la idea es que nos dejemos llevar por los olores, por la textura, a ver si nos recuerda algo. Después de que la persona haga el ejercicio de memoria, entonces se quita la venda y, entre todas, vamos a hablar de esas plantas en específico, de esa planta que tiene la persona en la mano. No sé cómo les parece la idea.

PÚBLICO: Claro, está chévere.

PARTICIPANTE 3: Yo la hojita de laurel a la hora del té no la conocía.

PARTICIPANTE 2: Yo nunca la había tomado.

PARTICIPANTE 4: Parece de hoja de eucalipto.

PARTICIPANTE 3: Yo también oí en un tiempo el llantén. ¿El llantén no es que también es muy medicinal? Porque, ahora que me acuerdo, mi mamá nombraba mucho el llantén.

TALLERISTA: Lo que pasa es que, mire, yo también me pongo a analizar una cosa, y es que a veces son como *booms*. Se pone de moda, entonces una vez que era el llantén, ahora está la moringa.

PARTICIPANTE 3: Antes era el eucalipto, también es muy medicinal el noni.

TALLERISTA: Y entonces son como modas que ponen para vender más, pero en realidad todas las plantas son buenísimas todas, todas, todas las plantas.

PARTICIPANTE 3: ¿La moringa?

PARTICIPANTE 2: No, yo no la conozco.

PARTICIPANTE 4: Esa la venden en la naturista, la venden también en las plazas.

PARTICIPANTE 3: Yo también hasta ahora la oigo nombrar.

PARTICIPANTE 4: Es para todo, para la sangre, para la diabetes, para el colesterol. Eso es para todo.

PARTICIPANTE 3: Pero la moringa también es una planta.

PARTICIPANTE 4: Sí, esa la venden en la plaza también.

TALLERISTA: Por ejemplo, también se puso de moda el yacón.

PARTICIPANTE 3: Es como una yuquita. Él también estuvo tomando el yacón, pero a él le perjudicó para la tensión, porque ese no es para todos los organismos. También, por ejemplo, a él no le sentó el yacón.

TALLERISTA: Es que lo que recomiendan mucho las personas que trabajan la fitoterapia, que es curación con plantas a partir de extractos, tinturas, cremas y todo eso. Siempre primero un poquitico, o sea, tomarse un poquitico y ver cómo le sienta y ahí sí seguir.

PARTICIPANTE 2: Como a mí, perdón, me prohibieron el chocolate. Que no fuera a tomar chocolate, entonces yo le dije a la doctora: “¡Ay, doctora! No me vaya a prohibir el chocolate porque a mí me gusta mucho.

PARTICIPANTE 3: Pero el chocolate en exceso también es dañoso. Yo lo digo por experiencia.

PARTICIPANTE 2: Dijo la doctora, entonces voy a decir una cosa: Tome su pocillo de chocolate, pero échele una miniatura de sal.

PARTICIPANTE 4: ¿Sumercé, ¿cómo es que dijo, toca uno las hierbas y el olor?

TALLERISTA: Y el olor, y mientras ustedes están con los ojitos vendados y están tocando las hierbas, yo voy a hacer unas preguntas a ver si ustedes por ahí se van guiando un poquito.

PARTICIPANTE 3: ¿Sabe porque digo yo que el chocolate también en exceso es dañoso? Porque yo lo experimenté, porque a mí me pasó, estando en el campo, que yo tomaba mucho chocolate, incluso todos los días y cogimos un ritmo de que todos los días. ¿Y sabe para qué me perjudicó? Para el ácido úrico.

TALLERISTA: ¿Quién quiere empezar?

PARTICIPANTE 2: Estoy aquí ocupada, entonces la que se desocupó es ella.

PARTICIPANTE 3: ¿Empezamos en orden?

PARTICIPANTE 2: Esa vaina.

PARTICIPANTE 3: Esa agua estaba muy rica.

TALLERISTA: Sí, señora. Con mucho gusto.

PARTICIPANTE 3: Vamos a jugar a la gallinita ciega.

PARTICIPANTE 4: ¿Y yo, no más?

PARTICIPANTE 3: Sí, por ahorita, usted no más.

TALLERISTA: Por ahorita, usted no más.

PARTICIPANTE 3: Las otras chito, calladitas.

TALLERISTA: Listo, entonces sumercé, le entrego esta ramita, la huele, la siente, intenta recordar ese olor...

PARTICIPANTE 2: Que recordar es vivir.

PARTICIPANTE 4: ¿Puedo decir?

TALLERISTA: Claro, sí señora, de hecho, yo le iba a preguntar si usted reconoce un olor, una textura, un saborcito de la planta en específico.

PARTICIPANTE 4: Esta es ruda.

TALLERISTA: ¿Y le resulta familiar la ruda? ¿Recuerda en su vida haber utilizado ruda o algo así? ¿Qué recuerdo tiene la ruda para usted?

PARTICIPANTE 4: Pues una vez mi mamita... Yo no sé por qué huevo tibio... me acuerdo tanto que huevo tibio con ruda es lo que me acuerdo. Sí, no me acuerdo para qué me daba, sino que comiera, que no era malo. Bueno comer un huevo tibio con ruda.

TALLERISTA: ¿Será que sí es la ruda?... Sí, efectivamente. Esta es la ruda. Si quieren, entre todas hablemos sobre la ruda, ¿qué conocemos de la ruda?, ¿qué sabemos de la ruda?, ¿qué es tan común?

PARTICIPANTE 1: Esto dice también que es de la buena suerte.

TALLERISTA: ¿Sí?

PÚBLICO: Sí, esta ruda florece. ¿No dice que la ruda no florece?

PARTICIPANTE 3: Sí, la ruda florece.

PARTICIPANTE 4: Hay una ruda que esto es como blanco.

TALLERISTA: ¿Cuál será?

PARTICIPANTE 3: Yo siempre he visto es esa.

PARTICIPANTE 2: Esto es... esto es otra.

TALLERISTA: Esa sí se coló.

PARTICIPANTE 3: Sí, esa se le coló ahí. Esa, me imagino yo, que es de la que yo estaba hablando.

PARTICIPANTE 4: Hinojo.

PARTICIPANTE 3: No, esa no es hinojo.

PARTICIPANTE 4: No huele. No, hinojo no es.

PARTICIPANTE 3: Huele es como a aguardiente. El olor del hinojo es superconocido. Esto parece que fuera perejil.

TALLERISTA: ¿Qué recuerdos tenemos de la ruda?

PARTICIPANTE 3: De la ruda yo también me acuerdo de lo que (...), del huevo tibio con la ruda, lo hacía mi mamá.

TALLERISTA: ¿Para qué?

PARTICIPANTE 3: Mi mamá... me parecía que ella decía que uno comer huevo tibio con ruda, que era para cuando uno ya tenía los bebés, ¿o es antes?

TALLERISTA: ¿Antes de tener el bebé?

PARTICIPANTE 3: Sí, ¿para qué le agilice a uno el parto, cierto? ¿Sí ve que sí? Yo sí, cuando ella nombró el huevo tibio, de una me acordé.

PARTICIPANTE 4: ¿O en veces no era que también se lo daban a uno en leche?

PARTICIPANTE 3: ¿Qué, la ruda?

PARTICIPANTE 4: No, el hinojo.

PARTICIPANTE 3: No, es el hinojo con leche.

TALLERISTA: Bueno, y ¿cómo es la preparación: yo pongo hacer el huevo tibio y lo abro y le coloco un poquito?

PARTICIPANTE 1: No, eso hay que tostarlo y molerlo con un trcito de sal.

PARTICIPANTE 4: No, era picadito, como picar cilantro.

PARTICIPANTE 1: Mi mamá lo molía.

PARTICIPANTE 3: Sí, mi mamá también lo hace así (...) Apenas estaba el huevito tibio, se le echa un poquito.

PARTICIPANTE 4: Picadito con comino y un poquito de sal y lo molía y lo mantenía en un tarro ahí.

TALLERISTA: ¿Cuándo ella lo molía, lo molía seco, cierto?

PARTICIPANTE 4: Con un pitico de sal y con...

TALLERISTA: Pero ya la planta seca.

PARTICIPANTE 4: No, la planta era fresca.

TALLERISTA: La planta era fresca.

PARTICIPANTE 3: La ruda tiene muchos beneficios.

TALLERISTA: La ruda tiene muchos y, de hecho, la ruda es de la que llaman *las malas hierbas* porque es que se da, esa sí que se da.

PARTICIPANTE 3: Esa sí es para tomar un día antes para tener los bebés, porque ¿qué aborta uno, ¿no?, y es abortiva.

PARTICIPANTE 2: Pero entonces uno toma eso. Yo les hacía, cuando ya tenían los dolores, así en agua, en cruda y tomaban, y ahí mismo eso era rápido.

PARTICIPANTE 3: Lo que he oído es que ella es abortiva también: buena y mala. Tiene sus dos extremos

PARTICIPANTE 2: Pero como es poquito.

TALLERISTA: Exacto, toca es poquito. Yo también he escuchado que la ruda es muy buena para limpiar espacios, energéticamente hablando. Uno puede, o hay personas que sahúman con diferentes plantas, pero si uno no tiene ni siquiera el sahumador, nada. Eso simplemente con que le pongan candela a la plantica y le pongan la intención a la planta. La ruda es buenísima para limpiar. No sé si conocen de los baños con ruda o de los baños de *las siete hierbas dulces*. La ruda se utiliza mucho.

PARTICIPANTE 1: La ruda también es buena para sacarle un hielito a un niño, porque yo tenía una nieta hielada y me mandaron cocinar la ruda con un litro de leche de vaca negra. Yo le hice por nueve mañanas a la niña eso.

TALLERISTA: ¿Para sacarle como el frío?

PARTICIPANTE 1: El hielito de un difunto.

PARTICIPANTE 3: Cuando los llevan hacia un entierro.

PARTICIPANTE 1: Me llevaron hielada, hielada la niña. Me dijo una señora esto, con un litro de leche de vaca negra la hice por nueve mañanas y mire qué.

TALLERISTA: ¿Y cómo saben qué síntomas presenta un bebé cuando está así?

PÚBLICO: Soltura, briegan al comer, se aflacan, se les inflama todo, viven fríos, no comen, bueno...

PARTICIPANTE 1: Mejor dicho, a mí casi se me muere la nieta.

TALLERISTA: Bueno, con la ruda ya cogió fuerza.

PARTICIPANTE 1: Para que usted sepa que es remedio, usted la baña la niña, la forra en una sábana blanca, la deja acostada, que ella sude. Luego, cuando ella ya haya sudado, la viste con ropa blanca y esa sábana la bota encima de una mata. Y yo la votaba en una mata de café y eso se fue tostando, se fue tostando, hasta que se secó.

TALLERISTA: ¿Algo más conocen de la ruda? ¿Recuerdan de la ruda?

PARTICIPANTE 2: Para el frío, para tener así, y las pepitas, que tengan cinco gajitos, esa es buena suerte, así sea tres no más, tres pepitas, pero que tengan los cinco gajitos y ojalá que nadie se dé cuenta; por ejemplo, esa los tiene. Yo me le robo más que sea tres.

PARTICIPANTE 1: Y esta matica es muy celosa

TALLERISTA: ¿Por qué “celosa”?

PARTICIPANTE 1: ¿Ella es muy celosa para prender, ¿no?

PARTICIPANTE 2: Por eso es mejor que si va uno a coger una, mejor que no se den cuenta.

PARTICIPANTE 3: La otra que también es harto celosa es la altamisa. Es así también.

PARTICIPANTE 2: Es así para el odio, para las malas energías, para todo eso...

PARTICIPANTE 3: Sí, porque a mí me pasó una vez en el campo, yo tenía...

PARTICIPANTE 5: Buenos días.

TALLERISTA: ¿cómo está?

PÚBLICO: buenos días.

PARTICIPANTE 3: Yo tenía altamisa. Una vecina me dijo que le regalara un piecito para ella sembrar y la mata se fue para donde ella y a mí se me murió la mata.

PARTICIPANTE 2: Es muy celosa.

PARTICIPANTE 3: Sí, es muy celosa.

PARTICIPANTE 2: Y hay que saberla robar. Por ejemplo, (...) trajo alguna mata, de alguna manera me le voy y le quito un pedacito, que él no se dé cuenta, y eso es más porque yo le ruego a la matica que no se le vaya a morir a él, que nos sirva para ambos, ni a él se le muere ni nada.

TALLERISTA: ¿cómo está? Sí, señor. Estamos aquí en taller de plantas medicinales. Le voy a traer una infusión y ya le cuento qué es lo que hemos hecho hasta ahora. Ya vengo.

PARTICIPANTE 3: ¿Ya almorzó?

PARTICIPANTE 5: Sí, ya.

TALLERISTA: Le cuento, así como rápidamente. Hasta ahora lo que hemos hecho es una presentación del taller. La idea es que entre nosotros construyamos un conocimiento sobre plantas que está, que sabemos que todos lo tenemos, para dejarle ese conocimiento a la comunidad. Entonces es valorar los saberes populares que todos manejamos y darles el lugar que tienen que tener dentro de la comunidad y, es decir, difundirlos y que se vuelvan otra vez a que vuelvan otra vez a nosotros, a vivirse, a traerlos al presente, o sea, recordar para vivirlo en el presente y que nos permita como resistir culturalmente, ante una industria farmacéutica que lo que en realidad está haciendo es lucrarse de nosotros y no nos está ayudando en muchas cosas. Entonces estamos otra vez recordando los saberes medicinales y vamos en que cada una reconoció cuáles eran los saberes que les habían enseñado en su infancia (...) nos contó que básicamente ella es partera, de aprendizajes que tuvo de su abuela y de su mamá, cada una también nos estaba enseñando que el hinojo, que para la diabetes, cada una de sus enfermedades, y ahorita estamos haciendo un ejercicio: Y es que aquí tenemos unas plantitas, básicamente nos tapamos los ojos por turnos. A cada una de las personas que se van tapando los ojos, le entrego un manojo de plantas. Esa persona con los ojitos cerrados va a oler, va a tocar la planta, va a sentir la planta, y va a tratar de recordar si esa textura y ese olor le recuerda algo familiar y después de que se descubra los ojos, todos hablamos sobre esa planta. Ahorita hablamos sobre la ruda. No sé si usted quiere aportar algo sobre la ruda. ¿Usted sabe para qué se usa?, ¿cómo se usa? ¿Qué nos puede contar sobre la ruda?

PARTICIPANTE 5: Que es una gran planta medicinal y sirve para muchas enfermedades.

TALLERISTA: ¿Como para cuáles?

PARTICIPANTE 5: Dicen que para el reumatismo.

PARTICIPANTE 3: La ruda, estamos hablando de la ruda.

TALLERISTA: ¿Y para el reumatismo usted sabe cómo se usa?

PARTICIPANTE 5: Se echa en agua caliente y se organiza en infusión.

TALLERISTA: ¿En infusión? ¿Y la persona con reumatismo se lo toma cada cierto tiempo?

PARTICIPANTE 5: Exacto, cada tres horas se puede tomar una cucharadita de eso.

TALLERISTA: Cada tres horas. Sí, la verdad, la ruda, hasta donde yo he leído, es una de las plantas más poderosas que hay, porque tiene su poder, así como fuertecito, cuando decían que es buena y es mala. Tiene su poder, es muy fuerte, pero también esta fuerza que tiene significa que es buenísimo

para muchas, muchas cosas. Entonces sería chévere poder seguir investigando sobre la ruda como una planta que dejemos aquí en el herbolario (...), es que la idea es dejar un arbolario dentro de la biblioteca comunitaria con muestras de plantas y con fichas que expliquen cada planta para qué sirve y cómo se toma. Eso sería como la idea, como un estante de estos de libros, pero sólo de plantas. Entonces sería chévere que pudiéramos seguir investigando sobre la ruda. ¡Bueno! ¿Quién se anima?

PARTICIPANTE 3: Sigamos en orden.

TALLERISTA: Sí, ese, ese recuerdo, ese olor, esa textura, ¿le recuerda algo?

PARTICIPANTE 2: yo no sé qué olor tendrá.

PARTICIPANTE 1: está no tiene olor.

PARTICIPANTE 3: Ah, ya, ya me acordé.

PARTICIPANTE 1: No, esta mata no la reconozco.

TALLERISTA: La soltamos un poquito acá.

PARTICIPANTE 3: Suéltela, a ver.

PARTICIPANTE 1: Ah, un sauco.

TALLERISTA: Sí, el sauco. ¿Qué nos recuerda? ¿Qué sabemos del sauco?

PARTICIPANTE 4: Que es buena para la tos.

PARTICIPANTE 4: Y también cocinarlo. Es bueno cuando tiene uno hinchados los pies.

TALLERISTA: Para la hinchazón. Entonces sería más bien cuando uno tiene problemas de circulación, porque los pies se hinchan es porque no está llegando la sangre bien.

PARTICIPANTE 3: Y es que esta matica no tiene olor.

TALLERISTA: ¿Y ustedes recuerdan haber usado sauco en su infancia?

PÚBLICO: Sí.

PARTICIPANTE 3: Y hoy en día, todavía, para los niños, para los jóvenes, para la tos.

TALLERISTA: ¿Para la tos cómo es el remedio?

PARTICIPANTE 1: Se cocina.

TALLERISTA: Se cocina todo: hojas y flor.

PARTICIPANTE 1: Solo la flor en infusión.

PARTICIPANTE 2: En agua o en leche y se tapa.

PARTICIPANTE 3: Sí, con leche también.

PARTICIPANTE 1: Y, si usted quiere, también con miel de abejas.

TALLERISTA: ¿Y se toma cuántas veces al día o es depende de la tos?

PÚBLICO: Depende de la tos.

PARTICIPANTE 1: Y depende del niño, si es pequeñito, es una cucharadita no más.

PARTICIPANTE 2: Yo sí he tomado.

PARTICIPANTE 3: Yo también, y para el chico también le he hecho.

PARTICIPANTE 2: Una vez yo vine allí arriba, al COL y había una niña, y le dije: “¿Por qué no me regala una florecita?” Y dijo: “Sí”. Y entonces esa niña por allá cogió como pudo, como pudo se estiró, cogió el palito y cogió una florecita y me las botó abajo. Yo tenía una tos, pero una tos tremenda.

TALLERISTA: Para limpiar espacios también.

PARTICIPANTE 4: También yo he oído que las siete hierbas hacer aguas para la buena suerte.

PARTICIPANTE 2: Para uno, así para bañarse también.

TALLERISTA: ¿qué conoce del saúco?

PARTICIPANTE 5: Que sirve para cuando se le hinchon las muelas, que hacerse juagatorios con esa agua.

PARTICIPANTE 4: ¿Cuándo le duele?

PARTICIPANTE 5: Si se hincha la cara, para desinflamar la cara.

TALLERISTA: Hablando de eso, yo conocí también. Yo me lo hice y me funcionó mucho para la mastitis, pero la mastitis de una gata que yo tuve, porque la gata yo entregué en adopción los gatitos y, como a los dos meses, ella seguía y seguía botando leche. Entonces esa leche se le endureció y estaba supremamente adolorida y sufriendo un montón y alguien sí me dijo: “póngale...”

PARTICIPANTE 3: Cataplasmas.

TALLERISTA: Sí, eso: “Póngale pañitos con sauco” y efectivo, de una le soltó la leche y ya ella simplemente la eliminó normalmente, pero le quitó completamente la hinchazón. Por eso creo que también, relacionado con lo que está diciendo de la hinchazón de la cara, porque lo que trabaja es la circulación, aquí estamos diciendo que funciona para pies hinchados, para cara hinchada, para la mastitis, entonces el sauco es muy bueno para la circulación de la sangre.

PARTICIPANTE 3: Hablando de experimentos en los animales, y le pasó lo mismo.

TALLERISTA: Alguien más quiere aportarle sobre el saúco o algún otro remedio.

PARTICIPANTE 4: Para prender el sauco sí es fácil: cualquier gajito prende.

TALLERISTA: Ustedes, por ejemplo, cuando van a hacer preparaciones de remedios o algo así, ¿tienen algún consejo para cortar la planta en determinada hora del día normal? Es que hay gente que dice que por la noche es mejor.

PARTICIPANTE 1: Que, en creciente, que, en menguante, pero si la enfermedad no da tregua.

PARTICIPANTE 3: Entonces toca a la hora que sea y como sea, porque verdad.

TALLERISTA: ¿algo más del sauco que usted nos quiera nos pueda aportar?

PARTICIPANTE 2: No, sumercé. Solamente para la inflamación y para la tos. Sí para baños, para uno y para los animalitos.

PARTICIPANTE 3: Ahora sí, desquítese conmigo.

TALLERISTA: ¿Qué le recuerda esa matica sintiéndola, oliéndola...? También puede arrancar un pedacito y morder, por si quiere curiosear.

PARTICIPANTE 3: Me pareció a la ruda, ¿o será que es que tengo las manos oliendo a ruda?

PARTICIPANTE 4: Coja esta y la huela.

PARTICIPANTE 3: ¿Caléndula? No, caléndula no, si las hojas son grandes.

TALLERISTA: Tiene flor. Eso sí es seguro.

PARTICIPANTE 4: No. ¿No le da un olor la florecita?

PARTICIPANTE 3: ¿Manzanilla? Manzanilla de la dulce.

PARTICIPANTE 1: ¿Esa también es de dos clases, cierto?

PARTICIPANTE 3: Sí, es de la dulce y de la amarga.

PARTICIPANTE 1: Dicen que hay manzanilla matricaria y dulce.

PARTICIPANTE 3: Sí, manzanilla hay de dos clases: dulce y amarga. Esta es de la dulce.

TALLERISTA: Bueno, ¿qué sabemos nosotros de la manzanilla?

PARTICIPANTE 1: La manzanilla también se la toman en leche para el dolor de estómago.

PARTICIPANTE 3: La amarga es la que sirve para el dolor de estómago.

PARTICIPANTE 5: Para la fiebre.

TALLERISTA: ¿Para la fiebre?

PARTICIPANTE 2: Sí, es muy buena.

PARTICIPANTE 4: ¿Para la fiebre, para quitar la fiebre?

PARTICIPANTE 5: Sí.

PARTICIPANTE 2: Para los niños pequeñitos que no duermen.

TALLERISTA: ¿Y esa se hace en infusión o se le pone pañito de agua? ¿Cómo se hace?

PARTICIPANTE 2: Yo le daba era cocinada, pero poquita, poquita, poquita. Para los bebés puede ser como tanto así para que duerman cogollitos y para que duerman, cuando en la noche no duermen. Yo les hacía así.

TALLERISTA: ¿Para el insomnio de los bebés un cogollito cocinado?

PARTICIPANTE 4: ¿Me imagino que para adultos también, ¿no?

PARTICIPANTE 2: También, también, para adultos también.

TALLERISTA: Para el insomnio.

PARTICIPANTE 4: También para...

TALLERISTA: ¿También para qué más?

PARTICIPANTE 4: Para hacer aromáticas.

TALLERISTA: ¿Para aromáticas?

PARTICIPANTE 1: Con agua de panela en leche es rica.

TALLERISTA: ¿Sí, en leche?

PARTICIPANTE 2: En leche es rica y de mucho remedio.

TALLERISTA: ¿recuerda algo más sobre la manzanilla?

PARTICIPANTE 5: Todos dicen dizque para la fiebre es muy buena.

TALLERISTA: ¿Ustedes conocen de alguna contraindicación de estas plantas que hemos...? Hasta ahora llevamos ruda, sauco y manzanilla.

PARTICIPANTE 3: De la ruda dijimos que es abortiva. Es la única contraindicación. El resto, las otras...

PARTICIPANTE 4: También no hay que hacer en exceso, porque si uno las hace sin control, son dañosas.

PARTICIPANTE 2: Controlada.

PARTICIPANTE 4: Controladamente.

TALLERISTA: Listo, ya hemos sacado hartas cosas sobre las tres plantitas.

PARTICIPANTE 3: ¿Ahora?

PARTICIPANTE 2: Pero me dicen.

PARTICIPANTE 2: Esto, ¿por cuál lado la vuelvo? Como que me suena, me suena...

PARTICIPANTE 3: ¿Le suena? Esa no habla, está facilita.

PARTICIPANTE 4: Por lo que estamos viendo.

PARTICIPANTE 2: No, hijitas, no, hierbabuena no es.

PARTICIPANTE 3: ¿No?

PARTICIPANTE 2: ¡Ay! Ayúdame, Dios mío. ¡Ay! ¿Cómo te llamas tú?

TALLERISTA: Se dio por vencida.

PARTICIPANTE 3: ¿Se dio por vencida?

PARTICIPANTE 2: Sí, señora, porque no.

PARTICIPANTE 4: Mire.

PARTICIPANTE 2: ¡Ay! Era caléndula. Es muy buena para desinflamar.

PARTICIPANTE 3: Le dije que si no sentía calorcito.

TALLERISTA: ¿La caléndula, creo que es una planta muy caliente, ¿no?

PARTICIPANTE 3: Yo le decía, por si a ver si la pescaba, ca-léndula ca-lor, pero no.

PARTICIPANTE 1: Esa, dicen que es buena para cáncer.

PARTICIPANTE 3: O para la articulación, también para desinflamar.

TALLERISTA: Para desinflamar articulaciones.

PARTICIPANTE 5: Para desinfectar las heridas y todo eso.

PARTICIPANTE 3: Para las venas y para cuando uno tiene golpes. Se hace uno baños.

TALLERISTA: Se hace baños con agua calientica.

PARTICIPANTE 3: Sí, lo más calientica que la resista uno haciendo masajes.

PARTICIPANTE 2: Cuando le sacan las muelas a uno, coger buchadas y botarlas.

TALLERISTA: Buches de agua de caléndula; antiséptico, utilizarlo como un antiséptico.

PARTICIPANTE 3: Y la flor, la sola florecita también tiene una propiedad, pero no me acuerdo para qué, porque para los baños, es toda la planta.

TALLERISTA: Pero sí he escuchado yo que la flor es muy fuerte solamente para unas cosas en específico y las hojas ya es como más, por ejemplo, para personas que tienen gastritis no es recomendable tomar infusiones de la flor, porque es muy fuerte. Eso lo he escuchado yo.

PARTICIPANTE 3: ¿O sea, es como una contraindicación?

TALLERISTA: Sí, señora.

PARTICIPANTE 2: Es muy buena para desinfectar heridas o algo así.

TALLERISTA: le toca.

PARTICIPANTE 2: Amárrenlo, amárrenlo, digo yo.

TALLERISTA: ¿Qué será que le tocó?

PARTICIPANTE 5: ¿No es ruda?

TALLERISTA: No, señor.

PARTICIPANTE 5: Salvia tampoco.

PARTICIPANTE 3: No.

TALLERISTA: ¿Nada?

PARTICIPANTE 5: No.

PARTICIPANTE 3: Se dio por vencido. Vaya suéltelo

TALLERISTA: Esa es la lavanda.

PARTICIPANTE 4: Yo estaba diciendo dizque la verbena.

TALLERISTA: ¿Si han escuchado ustedes el San Pic que dice que la lavanda? Esa es la lavanda.

PÚBLICO: No la conozco ni sé para qué sirve.

TALLERISTA: Por ejemplo, esa planta dice que es muy buena para los que sufren de depresión o de angustia. Se toman un tecito de esa lavanda y lo que hace esa la lavanda es calmarle el sistema nervioso y con eso las personas están mucho más tranquilas.

PARTICIPANTE 4: Ah, sirve para tranquilizarlo a uno.

TALLERISTA: Sí. ¿No conoce nadie la lavanda? Ninguno conoce la lavanda. Chévere, entonces, también. Después traer más información sobre la lavanda para que también apropiemos la plantica al uso nosotros. Igual la plantica también se consigue en todos los sitios donde venden hierbitas. Bueno, ¿qué les pareció esta actividad? ¿Se acordaron de que hay plantas?

PARTICIPANTE 2: Recordar es vivir.

TALLERISTA: Recordaron que hay muchas plantas que nos sirven un montón.

PARTICIPANTE 5: Las plantas son muy principales, son de mucho mérito porque la botánica es muy bonita, muy, muy extensa.

TALLERISTA: Sí, sí, señor. La idea de este ejercicio que acabo de pasar es que nosotros nos demos cuenta que si en las plantas... porque bueno, puede que sea un poquito difícil tener noción de la planta con los ojos tapados y la planta fresca, que a veces, por lo general, la planta fresca no vota tanto olor como la seca, puede que sea un poquito difícil, pero cuando todos, excepto de la lavanda que nos

dimos cuenta que no la conocíamos, es una planta para conocer, todos siempre tenían algún remedio y estos remedios estaban andando sobre la planta. Cuando yo las anotaba, me daba cuenta de que tenían muchos elementos en común. Es como, por ejemplo, el sauco, que sirve para la circulación; la ruda que es muy buena para sacar por ejemplo fríos, que le da como fuerza a la persona; la caléndula, que es antiséptica, porque limpia heridas, sella, incluso, porque también es cicatrizante. No sé si ustedes se han aplicado cremita de caléndula en alguna herida. Eso al otro día ya está cicatrizado. Son muchas cosas que nosotros sabemos.

PARTICIPANTE 3: Y para los dolores.

TALLERISTA: Que todos sabemos de plantas, entonces la idea de este ejercicio era que nos diéramos cuenta de que los poseedores de saber, y que eso significa que nosotros, ya de por sí, es muy importante para la comunidad, porque tenemos conocimiento y ese conocimiento es muy útil para la comunidad en ese sentido.

PARTICIPANTE 3: La otra que también es muy medicinal es la hierbabuena. Yo le tengo mucha fe.

TALLERISTA: Yo sí pensé traerla, pero la que me queda acá... mire, aquí hay saúco, lavanda, ruda, manzanilla y caléndula y la que me queda acá es la artemisa, no altamisa, sino artemisa. Esta dice que gusta mucho. Esta, dicen que es la planta de la mujer.

PARTICIPANTE 3: ¿Es que hay altamisa y artemisa? Esta es la artemisa, pero se parece a la altamisa.

PARTICIPANTE 5: Es más anchita.

TALLERISTA: Sí, es más anchita. Tiene unas cositas así, pero, de pronto, para la próxima semana les traigo la altamisa.

PARTICIPANTE 5: La marihuana.

TALLERISTA: La marihuana también es muy buena, por ejemplo, mi abuela se hacía masajes con aguardiente y echaba la marihuana, tapaba, como que envolvía el aguardiente y la guardaba en un lugar oscuro y como al mes lo volvía a sacar y con eso era que se frotaba las articulaciones. Ella porque sufría de artritis. Es muy caliente. Se hace para acostarse, o sea, usted se hace el masaje y de una se acuesta. Se envuelve.

PARTICIPANTE 2: A mí también me dieron ese remedio. Todavía tengo un poquito.

TALLERISTA: Entonces, bueno, ya hicimos esta labor, pero la próxima semana, la idea es traer más planticas. Estas se van a poner a secar porque van a ser como nuestro material para la última sesión, que es donde vamos a meter todas las planticas en los tarritos para dejar las muestras. Estas se van a poner a secar.

Pero ya para cerrar, que es muy cortico, la verdad, quisiera que habláramos cuáles son esas enfermedades que ustedes conocen en el territorio y qué creen que valdría la pena mirar qué remedios se pueden proponer para esas enfermedades y cómo aportarle a la comunidad, a la salud de la

comunidad, cuáles son esas enfermedades que ustedes, ya con mucha experiencia en el barrio, han dicho aquí, la gente sufre es de esto, por ejemplo, yo propondría la diabetes.

PARTICIPANTE 1: De la rodilla, la artritis.

PARTICIPANTE 3: Artritis y artrosis

TALLERISTA: Diabetes, artritis, artrosis... ¿Qué más pueden ustedes decir?

PARTICIPANTE 3: El cáncer.

PARTICIPANTE 5: El reumatismo.

PARTICIPANTE 3: El reumatismo es la misma artritis.

TALLERISTA: Dolor de espalda, sí, y ¿quién más?

PARTICIPANTE 4: Dolor de muela.

PARTICIPANTE 3: Dolor de cabeza, migraña...

PARTICIPANTE 5: Migraña o migreña.

PARTICIPANTE 3: Dolor de cintura.

TALLERISTA: Yo también propondría, por ejemplo, las enfermedades respiratorias, es a causa de las canteras, ese polvillo se va metiendo ahí en los pulmones, las enfermedades respiratorias también valdrían la pena que las miremos. Propongamos qué remedio sabemos para esas enfermedades.

PARTICIPANTE 5: La tuberculosis también es una enfermedad grave para los pulmones.

TALLERISTA: Y es común acá, tuberculosis. ¿Alguna otra enfermedad de las otras abuelitas, que ustedes dicen que es importante tratar las que la podamos tratar en esto?

PARTICIPANTE 2: La vena várice también se puede bañar con caléndula.

TALLERISTA: La vena várice.

PARTICIPANTE 4: Yo he visto mucha gente que se queja de los riñones, también de las rodillas.

TALLERISTA: Problemas de piel. ¿Han conocido problemas de piel?

PARTICIPANTE 5: Eczema.

PARTICIPANTE 2: No he visto.

TALLERISTA: ¿No? ¿Alergias?

PARTICIPANTE 3: Bueno, alergias sí.

TALLERISTA: Bueno, ¿qué digo... enfermedades de niños como sarampión, bronquitis?

PARTICIPANTE 3: En los niños la bronquitis, pero ya esas ya son pasajeras, por lo de la vacunación. La vacunación ha ayudado mucho para esas enfermedades, pero la bronquitis y porque a mi nieto le ha molestado mucho la garganta. Él se enferma mucho de la garganta.

TALLERISTA: Amigdalitis, ¿y se volvió una infección constante en el cuerpo, ¿no?

PARTICIPANTE 3: Y él cuando le da eso, le da con una fiebre y toca comprarle es antibiótico.

TALLERISTA: Entonces les voy a leer, tenemos la diabetes, artritis, artrosis, cáncer, reumatismo, que me dicen que es lo mismo que la artritis de espalda; dolor de muelas, dolor de cintura, dolor de rodillas, migraña, enfermedades respiratorias, como asma, amigdalitis, bronquitis; está la tuberculosis,

están problemas de circulación como las venas varices, problemas de riñones y el eczema, que ese sí la verdad yo no lo conozco.

PARTICIPANTE 3: Y también sinusitis.

PARTICIPANTE 2: Ese sí lo sufrí yo.

PARTICIPANTE 5: Y otro que se llama Tun Tun, un golpe en la cabeza.

PARTICIPANTE 2: Yo lo vi, pero hace años. Yo pensé que era por molestar.

PARTICIPANTE 5: Esa enfermedad da en tierra caliente más que todo. Empieza como un golpecito en la cabeza, tran tran, se llama Tun Tun, sí, anemia tropical o Tun Tun. Sí, averigüen y no es por decirles mentiras, no, así es.

TALLERISTA: Aquí podemos agrupar varias enfermedades, entonces yo lo que les propongo es lo siguiente: Los siguientes talleres que vamos a hacer el próximo sábado no nos vemos, porque todas están ocupadas en Usme, entonces nos veríamos dentro de quince días a las diez de la mañana y la idea sería que empezáramos, si quieren, con plantas. Ustedes tienen ya quince días para investigar, para ir buscando, en el libro que usted se encontró plantas para tratar enfermedades respiratorias y vamos a hablar exclusivamente de plantas de enfermedades respiratorias. Entonces vamos a hablar de plantas respiratorias. En la siguiente sección podríamos hablar por ejemplo de eso, esos dolores de muela, dolores de cintura, dolor de espalda, dolor de... Podremos hablar eso y también les propongo que también tengamos una sesión exclusiva para hablar sobre las enfermedades o el cuidado desde las plantas de la mujer en la menopausia, en la adolescencia, en el embarazo, en el periodo menstrual, que cuáles son esas plantas que sirven exclusivamente para la mujer, que son recomendadas para la mujer, no sé si les parece; y otra propuesta que les quería hacer, como cada uno tiene su experiencia individual, su recuerdo individual: ¿Qué les parece si, en el siguiente taller, hay un voluntario? Igual la idea es que haya un voluntario siempre en cada taller; no se van a esconder, de que nos traigan una plantita que sea muy sentida, muy desde su corazón, sí... yo desde que me acuerdo... yo quiero esta planta... yo le tengo mucha fe a esta planta.

PARTICIPANTE 3: ¿Cualquier planta?

TALLERISTA: La que ustedes quieran. La trae y nos hace una exposición de la planta: "Mire, esta planta tiene estas hojas así, esta planta..." O sea, lo que usted nos quiera exponer de la planta, pero que sea una planta muy de los sentires de cada uno de ustedes. ¿Qué les parece?

PARTICIPANTE 2: Perdón, sumercé, y ¿cuándo uno no tiene ninguna planta? Por ejemplo, yo que ya qué plantas, ninguna.

TALLERISTA: ¿No? ¿Ninguna ni el arrayán?

PARTICIPANTE 3: Pues el arrayán.

TALLERISTA: Ni el arrayán.

PARTICIPANTE 3: No, pero como usted tiene lo del arrayán, puede hablar del arrayán.

TALLERISTA: De su recuerdo, una planta que usted diga, así no la tenga ahorita, sino que usted dice: “Hace mucho tiempo yo estaba con el arrayán y yo la quiero tanto y le tengo tanta fe...” Pues nos cuenta sobre el arrayán. Entonces, ¿quién va a ser la voluntaria o el voluntario para la próxima?

PARTICIPANTE 3: ¿Para traer la planta una no más o todas?

TALLERISTA: Una no más.

PARTICIPANTE 3: Bueno, entonces yo traigo la hierbabuena que era lo que no había, para dentro de quince días.

PÚBLICO: Nosotros no.

PARTICIPANTE 3: Entonces para dentro de quince días traer la hierbabuena.

TALLERISTA: Entonces dentro de quince días nos va a hacer una exposición sobre la hierbabuena y nos va a contar todas sus vivencias alrededor de la hierbabuena, por qué la quiere tanto, la hierbabuena. Y también van ustedes en estos quince días a investigar con vecinos, en la biblioteca o donde ustedes quieran y crean que está el conocimiento sobre remedios con plantas para enfermedades respiratorias: asma, bronquitis, sinusitis, tos, flemas, mocos. Bueno, ustedes conocen. Si les parece, listo entonces por este tallercito.

PÚBLICO: Gracias.

PARTICIPANTE 3: Entonces dentro de quince días.

TALLERISTA: A las diez de la mañana.

Anexo G. Transcripción Taller No. 2

(...)

TALLERISTA: Pero su merced más o menos tiene idea cómo de qué consiste el taller, entonces también le comento todo muy rápidamente: en qué consiste el taller. La idea es que nosotros hagamos una especie de rescate de saberes populares sobre plantas medicinales que nosotros podamos después organizar de tal manera que aquí, en este espacio que ustedes están viendo que se llama la Biblioteca Comunitaria del Centro Social Libertatia, hagamos una especie de herbario con todas las plantas que nosotros vamos reconociendo y con su explicación, del para qué sirve y cómo se toma, con eso si usted dice “Bueno, yo me siento malito de la rodilla, me siento malito de los pies”, pueda venir aquí al herbolario a buscar, según las enfermedades, el dolor y la planta. Y usted ya sabe que esa planta específica que usted está viendo ahí, esa es la que le sirve para aliviar el dolor. En el taller pasado muy rápidamente nosotros hicimos una experiencia sensorial en donde tocamos y oímos unas plantas intentando reconocer y recordar a qué parte de historia llevaba, si nos traía algún recuerdo, otras que no las conocíamos. Estuvo chévere porque había plantas que nuestra historia nada que ver como [también] había otras que eran muy sentidas y que...El sábado pasado hablamos sobre las enfermedades más comunes y su territorio, también mencionaba sobre la sinusitis, el asma, la tos... mencionando los dolores de rodilla, los dolores de cabeza; mencionaba la viruela, la diabetes, la mala articulación... un montón de cosas. Hablamos de muchas enfermedades y lo que hicimos fue empezar a dividir: hablemos de plantas de acuerdo a ciertas enfermedades. El día de hoy son enfermedades respiratorias. El objetivo del taller es hablar de las enfermedades respiratorias y las plantas. No sé si tenga alguna duda, alguna particularidad, algún interés...

PARTICIPANTE 7: Se ve que por lo menos las plantas medicinales tienen mucho poder curativo, también por la vecina, que ella usa mucho las plantas para aliviar dolores. El objetivo es aprender y después compartir conocimientos.

TALLERISTA: ¡Claro! Eso es lo importante del taller, de hecho, eso es muy curioso, porque usted dice que vienen a aprender, pero ya saben esas cosas. Lo que necesitan es recordarlo para reutilizarlo. Lo que estaba diciendo nos lleva a hacer una reflexión: yo había dejado esta reflexión para más minutos, pero la podemos hacer cortica para que participemos todos. Quería preguntarles a ustedes, que me dieran su opinión: ¿Ustedes creen que esos talleres de plantas medicinales son importantes para la comunidad?

Público: Claro. Es muy importante.

TALLERISTA: ¿En qué sentido se puede beneficiar la comunidad de todos los saberes que nosotros les entregamos a ellos de esos saberes sobre plantas medicinales?

PARTICIPANTE 1: Es importante porque eso ya se ha perdido mucho. La tradición de las plantas medicinales y, al volver otra vez, como a revivir eso es muy importante y a la vez bonito.

PARTICIPANTE 7: Yo creo que es muy importante el tema de las plantas medicinales. Es que todo es natural. Por lo menos una persona puede tomar una infusión de dicha agua como la caléndula y no le va a afectar el funcionamiento para nada. Que está tomando, un ejemplo, medicamentos para x enfermedad, no le va a afectar para nada. Todo natural es económico y no va a traer consecuencias, porque, por ejemplo, yo nunca he escuchado que no tomó planta romera porque voy a perder el apetito. Nunca he escuchado eso antes; al contrario, las plantas uno las consume de diferentes formas y esto atrae cualquier cantidad de beneficios; o sea son más las ventajas. Yo creo que de 100%, 99% son ventajas y el 1% restante es desventajas.

PARTICIPANTE 4: Las desventajas son que hay que tomarlas también a su medida. Si usted se excede, ya afectaría en alguna parte de su cuerpo.

PARTICIPANTE 7: Es cierto. Como nos decía el profesor, todas las cosas son buenas, pero no en exceso. Eso nos decía la vez pasada la profesora que, si a mí me prohíben tal cosa, no es que uno no lo puede hacer, es hacerlo en menos ocasiones y todo más reducidamente, es decir a su medida.

PARTICIPANTE 3: Creo que también ese taller es muy importante por volver otra vez a recordar las enseñanzas de nuestros abuelos, de nuestros padres. Es una experiencia muy bonita, ya sea para nuestra familia, para nuestros amigos y amigas. Es una ayuda que vamos a tener para ellos también.

PARTICIPANTE 6: Sería bueno retomar esas costumbres para no tomar tanta medicina tradicional y sintética, que es mucho el daño que causa. Más es lo que uno se enferma tomando eso, que lo que alivia eso.

TALLERISTA: Yo les hago una pregunta: ¿Ustedes antes de venir a este taller, ustedes utilizan sus plantas para aliviarse y curarse o habían dejado relegado esos saberes dedicados a la medicina digamos a tomar pastillas

PARTICIPANTE 6: Dejado de tomar hierbas por tomar pastillas. Digamos que me parecía más fácil porque no es sino con una Pepa y se la toma con agua y ya.

PARTICIPANTE 3: Yo las utilizo para algún dolor de estómago, algún malestar que sienta uno, pero el resto no.

TALLERISTA: Y, usted, sumercé

PARTICIPANTE 4: Sí, yo también. Yo compro el paquetico de hierbas para tomar aromática en la casa.

TALLERISTA: ¿Sí es bien juiciosa con eso?

PARTICIPANTE 4: Sí, yo tomo eso más que el tinto.

TALLERISTA: Las cosas que decíamos en el taller pasado, que las plantas medicinales más que curarnos nos ayudan es a prevenir, que, si uno mantiene un ritmo de estar en contacto con la planta, de estar en contacto con lo natural, uno va enseñando en su cuerpo cómo evitar esos males que tanto vienen. Como por ejemplo, hay gente que ya llega a cierta edad y la mandan al médico y el médico le manda un montón de pastillas para controlar el colesterol y sería mucho más sencillo si la gente

tuviera un hábito de, por lo menos una vez al día, tomarse un tecito de berenjena: es muy buena para bajar el colesterol, o no sé si ustedes conocen la alcachofa; un tecito todos los días: el colesterol se lo controla y no tiene necesidad de tomarse las pastillas que lo que decía también si se toma la pastilla, entonces, me está afectando la tensión y si me afecta la tensión, entonces me está dando insomnio, entonces, me enfermo.

PARTICIPANTE 7: Perdón interrumpo. Por ejemplo, el tomate de guiso es súper bueno. ¿Sabes para qué? Para la tensión arterial. Lo único que hay que hacer escoger dos tomatitos, se licuan y se lo toma y ayuda a controlar la presión arterial; y, eso si no, la sana, pero si la ayuda a controlar. Toca estilo noveno: nueve días totalmente en ayunas y después de los nueve días, descansa una semanita y vuelve con el tratamiento. Yo lo digo porque mi papá sufre de la tensión y se le sube muy poquito, pero, inclusive, la profesora nos dijo: “ojo, abuelitos, porque ustedes a esa edad, una tensión de 160 es de tener mucho cuidado y estar pendiente; para estar normal, es de 120; ya de 130 es aceptable y 138 está dentro de lo aceptable dependiendo de la persona, si hace o no hace ejercicio, y también de la alimentación. Pero ya cuando empieza de 140 arriba, ahí sí es preocupante y hay que ponerle mucha atención. Y, después de 170 ahí el próximo caso es la trombosis:

TALLERISTA: Yo agregaría la pregunta de si los saberes son importantes para la comunidad. Yo agregaría que sí, básicamente, porque este territorio se divide en muchas condiciones de desigualdad e injusticia muy fuertes en el sistema de salud cada uno ha tenido experiencia con el SISBÉN o, ya sea EPS. Cada uno sabe lo terrible que le ha tocado y creo que, en vista de las circunstancias que estamos viviendo, agarrarnos de los saberes populares para mejorar nuestras condiciones de vida, es complicado

PARTICIPANTE 6: Es que los temas de la salud esta tenaz.

TALLERISTA: Sí, señora. “Está tenaz”, como dice usted. Este taller no solamente se trata de: “estas son las plantas y así se usan” sino este taller se trata de que nos demos cuenta de que nosotros también sabemos de medicina y somos sanadores. No solamente la persona que tiene una bata y fue a la universidad es la única y exclusiva persona en todo el mundo que nos puede sanar a partir de pastillas ¿Por qué? ¿Entonces cómo hacían nuestros ancestros? ¿Cómo ellos se curaban si no podían ir a un médico? Nosotros no dependemos exclusivamente de esa figura. Ojo, no estoy rechazando, porque también entiendo que una persona de esas se dedicó a estudiar, pero nosotros no podemos depender exclusivamente de ellos y no estamos completamente desamparados, porque nuestra memoria y en nuestras historias de vida están un montón de herramientas que nos son útiles. Lo que pasa es que fuimos enseñados a las cosas más fáciles. Es más fácil destapar una pastilla o destapar una ampolla y aplicarse una inyección, que sentarse hacer una preparación de tintura, de cremas, de las plantitas.

PARTICIPANTE 6: Los indígenas, ¿con qué se curan los indígenas?

TALLERISTA: Efectivamente con plantas. Obviamente ellos tienen un sistema de salud con médicos; por ejemplo, en el Cauca, sé y conozco el sistema de salud de ellos, pero es muy curioso, porque ellos

tienen médicos indígenas preparados en universidades occidentales, pero los medicamentos que ellos les entregan a sus pacientes son tinturas de plantas, extractos de plantas, etc. O sea, ellos mismos prepararan la planta naturalmente, y se la entregan a los pacientes que es cómo, digamos algo mucho más respetuoso que cuando a usted, le entregan digamos una pastilla que usted no tiene ni idea qué es, pero por lo menos si usted ve

PARTICIPANTE 6: Tiene, tome. Bueno, tengo colesterol, tengo la tensión alta, tengo, tome esta pasta se la toma y ya.

TALLERISTA: Y ya, y ya, pero usted no sabe, por lo menos usted lee la etiqueta y dice: Esto es de cebolla, esto es de alcachofa, la relaciona y dice: Yo sé que es esto

PARTICIPANTE 3: Ahora, hoy en día, los medicamentos no le colocan para qué sirve. Antes sí llegaba uno y compraba un medicamento y le decía para qué sirve; ahora no dice nada, solamente las indicaciones.

TALLERISTA: Y también hablando de los medicamentos, esta semana salió la noticia de que ya están en curso una ley en el congreso para eliminar los medicamentos genéricos. Si de por sí los genéricos es a veces es difícil conseguirlos, pero, son genéricos y uno dice los puedo adquirir ¿cómo será cuando ya no tengamos ningún tipo de genéricos, sino que toque pagar directamente a la empresa privada? La medicina

PARTICIPANTE 6: Y ya vamos para allá.

TALLERISTA: Vamos para allá, entonces qué hacemos, si vamos para allá, pero vamos agarrados a muchos saberes que podemos volver a retomar y fortalecer. Yo agregaría eso. Es supremamente importante para la comunidad saber estos saberes, porque también es una forma de resistir todos los días de la vida ante las durezas del territorio. Ahora sí sobre las plantas respiratorias, no importa si no tienen tareíta sobre enfermedades respiratoria, tranquilas, la idea es que dialoguemos un montón y descubramos entre todos, cuáles son esas plantas respiratorias qué les recomendamos nosotras como participantes de este taller a la comunidad para que trate sus enfermedades respiratorias y sí quiero hacer una aclaración: Me interesa que seamos muy juiciosas, porque es responsabilidad de nosotros la información que le pongamos a cada una de las plantas. Si nosotros ponemos una información que no es cierta, quizás podamos generar algún daño a alguna persona. Retomemos las enfermedades respiratorias. Habíamos dicho que era el asma, que era la sinusitis, la gripa también, la bronquitis, la amigdalitis, tos, ronquera. Tenemos un montón para hablar. Entonces, para el asma, ¿qué plantas ustedes conocen o recuerdan que se use para el asma?

PARTICIPANTE 3: Yo encontré aquí unas, como por ejemplo el eucalipto, la hierbabuena, la menta, el orégano, el achiote, el noni, poleo, el col, la hiedra terrestre, el carretón, jengibre, algarrobo, alhucema y, en frutas, la mandarina, el mango, la lima, el limón y la leche de coco.

TALLERISTA: Yo le hago una pregunta: Usted, cuando estaba más joven o digamos cuando usted

estaba con sus hijos, cuando ellos estaban enfermitos de mucha tos, ¿Usted les hacía algún remedio o a usted le hacían algún remedio? ¿Qué remedio les hacía usted?

PARTICIPANTE 3: Que yo me acuerde, mi mamá me hacía lo que era el poleo con las flores de sauco y leche.

TALLERISTA: Perdón, yo le pregunto ¿Y cómo era ese proceso?

PARTICIPANTE 3: Se hacía una infusión con el saúco y las flores en la leche.

TALLERISTA: ¿Y cómo le iba con ese remedio?

PARTICIPANTE 3: Bien, me iba bien.

TALLERISTA: Y le quitaba la tos, ¿qué más?

PARTICIPANTE 3: Y con mis hijos experimenté hervir la leche y, en la leche, echarle una gelatina de pata y dos mentas; y se pone a hervir eso y se lo toma uno lo más calientico que pueda.

TALLERISTA: Lo he hecho y es muy bueno y es muy rico, de hecho. Y, también para la tos. Yo lo hice para la tos

PARTICIPANTE 3: Y también hacía otro que era poner a derretir panela con mantequilla y, cuando ya se retira, echarle unas gotitas de limón.

TALLERISTA: ¿Y eso queda como una especie de jarabito?

PARTICIPANTE 3: Sí, como especie de jarabito. Y esos son los que yo he experimentado para la tos y me han servido a mí y a mis hijos.

TALLERISTA: ¿Y de los que usted trajo? ¿Conoce algún remedio?

PARTICIPANTE 3: Pues el eucalipto también con leche. Lo mismo: se pone a hervir la leche y se le echa al eucalipto.

TALLERISTA: Sí, lo importante es que nosotros también debemos hacer como mucho énfasis en lo que nosotros conocemos y emplearlo en nuestros cuerpos, porque uno ya sabe qué alcances tiene, ya que es mejor lo que uno ya sabe. De todas maneras, esta información que su merced trajo la podemos organizar para dejarlo como un refuerzo de la conexión en un librito pequeñito y lo podemos dejar ahí. Esta información, si quiere, ahorita me la pasa y yo la sistematizo después. No sé quién más tiene datos que aportar.

PARTICIPANTE 6: Cuando mi hija estaba pequeñita, le dio bronconeumonía y yo le di el cristal de la sábila con miel de abeja y con eso le quité la enfermedad y no le volvió a dar. Se la di por cucharadas y la penca de la sábila la calentaba y se la colocaba en la espalda o en el pecho y con eso le quitaba eso.

TALLERISTA: ¿La penca de la sábila recoge como el frío?

PARTICIPANTE 6: Sí, y lo mismo la hoja de tabaco. También se pica y se calienta y se coloca en la espalda para que ella recoja el frío de los pulmones y el cuerpo; y para la tos, les daba la naranja. El jugo de naranja con menta y con miel de abeja. Y eso les quitaba la tos; lo mismo el “tote”, el cual es una flor blanca que parece como estrellita.

TALLERISTA: Y, ¿Ese se da aquí? Porque como es el resultado, el producto que vamos a mostrar colocar maticas en unos tarritos. Entonces, Podemos hacer el último taller: ir a recoger todas las plantas entre todos. Entonces, ¿cómo es?

PARTICIPANTE 6: El tote, la mora silvestre, También le echábamos una matica que se llamaba “la vinagrera”, también es muy buena porque es como vinagre y ayuda para la tos, para que saque todas las flemas y las impurezas de la garganta.

Tallerista: Permítanme un segundo. Les voy a ir a traer la infusión mientras que ustedes traen más recuerdos a la cabeza.

Público: Sí, señora.

PARTICIPANTE 7: La mantequilla y la panela son muy buenas, porque yo recuerdo que, cuando trabajamos con pinturas, para proteger los pulmones, el profesor nos ponía a comer panela para darnos energía y la mantequilla nos la aplicábamos en el pecho como una especie de capa protectora para retener la pintura en la piel. Cuando terminábamos las prácticas con la pintura, él nos hacía poner ropa deportiva para trotar y sudar y, así, eliminar los contaminantes en la piel. Entonces, se come primero el pedacito de panela, después, se come el pedacito de mantequilla, hace su práctica. El profe, usted sabe qué también la pistola, cuando uno está pintado con pistola, el babo, por más de que uno use la careta, hay algo que siempre se filtra; eso es cómo el agua, el agua por dónde meterse, entonces, nos comíamos la panela primero y enseguida la mantequilla; hacíamos la práctica y bueno, acabábamos ya la práctica, entonces lavábamos la herramienta utilizada y después, el objetivo era que la mantequilla se adhiriera aquí, cómo una especie de capa protectora de los pulmones después eso no quedara en los pulmones sino cuando fuera a eructar ya cuando fuera a entregar todo, ya organizado y todo, tenis, pantaloneta y camiseta; y nos íbamos a correr, lógicamente con un ejercicio y la idea cual era profe, sudar lo que más pudiera, con eso, todo ese vaho, todo esa mantequilla, saliera y ahí. Entonces, sacábamos la mantequilla, sacábamos el polvo, y el químico de la pintura. Y permanecíamos con nuestros pulmones bien.

TALLERISTA: Recomendado para personas que trabajen con pintura, porque en este sector hay muchas personas que trabajan con la pintura. Por ejemplo, que pintan carros, que pintan muebles y demás objetos.

PARTICIPANTE 7: Algo que también es medicinal es la papa, para la gente que trabaja con soldadura.

PARTICIPANTE 4: Perdone que lo interrumpa, ¿la papa blanca?

PARTICIPANTE 7: Es más: hay veces ellos están soldando sin careta y eso les afecta los ojos y cuando ellos terminan de soldar, tienen todo el rostro rojo y el remedio ideal es sacar rodajas de la papa y se la pone en los ojos y todo ese calor que tiene la cara, queda en los ojos.

PARTICIPANTE 1: Es buena para la úlcera: toma uno el jugo licuado.

TALLERISTA: Recomendada la papa para los soldados. Bueno. Aquí retomo muy rápidamente, para (...), que acabaron de llegar, les cuento que ya hicimos una charla: la introducción en el taller el día de hoy. Vamos a hablar sobre enfermedades respiratorias y plantas medicinales y las enfermedades respiratorias que están ocurriendo en el territorio por situaciones de la cantera que está produciendo asma en los niños, por los carros y casos en los que están ocurriendo en el territorio y qué plantas medicinales les recomendamos para estas enfermedades, sobre todo, esas plantas medicinales que hayamos usado en nuestra vida con nuestros hijos y familiares; o sea, que nosotros tengamos una experiencia y podamos decir si funciona y es dar testimonio de que en realidad estas plantas funcionen. Entonces estábamos recordando que está el tote con mora y vinagrera para la tos; está el polio y el sauco en una infusión de leche; está la gelatina de pata más leche más mentas, buena para la tos, y está el jarabito que se hace con panela, mantequilla y gotitas de limón; el eucalipto infundido en leche para la neumonía; cristal de sábila más miel de abeja calientico, o sino, también poner la penca de sábila caliente en el pecho, en la espalda de la persona y eso recoge el frío; naranja menta y miel de abeja también como un jarabito que sirve para la tos y entra el pedacito de panela más el pedacito de mantequilla para proteger los pulmones y el tomillo más leche para la tos.

PARTICIPANTE 6: Y eso también sirve para cuando los niños tenían viruela, tomaban eso y les brota más rápido.

TALLERISTA: ¿El tomillo y la leche?

PARTICIPANTE 6: El sarampión.

PARTICIPANTE 3: Lo que mi mamá también me comentaba que era bueno para la tos ferina es la leche de la cabra negra.

TALLERISTA: ¿Y eso cómo? ¿Se calentaba esa leche y se toma un vasadito?

PARTICIPANTE 3: No, así, recién salida.

Participante 6: Eso, se ordeñaba

TALLERISTA. ¿Ustedes saben por qué cabra negra?

PARTICIPANTE 6: Porque es más caliente, sea de vaca negra o de cabra negra, la leche es más caliente.

PARTICIPANTE 7: El cuero de los animales tiene casi el mismo efecto en los colores. Por ejemplo, el color oscuro atrae, retiene el calor, y el blanco todo lo refleja, por eso es por lo que dicen que la leche de la cabra negra o de la vaca negra es mucho mejor.

PARTICIPANTE 3: Por ejemplo, cuando mi hijo mayor, porque yo no le pude dar a él leche materna, mi esposo llegó y escogió una vaca negra, entonces él dijo: “Como usted no le puede dar leche al niño, vamos a escoger una vaca sólo para él”. Teníamos una ollita especialmente para eso, para dársela al niño, y con esa leche, yo críe mi niño.

PARTICIPANTE 6: Es lo mismo que cuando un niño se huela por un muerto: se le da una dieta de nueve días con ruda y la leche de vaca negra. Es como también cuando las mujeres tienen mucho frío

en la matriz: se toma la ruda con leche. Eso se calienta con huevo picado y es muy bueno para la matriz.

TALLERISTA: Hemos hablado mucho de plantas para la tos, pero no hemos hablado para la bronquitis, para la amigdalitis... Por ejemplo, amigdalitis crónicas. ¿Qué conocen ustedes o qué han usado ustedes para la amigdalitis?

PARTICIPANTE 1: Yo tengo el romero.

TALLERISTA: ¿El romero, para qué se usa?

PARTICIPANTE 1: Es un tonificante y ayuda a relajar los músculos y, en caso de la respiración, también. El jengibre, la amapola para la tos seca.

PARTICIPANTE 1: ¿Qué será la lavanda?

TALLERISTA: La lavanda es una que trajimos la vez pasada con florecitas moradas.

PARTICIPANTE 1: Alivia la congestión nasal.

PARTICIPANTE 6: La marihuana también es buena. Pero tomándola, no fumándola.

TALLERISTA: Mi abuela lo que hacía era que en aguardiente ponía hojas de marihuana cuando tenía algún dolor muscular, más que todo muscular. Se hacía masajes con las hojas y de inmediato se cubría, debido a que se pone muy caliente; se cubre y a dormir con eso.

PARTICIPANTE 3: Yo le quería hacer una pregunta: Tengo más o menos idea de eso, que el agua calentita con sal también relaja; entonces, quisiera preguntarle: ¿Sí es verdad?

TALLERISTA: En las naturistas venden una cosa que se llama “sal marina”, que la libra vale como \$1.200, pero esta no es de consumo humano, no es para comer: se lo echa al agua con un poquito de bicarbonato y esto también le ayuda un montón a relajar los pies. Esa sal también es muy buena para baños; que ustedes se refrieguen todo el cuerpo con esta sal también es excelente. Hasta dice que tiene propiedades energéticas y que limpia toda la mala energía.

PARTICIPANTE 6: Es como el bicarbonato para uno bañarse la boca; se le blanquean los dientes.

PARTICIPANTE 7: Lo que pasa es que el bicarbonato es bueno, pero hay que saberlo usar, porque si se usa en exceso, deteriora mucho el diente; también daña el esmalte o el brillo natural de los dientes.

PARTICIPANTE 3: Porque el bicarbonato tiene mucho químico.

PARTICIPANTE 7: Es bueno, pero no mucho, no siempre. Porque sí, limpia, pero internamente, deteriora mucho el diente; daña el esmalte

PARTICIPANTE 1: Porque es que el bicarbonato tenía mucho químico

PARTICIPANTE 7: Es bueno, pero, muy esporádicamente

PARTICIPANTE 6: Es como el bicarbonato con agua caliente; les infla la barriga en par patadas.

PARTICIPANTE 3: También es bueno para cuando los granos están duros para cocinar, se les agrega un poquito, y los ablanda

PARTICIPANTE 6: Para que las verduras no se pongan amarillas, coloca un poquito de bicarbonato y permanecen verdes

PARTICIPANTE 7: El sauco, también. También es bueno para las picaduras de hormiga, una vez en Melgar, unos compañeros hinchados y parecían una mazorca, y entonces una monjita cogía hojas de sauco, se hervía el agua y se metía la parte afectada ahí, y es súper efectivo

TALLERISTA. Entonces, tenemos más o menos como quince remedios para la tos. No sé si en este momento quieran agregar alguno. Igual yo lo que les digo: hoy el taller hay que hacerlo un poquito más cortico (...). La idea es que siempre estemos todos en el espacio, porque todos son valiosos para este taller. Con lo que trabajamos hoy más, me quiere regalar su tarea, yo sistematizo esta información para que al final, cuando vayamos a organizar las plantitas y, por último, nos queda una exposición sobre su planta más querida. La idea en cada uno de los talleres es que un participante nos haga una exposición. No tiene que ser tan extrema, no tienen que ir a internet, no tienen que ir a una biblioteca, sino lo que ustedes conocen. ¿Cuál es la planta que ustedes más quieren, más fe le tienen, más les gusta? Hoy nos va a presentar la hierbabuena y, como esto es tan voluntario, me gustaría saber, en el siguiente taller, dos personas que quieran hablar.

PARTICIPANTE 6: Yo quiero hablar de la sábila y de la ruda.

TALLERISTA: Quiere hablar de la ruda y de la sábila, entonces yo la anoto acá, entonces. Una exposición de diez minutos que diga: ¿por qué le gusta esa planta?

PARTICIPANTE 4: Yo, también el apio

TALLERISTA: Entonces para la próxima exposición vamos a hablar del apio, de la sábila y de la ruda. Y también quiero anexar que en el próximo taller vamos a hablar de dolores.

PARTICIPANTE 3: La exposición de lectura porque la planta no la pude traer, porque no supe dónde tenía la planta. La hierbabuena es originaria de Europa, África y Asia, y procede de la hibridación de dos mentas: la negra y la blanca. Tiene propiedades terapéuticas; es una planta aromática en infusión; favorece las digestiones lentas, las inflamaciones del hígado y de la vesícula; para los gases intestinales; alivia mareo, cólicos estomacales; alivia el acné; para el dolor de muelas, de garganta; dismenorrea o menstruación dolorosa y también es útil como calmante de calambres musculares.

Sus beneficios: posee grandes beneficios a nivel digestivo, respiratorio, reumatológico, nervioso y, también en infusión, sirve para desórdenes digestivos como acidez y dolor estomacal, diarrea, bilis, gastritis, estreñimiento, infección intestinal. Hecha en té, tiene propiedades antimicrobianas, o sea, para cuando uno está con lombrices, y antiinflamatorias; y ayuda a aliviar problemas como el dolor de garganta, como la congestión de la sinusitis. Sirve para infecciones respiratorias por contener mentol; es ideal para los tratamientos de las vías respiratorias como expectorantes y, para el asma, en infusión, mezclar hierbabuena con manzanilla en iguales cantidades; como anestésico; las hojas y el tallo para tratamientos de reumatismo, inclusive, dolores de muelas. También como analgésico en dolores de muelas y de cabeza: se coloca como una cataplasma en un algodón, bien sea en la muela o en la cabeza. Y para la preparación de la infusión, se cogen 30 gramos de las hojas y el tallo y se ponen a hervir por diez minutos, se deja reposar por cinco minutos y, después, tomar tres veces al día. Se

emplea también con la verbena y la manzanilla y el tilo para cuando uno tiene mucho estrés; en infusión con tomillo y flores de malva para el dolor de garganta; también en baños, combinándolos con hojas de alcachofa, flores y raíces de malva, manzanilla, verbena y flores de salvia para los granos; externamente se emplea el zumo con sal y limón untado sobre las encías para la gingivitis; se utiliza con hierbabuena, manzanilla y perejil preparada en dos litros de agua para la menstruación dolorosa y en recetas caseras, preparada contra el insomnio y contra los parásitos. Esta también es en infusión: recogen cinco o seis hojitas y, en medio litro de agua, se ponen a hervir y también tres veces al día. Las partes que más utilizan de ella son sus hojitas tiernas y en algunas el tallo. También tengo las contraindicaciones.

TALLERISTA: Importante que nosotros siempre tengamos las contraindicaciones de cada planta para saber los usos indebidos para, justamente “no excedernos y provocar más males”.

PARTICIPANTE 3: Al no estar constatada como una planta perjudicial, el uso inapropiado de sus aceites esenciales sí puede resultar dañino para el organismo, puesto que puede presentar pasmos de la glotis e irritación de la mucosa y, en dosis altas, incluso hasta la muerte. También puede causar dolor intestinal. El té de hierbabuena se puede utilizar con precaución en las personas jóvenes. Pueden atragantarse por el mentol que esto trae y puede ser perjudicial. El té de hierbabuena en cantidades grandes puede en las mujeres embarazadas y sirve como repelente de los mosquitos

TALLERISTA: ¿usted por qué quiere tanto la hierbabuena?

PARTICIPANTE 3: La quiero mucho, porque ella, cuando yo me siento mal, hago agüitas aromáticas y me pasa el malestar. Es mi planta favorita, inclusive hace quince días le comenté el menjurje que le hice a la ternera. A esa también le eché hierbabuena. Es la que más trabajo aparte del limón, porque al limón también le tengo mucha fe.

TALLERISTA: si quiere arrancar de una vez, mientras que yo voy cerrando el taller. Nos vemos el próximo sábado. ¿Les queda bien?

Público: Sí, sí, sí.

TALLERISTA. Lo que les estaba contando, la próxima semana vamos a hablar de dolores generales (...). Y la idea, después, yo les iré comentando, es que nos reunamos para hacer una jornada de trabajo bien bonita para empezar a organizar las planticas en unos tarritos de vidrio, escribir tarjetitas explicando las planticas y, no sé, de pronto podríamos hacer esa jornadas en dos talleres. Ir a recoger plantas o, por lo menos, ir a comprar algunas plantitas y la otra podría ser sentarnos aquí con todos los materiales y dejarlos bien bonitos para la biblioteca, porque después yo me sentaré a hacer una sistematización de la información para poder hacer el lanzamiento de la colección de la biblioteca. La idea es que vengan unas personas a tomarles unas fotos a ustedes mientras están trabajando conmigo para poder hacer una especie de galería dentro del centro social, para cuando la gente entre, pueda ver las fotos y empiece a escucharlos a ustedes, porque como yo los estoy

grabando, entonces voy a sacar algunas frases para que los puedan escuchar. Eso es lo que yo me imagino para presentar la colección y que quede bien linda.

PARTICIPANTE 7: Lo que quiere decir es hacer una exposición con audio

TALLERISTA: retomando un poco lo que dijo una vez que le iban a vender una planta, que ella estaba segura de que no era la idea poner esas plantas secas en un frasquito, es que la gente las conozca y, cuando vaya a ir a conseguirla, no se deje meter gato por liebre, porque ya sabe que esa es la planta. Visualmente identifica la planta y, con las fichas, identifica la información. Montarlo en un estante bien bonito; los frasquitos bien arregladitos y el lanzamiento que se demoraría un poquito, mientras que yo sistematizo la información. La idea sería eso, una especie de museo, gente que vaya entrando, los vaya viendo a ustedes en las fotografías que van a quedar y el audio de lo que ustedes hablan en estos talleres para que la gente también vaya reconociéndolos.

PARTICIPANTE 7: Sería bueno que, así como en los museos que uno ve que tienen sus cuadros, vienen marcados y abajo, la información, nosotros también hacer esto y hacer la misma idea del jardín botánico y preservar la exposición de plantas.

TALLERISTA: Yo había pensado lo de los tarritos, pero me parece muy buena su sugerencia de enmarcar las plantas y ponerlas en un libro, bien puestecitas, con tallo y hojas para que se vean bien. Entonces yo me comprometo a mirar las formas de preservar las plantas para archivo. Nos vemos entonces el próximo sábado a las 10:00 de la mañana. Los esperamos con otra infusión. ¿Cómo les pareció la infusión de hoy?

Público: Deliciosa.

TALLERISTA: Muchísimas gracias a todos por venir. Me alegra que les haya gustado.

Anexo H. Transcripción Taller No. 3

(...)

TALLERISTA. Bueno, entonces aquí como para hacer una introducción al taller de hoy, recordarles un poquito, lo que hemos estado haciendo y que Invitada también como que se entere, pues hemos estado, eso, como reconociendo que en nosotras hay unos conocimientos, hay unos saberes y estamos es trayéndolos a este presente para que nos ayude como a resistir en este territorio ante tantas cosas que vivimos, entre esos las que hemos descubierto que son como urgentes atender, es precisamente la salud de las personas que viven acá, y ante un sistema de salud que ya hemos hablado un montón sobre el de lo pésimo y de lo malo que es, entonces creemos conveniente que es recordar esos saberes populares sobre como nuestros ancestros y nuestros abuelos y nuestros padres se cuidaban y mantenían su salud, esos saberes populares se hacen en este momento, entonces como que recordar esas cosas es fundamental, esa labor es fundamental y porque nos parece importante dejárselo a la comunidad, no es solamente dejarlos para la comunidad sino también para nosotros mismos, entonces más adelante yo les cuento de lo que estuve investigando de la propuesta de don Alejandro de dejar las planticas así, no en tarritos como yo les había dicho, sino ya en láminas ya bien armadas, ahorita les cuento bien como sería la idea, para que pensemos cómo lo vamos a hacer, si eso nos requiere dos talleres adicionales, entonces hasta ahora lo que hemos hecho es: Primero hicimos, el primer taller fue como una especie de exploración, de con los ojos vendaditos, de trabajamos con plantas, entonces algunas recordaban en su infancia algunas plantas a que las remitían, a través del aroma, a través del tacto, algunas comieron incluso pedacitos de hojas también, bueno, y ya después de eso descubrimos que hay unas enfermedades que son muy comunes en el territorio ya sea por las canteras, ya sea por el trabajo que la gente tiene que vivir toso los días ya sea por, pues por muchas cosas pero son enfermedades comunes al territorio y las dividimos en diferentes sesiones, ya hicimos una sesión de enfermedades respiratorias, que es pues algo que se repite mucho acá, todo el mundo está enfermo o de asma, o de bronquitis, o de sinusitis, y entonces ya este taller es sobre EL DOLOR, entonces son todos esos dolores que tenemos en el cuerpo que son los dolores de rodilla, los dolores de muela, los dolores de espalda, el siguiente taller, la idea sería hablar sobre plantas para la mujer, cuáles son esas plantas que nosotros usamos para cuidarnos en la adolescencia, en el ciclo menstrual, en la menopausia, entonces la idea es en el próximo taller es pues hacer un taller con más señoras de plantas para la mujer, pues porque es también muy importante el auto cuidado y más con lo natural, con las planticas que nos ayudan tanto y pues además que nosotras ya por el hecho de ser mujer tenemos una relación muy bonita con las plantas, entonces como que hacer esas sesiones sería bien bonito (...)

Invitada: ¿Son plantas qué?

TALLERISTA: Del afecto, las plantas que ellas más quieren. Entonces, nos hacen una exposición sobre la planta y nos cuentan porqué, es que la quieren. Entonces, eso es cómo hasta ahora lo que hemos hecho.

PARTICIPANTE 3: Referente a lo de, hacer las plantitas que no sé si van a hacer en tarrito, Alejandro me dijo que, cuando se fuera a hacer ese taller, ojalá de pronto, por decir un ejemplo, lo vamos a programar para dentro de ocho días. Entonces, que avisarle, porque a ese taller sí, sea como sea, él viene.

TALLERISTA: A listo, bueno, de una. Entonces, aquí lo apunto. Bueno. Entonces, antes de empezar a hablar sobre las plantitas que nos sirven para los dolores, para los reumas, yo quisiera preguntarles a ustedes: Cómo se han sentido con todo, ó, esto de los saberes populares y las plantas medicinales; (...) que usted venía pensando en el orégano hoy, cuando, venía para acá y que si es importante, porque ya nos estamos volviendo mucho más perceptivas frente a las plantas y estamos reconociendo que las plantas sí, esas plantas cotidianas que diariamente estamos usando como el orégano, el laurel, el romero por ejemplo, resulta que son plantas que tienen mucho poder, dentro de ellas; entonces, ustedes cómo se han sentido en estos tallercitos, y, hoy cómo se sienten de que todas esas plantas, que están a su alrededor, las pueden sanar y las pueden curar.

PARTICIPANTE 1: Bueno. Yo tengo una experiencia, especialmente de la semana pasada; de un hijo, que tuvo diarrea, fiebre y vómito; y, tuve una experiencia de que, busqué por internet, qué planta era buena para el vómito, pues, se tomaba un vaso de agua, y, votaba como cuatro; pero no le paraba absolutamente nada, y, vi ahí qué, decía que, consiguiera la manzanilla matricaria, porque hay manzanilla dulce y manzanilla amarga. Entonces, yo conseguí, y, fui a la plaza de San Francisco, y me costó \$500, y que, la cocinara con una cucharadita de miel de abejas; y, colocarla, mejor dicho; no, hervirla destapada, sino tapada, porque si uno la hierve destapada se le va todas las.

TALLERISTA: Las propiedades; se evaporan

PARTICIPANTE 1: Y, miré que le di eso y sí.

TALLERISTA: ¿Le paró?

PARTICIPANTE 1: Sí, estoy aterrada que, con esa matica, y, con la miel de abejas, le di dos veces, y, miré que sí.

TALLERISTA: ¡Qué chévere!

PARTICIPANTE 1: Y, le pasó el vómito, ya le empecé a dar calditos y ya no lo trasbocó más,

TALLERISTA: Entonces, digamos qué, cada vez somos más conscientes de la utilidad de las plantas; o sea, nos volvemos cómo más, más conscientes de la importancia de empezar a llevar las plantas a la salud diarias, ¿Sí?

INVITADA: Sí, esto también se lo pregunta a la vecina y, también sabe.

PARTICIPANTE 1: Sí, a mí me dijeron: Qué, por internet, y, sí.

TALLERISTA: ¿Qué, piensa?

PARTICIPANTE 3: Pues, a mí, sí, me han gustado estos talleres y de verdad que vuelve uno cómo a refrescar la memoria de pronto de plantas qué, uno había olvidado o también de plantas, conocer plantas que uno nunca en su vida conocía, como por ejemplo el orégano, que nunca en mi vida lo había oído nombrar.

TALLERISTA: ¿Cuál?

PARTICIPANTE 3: El orégano.

TALLERISTA: ¡Ah! El orégano ¿No? ¿Ni, si quiera en la cocina? ¡Vea pues! Porque el orégano se usa mucho es en la cocina, pero yo, por ejemplo: Yo, siempre lo había visto era como eso, cómo una planta para la cocina, para darle sabor a la comida; pero, nunca había pensado que el orégano; en infusión, podría por ejemplo servir para el ciclo menstrual; a mí nunca se me había ocurrido. Hasta que, investigando, investigando, lo compartí y, resultó cómo que sí.

INÉS: ¿Sí, sirve? Y servirá para otras cosas más.

INVITADA: La otra que también sirve mucho, es la... –Yo no sé, si conocen el liberal; que es cómo un arbusto pequeñito que las hojas son así rojas.

PARTICIPANTE 1: ¿No dicen que es la sangre de Cristo?

INVITADA: Creo que es así como uno arranca, por ejemplo, una hoja y sale como una lechita; pues, ese, se utilizaba cuando la violencia, de liberales y conservadores, qué colocaban ahí afuera. Entonces, ya se sabía que, si colocaban eso afuera, eran liberales; pero, ese también sirve con el asunto de la menstruación. Entonces, por ejemplo, si, se consiguió un noviecito, no sé, y, quiere estar con el chico y que, no tener la menstruación, entonces, se la toma, y le corta la menstruación, pero al próximo mes, viene normal. Es para cortar eso, o para los dolores, para los cólicos, y es, esas hojitas que, también sirven.

TALLERISTA: Yo creo, que, si corta la menstruación, también debe, digamos que en menstruaciones que son abundantes, ya son demasiado; entonces, también en pequeñas dosis, también debe hacer para que, el flujo no sea tanto; sino que, sea más pequeño, porque si la corta, de pronto, podría ayudar para menstruaciones abundantes, hemorragias sí.

PARTICIPANTE 1. Qué será bueno, es que a mi nieto se le viene a toda hora la sangre por la nariz, yo creo que debe haber una plantica para...

INVITADA: ¿Será por el calor?

PARTICIPANTE 1: No sé.

TALLERISTA: Porque entonces, ahí, habría que mirar es, si la sangre de la nariz se viene, es porque se le sube la presión, y, ó, porque a veces lo que sucede es que hay una venita, qué, digamos; está cómo reventa dita o algo así. Entonces, lo que hace es que se le venga mucho la sangre. Entonces, puede ser lo de la venita por acá, o que la presión se le suba. Entonces, ahí, no sería colocarle en la nariz algo; sino que, alguna planta que le controle la presión.

INVITADA: Entonces, por ejemplo; lo que puede hacer es que coge la mano, la sube así y lo coge así en la parte de acá arriba.

PARTICIPANTE 3: A mis hijos, ellos también, a veces les da; pero también cuando les da mucho calor en la cabeza

TALLERISTA: Eso, podría ser

PARTICIPANTE 3: De vez, en cuando; cuando estaban pequeñitos; pero, yo no me acuerdo, pero quien sabe mi mamá qué preparaba, yo me acuerdo de que ella me llevaba al médico; no sé, al fin con qué me mejoraría.

INVITADA: Eso también tiene que ver con los problemas respiratorios, mucho también o cuando tienen tengan mucha gripa, con el calor qué.

PARTICIPANTE 3: No, lo que si me acuerdo es que mi mamá me contaba, qué una vez qué, me acosté y, se me vino la sangre, yo estaba acostada encima del radio y luego se dañó el radio, no y cuando estaba más grande, a mí me daba era cuando estaba estudiando; pero era chistoso; porque me daba era cuando era temporada de exámenes; a mitad y a final de año

TALLERISTA: Se le subía la presión de los nervios

PARTICIPANTE 3: Me daban los nervios, y, de una vez

TALLERISTA: Y. ¿Su mamá le hacía algo para tratarle la hemorragia?

PARTICIPANTE 3: No

TALLERISTA: La dejaba así que saliera

PARTICIPANTE 3: Una vez en el colegio sí, me regañó la rectora porqué, terminaron todo el examen; llegó la rectora y – ¿Dónde está? eso sí, me tenía tan presente y le dijeron: ¡Noo! eso ella hace rato se fue para el lavadero que porque disque se le vino la sangre y arranca la rectora para allá para el lavadero y me encuentra allá y yo me estaba echando agua allá agachada, y me pega ¡Qué regaño! Y me dijo: ¿Usted qué hace ahí clavada? Camine es, lo que ha de hacer, para la rectoría; me llevó para allá y me recostó, y me colocó hielo y de una me calmó.

TALLERISTA: Sí, eso para bajarle la presión, es verdad y es muy importante; la idea de hacer esto, digamos colectivamente aquí entre todas, es precisamente eso, es cómo, recordar lo que habíamos dejado de lado, por pensar que solamente la pastillita y la inyección nos servía y conocer lo que otras personas conocen. Entonces, cómo ese compartir de saberes, es cómo la idea de construir ese conocimiento colectivamente; siempre compartiendo los saberes entre todos, para qué, entre todos digamos: -Esto es lo que sabemos, y esto es lo que nos sirve; porque es de acuerdo a nuestras necesidades. Entonces, pues ya, teniendo como esa pequeña reflexión, invitándolas a que cada día sean como más observadoras, respecto a las plantas, de que, sigan caminando por ahí y digan como: ¡Huy! Esa hierbabuena. Véala ahí, esa caléndula; que sean como más observadoras de las plantas; es que a veces nosotros cómo que vamos por la ciudad, y vamos es pensando es en un montón de cosas y no miramos; no miramos alrededor; pero yo, por acá caminando, me he dado cuenta que hay mucha

plantica que unos dirán que es maleza, pero para mí no es maleza, pero hay mucha plantica que podría servir para curar muchas cosas y que está por ahí, ahí; cómo que nadie las ve, que nadie les importa. Entonces, cómo esa invitación a que seamos más observadores y que sigamos apropiando más planticas; (...) ya lo hizo a través del Internet, pues, yo también las invito a que, así sea con los vecinos, o, con diferentes maneras; sigamos apropiando más planticas en nuestra vida. Porque lo que decíamos también al principio en los talleres es que las plantas nos ayudan es a prevenir. Ya cuando uno está bien enfermo; pues ya, uno tomarse un té de ortiga, ya no le va a servir, pero las plantas, nos ayudan a prevenir. Entonces, siempre integrando las plantas nos podemos ir quitando dolores de cabeza ahí, para que no nos vayamos a enfermar.

INVITADA: Pero tampoco pueden ser seguidas, por ejemplo, tienen qué cambiar; se van a tomar una aromática de...-De qué puede ser la aromática. de caléndula, por ejemplo

TALLERISTA: No, de caléndula no, de hierbabuena

INVITADA: La albahaca, la albahaca puede ser así, pero que no sean todos los días; todos los días tampoco; o sea tampoco se puede todos los días; no hay qué abusar de las plantas.

TALLERISTA: Sí, también decíamos, que las plantas, siempre tienen que tener su cuidado, por ejemplo, la ortiga, esto, es una dosis muy mínima, la caléndula también en exceso es muy mala para la vista; porque tiene, no recuerdo que es el químico que tiene, pero dizque si es malo para la vista; pero, hay otras plantas que si pueden...

PARTICIPANTE 3: Poe ejemplo: La hierbabuena también en exceso, dicen que pueden causar hasta la muerte.

TALLERISTA: Sí, pero, por ejemplo, yo les contaba a ustedes que yo le tengo mucha fe al laurel, porque el laurel es muy bueno, digamos para cuando uno está muy estresado, muy nervioso, muy ansioso; una agüita de laurel es buena y el laurel continuamente no es malo; por ejemplo, la hojita de la coca tampoco es mala, continuamente todos los días que se haga un tecito de coca tampoco es mala.

PARTICIPANTE 1: Y ¿La marihuana?

TALLERISTA: Pero, mire que la marihuana en aguardiente es buenísima para los dolores; ya de una vez lo voy a colocar acá marihuana con aguardiente, y, dicen que es buenísima también para los dolores.

INVITADA: Y, también a veces le meten así al alcohol, un alacrán también lo meten ahí; y también le echan marihuana, también le colocan unas hojas grandes llamadas cofrey, y, lo dejan varios días, puede ser un mes, es muy bueno para dolores de las rodillas, de articulaciones.

TALLERISTA: A bueno. Entonces, hablando de, que la marihuana y el aguardiente son muy buenos, para los masajes; más las planticas que nombró Invitada; entonces abrimos ya la parte del taller de las plantas y de los dolores, yo apunté de los que mencionamos el primer taller, apunté el reumatismo, dolor de espalda, dolor de muela, dolor de cintura y dolor de rodilla. Que son cómo los que más se

identificaron y cómo los dolores que más se repiten aquí en el territorio, dolor de cabeza “migraña”, también

PARTICIPANTE 1: Vómito, diarrea, todo esto se puede curar con planticas.

TALLERISTA: Recuerden que, es importante hacer las investigaciones en internet y todo eso, pero, también es importante, que nosotras hablemos de nuestras experiencias con las plantas porque somos las que hemos podido comprobar y decir que sí, si sirven. ¡Estas si sirven!, por ejemplo, de plantas así como extrañas que yo digo yo no sé si, eso se dé acá, empezando por ahí, porque por lo general, la mayoría de esas páginas se dan como en Europa o de Estados Unidos, España

PARTICIPANTE 1: Cuando sale el nombre ahí, uno por la experiencia pues ya las reconoce, y, bueno, porque si uno no las reconoce pues..., pero cómo uno las conoce

TALLERISTA: ese es cómo siempre la invitación es a que hablemos de lo que nosotros conocemos desde nuestra experiencia, es importante ayudarse de otros recursos de la información, pero siempre desde nuestra experiencia, dándole validez a nuestra experiencia lo que nosotros sabemos, eso es lo que hay que validar en estos talleres. Entonces, ustedes me dirán: Por dónde empezamos; porque dolor, porque planta; qué conocen ustedes.

PARTICIPANTE 3: Yo, tengo aquí, dolores musculares, entonces, ahí si cómo el cuento cuando preciso comienzo con la que usted estaba nombrando.

TALLERISTA: ¿La marihuanita?

PARTICIPANTE 3: No, el laurel, no se nos vaya a meter mucho en ese cuento.

TALLERISTA. No, yo, le tengo mucha fe a la marihuana porque mi abuelo sufre de artrosis degenerativa, y a él absolutamente nada le calma el dolor de los huesitos ya hasta se le están doblando y yo conseguí una crema de marihuana que estaban haciendo en el Cauca y se la llevé y esa crema se v aplica bien masajeado y después se cubre antes de dormir y duerme tranquilamente, eso sí, yo le tengo mucha, mucha, mucha fe a la marihuana.

PARTICIPANTE 3: Entonces el laurel para las rodillas y las articulaciones, el romero como relajante de los músculos, entre esos también el aceite de coco, el aceite de mostaza, la zanahoria, la linaza y el jengibre, pero en infusión

TALLERISTA: Y la zanahoria. cómo se toma para los dolores?

PARTICIPANTE 3: Ese si no me acuerdo. Tendría que averiguar. Yo, para el dolor articular no tengo es la cúrcuma que ese si no

PARTICIPANTE 3: La raíz de vardara, que tampoco la conozco, la sábila que también es para la artritis, otro para el dolor articular es la corteza del sauce, el té verde y el eucalipto para la artritis.

TALLERISTA: Y usted, ¿qué le ha servido para los dolores? ¿usted qué se aplica?

PARTICIPANTE 3: Pues hasta el momento no me he aplicado ninguna hierba, solo con los medicamentos, pues una crema que, si es de marihuana, que a veces cuando siento así dolor en las rodillas, yo me aplico de esa cremita y sí.

TALLERISTA: Si le mejoró

PARTICIPANTE 3: Sí, si me hace

TALLERISTA: O sea que usted para los dolores no, sólo medicamentos. Y qué toma

PARTICIPANTE 3: Acetaminofén y naproxeno, así cuándo siento mucho, mucho dolor, del resto no me las tomo

TALLERISTA: Y, cuando tiene mucho dolor, no toma nada solo pastillas

PARTICIPANTE 3: cuándo tengo mucho dolor de cabeza si en un tiempo usaba era la papa, me colocaba así cómo cataplasmas de papa

TALLERISTA: Cortaba la tajadita y se la colocaba, yo esa no me la sabía.

PARTICIPANTE 3: Si no, también el limón, una vez, cuando hubo una toma, donde yo vivía, en Villarica, entonces, yo bajé como a los ocho días, todavía estaba como ese olor a la pólvora y eso, entonces, pues en el momento yo no hice nada, y traté de no pasar por la misma... y, como a eso lo lleva es el ambiente, el aire, entonces, como a los tres días de haber bajado al pueblo Huy! me cogió un dolor de cabeza , y entonces yo cogí y me frisioné fue limón; y yo le tenía mucha fe al limón

TALLERISTA: ¿En la cien?

PARTICIPANTE 3: Sí, así en toda la frente me lo coloqué y lo tomé así puro, y también eso me sirvió para el dolor de cabeza

TALLERISTA: Y dolores de muela

PARTICIPANTE 3: Pues para el dolor de muela usaba era el tomate de guiso

TALLERISTA. Ese es el tomate chonto, ¿qué hacía con el tomate para el dolor de muela?

Participante 3: Se lo coloca uno bien sea adentro en la encía, o si no por fuera; si uno tiene dolor o si uno tiene absceso

TALLERISTA: ¡A! eso llama, eso llama para que se reviente

TALLERISTA: ¿Qué nos cuenta, algún dolor?

PARTICIPANTE 1: Yo no he sentido dolores de nada

TALLERISTA: Y no sabe así de vecinos que curen o que manejen así el dolor con alguna planta

INVITADA: Yo no sé, pues para el dolor en los tobillos me colocaban pomada chuchuguaza, esa es una pomada súper caliente

TALLERISTA: Yo, esa planta la vine a conocer fue en el Cauca porque yo, resulta que me doblé el pie , y me hicieron un masaje con un aceitico de esos, pero eso pone caliente, caliente la zona, entonces, toca cubrirse de una, pero, le suelta digamos que toda la inflamación ahí que está apretado ahí, eso le suelta de una; es muy caliente, no sé si es planta se da aquí en Bogotá, tocaría averiguar, pero si la he escuchado mucho

INVITADA: Esa, mis abuelos la usaban que cuando aparecía un dolor, de una vez que la chuchuguaza, que para la rodilla, pero, es lo último que uno se hace y la penca se sábila que es una mamacita, esa si le sirve a uno, para frotarse así, para los dolores de cabeza, para tomar, para todos los

problemas respiratorios, para la gente que tiene gastritis, porque como la gastritis es una úlcera y eso también, tomar eso, en las mañanas es muy bueno pues si licuado; yo los dolores de muela, yo lo que hacía era con las hojas de tomatara se hace en infusión

NIÑO: Yo tenía una caries en una muela, entonces mi mami me llevó al odontólogo y luego, él me puso una inyección

INVITADA: Y ya para los dolores, por ejemplo, de espada y eso, entonces, uno intenta colocarse es cosas calientes: Bolsitas con aguas calientes

PARTICIPANTE 1: O, cuando mi papá se enfermaba, mi mamá cogía era un botón, cogía un vaso y un botón y con un fósforo ponía un botón ahí y el cuero se inflaba y el vaso se llenaba de humo. ventosas? Eso ahora lo reemplazaron con los parches

TALLERISTA: sí, yo si me acuerdo de las ventosas, porque yo si tenía un tío que sufría de dolor de espalda, y mi abuela siempre que él llegaba, con una velita pequeña, la colocaba en una tapita, el vaso, y eso era que de una chupaba

PARTICIPANTE 1: Mi mamá era con un fósforo y apenas se apagaba, entonces decía: Ya le sacó la maleza porque ya se acabó el fósforo y con el pasar de los años lo reemplazaron fue con los parches, y eso ya se olvidó.

PARTICIPANTE 3: Saben que me hizo acordar, la suelda con suelda; para las tronchaduras, así

TALLERISTA: ¿Y ese cómo se aplica? o cómo es?

PARTICIPANTE 3: Eso es como una cáscara, no, es una hoja

PARTICIPANTE 1: se machaca y se coloca donde se haya fracturado

TALLERISTA: Y ella me imagino que por el nombre lo que hace es se soldar

PARTICIPANTE 3: Si, esa la usaban en tiempo de los abuelos; la suelda con suelda

TALLERISTA: ¿Qué más recuerdan? Bueno, yo también estuve haciendo aquí, cómo una investigación; Pues aquí dice que el laurel es bueno, entre otras, yo le tengo cariño.

INVITADA: Ustedes no saben que hubo una competencia de plantas, estaban buscando la planta reina. ¿Cuál, puede ser la planta reina? La que servía para todo.

PARTICIPANTE 1: La planta reina de la maldad y de todo.

TALLERISTA: Pero eso de la maldad de la planta porque

INVITADA: Porque la plantica no tiene la culpa, por eso no se dice mata sino planta, porque ninguna mata, mata; eso depende es de los usos que se le hacen, pero las plantas no matan

TALLERISTA: De hecho por ahí , estaba mirando por ahí un vídeo en internet, está semana de un niño que sufría de ataques de epilepsia, y los papás empezaron a sembrar marihuana en la casa, y le empezaron a dar la infusión de marihuana a la niña, pero la niña tenía cómo unos cuatro o cinco años; lo que pasa es que estaba teniendo ataques de epilepsia cada media hora, y, pues ya el cerebro estaba ya completamente, o sea, ella ya no podía hacer nada, sino simplemente acostada porque la tenían que tener muy protegida de que no se golpeará contra nada, y empezó a tomar infusiones de marihuana, y

el cerebro empezó a tranquilizarse, y ya rara vez le daba un ataque de epilepsia, muy rara vez, o sea, ya está grande, ya camina, ya corre, ya está en el colegio y muy rara vez le han dado ataques de epilepsia, pero, los papás tiene la casa llena de plantas de marihuana por todo lado porque con eso es que le hacen las infusiones a ella, entonces, también es depende de la intensidad que le ponga uno la planta pues porque digamos que la marihuana no fuera utilizada como es ahorita, así la penca sábila, que todo el mundo comercia con la penca sábila, o sea, el tema no es la planta, el tema es, cómo nosotros utilizamos la planta y para qué

PARTICIPANTE 1: Lo mismo la sábila la podrían utilizar como para brujería, es mal usada.

TALLERISTA: Si, es mal usada; entonces lo que yo les iba contar del laurel, lo que pasa es que el laurel lo que hace es cambiar el sistema nervioso, cuándo se calma el sistema nervioso, las sensaciones de dolor que están digamos en la epidermis por ejemplo, de algunas torceduras así, entonces ya no se sienten tan fuerte, porque el sistema nervioso está mucho más relajado y no está ahí alerta ni sensible como su pudiera estar ahí completamente díganos sólo; el laurel calma el sistema nervioso; también encontré que la árnica, que esa yo la he escuchado sobre todo en cremas, es un remedio para el dolor de articulaciones y músculos; porque tiene propiedades antiinflamatorios y es analgésicos; la cúrcuma, también que se utiliza para el síndrome del túnel carpiano y para el dolor de estómago y el dolor de articulaciones; el dolor de estómago es en infusión, y, también encontré que me pareció muy curioso: El repollo. El repollo dice que tiene propiedades antiinflamatorias y ayuda a reducir el dolor, y es muy fácil encontrarlo. Y aquí dice que también el uso externo, cómo cataplasma, también ayuda a reducir el dolor, entonces, habría que probar en algún momento un dolor de espalda, y el jengibre que también yo le tengo mucha fe, es muy bueno para muchas cosas, lo mantiene a uno siempre con defensas altas y, aquí estaba mirando ; el aceite de jengibre en masaje, o poner jengibre machacado en la zona del dolor, también ayuda a calmar un poco el dolor, el arazán cuando se licúa con leche es como si usted hiciera un kumis, pero esa fruta no es de acá, pero eso es muy rico; entonces, además de las fuentes de información que podemos usar , tenemos en nuestra memoria un montón de plantas, está: La marihuana, el laurel, el romero, está la papa, el limón, el tomate de gusto, la chuchuguaza, la penca de sábila, las hojas de tomatara, ésta la suelda con suelda, la quiebra barrigas, el repollo.

PARTICIPANTE 3. Yo tengo alimentos también para el dolor de estómago; el arroz hervido

PARTICIPANTE 1: Tostado, tuesta uno el arroz y hace la agüita y se la toma

PARTICIPANTE 3: La patata hervida también; la calabaza, la zanahoria cruda

TALLERISTA: Papa, calabaza

PARTICIPANTE 3: El jugo de zanahoria, el jugo de manzana, el jugo de plátano, la pitaya y la leche de coco

TALLERISTA: Para el dolor de estómago

PARTICIPANTE 3: Si para el dolor de estómago y acá tengo un aceite para el dolor de muelas, tengo una que es con la sal que en medio vaso de agua echar una cucharada con la sal y hacer gárgaras para el dolor de muelas y el ajo también se coloca sobre la encía.

TALLERISTA: El ajo es antiséptico, entonces cualquier dolor que uno pueda tener le ayuda un montón.

PARTICIPANTE 3: Y el perejil también, masticado para el dolor de muela.

TALLERISTA: Perejil masticado para el dolor de muela

PARTICIPANTE 3: Y de los cólicos menstruales yo encontré también el sanalotodo, el jengibre con manzanilla.

TALLERISTA: ¿una infusión?

PARTICIPANTE 3: la albahaca, la caléndula para cólicos menstruales

TALLERISTA: La canela también desinflama, por ejemplo, cuando uno siente que esta como que el estómago esta así tensionado, infusión de agüita de anís y canela y empiezan a salir esos gases por que la canela desinflama un montón

INVITADA: Son cosas calientes ¿cierto? Las plantas calientes

PARTICIPANTE 3: inclusive aquí tengo que el anís sirve para el colon irritable también en una infusión

TALLERISTA: si señora ,para los cólicos menstruales que yo inclusive le conté hace una semana sirve mucho y lo cual yo lo recomiendo y es hacer vaporizaciones vaginales es decir, uno pone una olla de agua fría y le pone unas planticas, pueden ser artemisa que dicen que es la planta de la mujer, puede ser la planta de preferencia de uno la que uno va a trabajar puede ser altamisa, artemisa, romero o bueno lo que uno quiera; un poquito en agua fría y una plantica que uno quiera, se echa ahí y se pone a hervir de una vez todo junto, porque a veces lo que hace es que el agua hierva y ahí si le echan la planta y es todo junto, todo se pone a hervir de una vez y ya después de que hierva, se apaga y dependiendo de lo que más resista acurrucado al vapor de la olla por 20 minutos y eso lo que hace es aflojar esos coágulos de sangre, que son los que producen los cólicos y es muy, muy bueno. Además porque las propiedades de la mata realmente suben directamente hacia el órgano, o sea, el órgano las recibe directamente y pues se recomienda mucho porque las vaporizaciones son muy poderosas energéticamente, recuerdan ustedes que hablamos nosotros que las plantas tienen dos propiedades, unas que son como para curar físicamente pero también unas propiedades energéticas que aunque nosotros no las podamos ver ellas están ahí por algo, muchas personas colocan la sábila siempre en la puerta de la casa para la buena suerte por algo será, pero, entonces dicen que esas vaporizaciones vaginales son tan poderosas que recomiendan no hacerlas más de dos veces al mes, porque en eso puede generar unos desequilibrios porque cómo uno esta tan expuesto, entonces, todas esas propiedades energéticas también pueden generar más desequilibrios de los que ya en realidad se quieren tratar. Entonces hay que hacerlo con cuidado.

PARTICIPANTE 1: Perdón yo quiero hacerle una pregunta por internet, quiero hacer la pregunta ¿Qué planta es buena para las arrugas?

TALLERISTA: Para las arrugas tendría que averiguar

PARTICIPANTE 1: ¿una planta buena para la resequedad de la cara?

TALLERISTA: para la resequedad de la cara es muy buena la sábila

PARTICIPANTE 1 ¿la sábila?

TALLERISTA: Si, aplicarse los cristalitos de sábila que no le del sol eso si es importante porque se mancha

PARTICIPANTE 1: es que a mí me gusta mucho el sol

INVITADA: Puede hacer mascarillas también, puede hacer mascarillas por ejemplo de crema de manos con azúcar o con limón y miel o con hojas de te

TALLERISTA: ¿Pero entonces es para hidratar la piel y el rostro?

INVITADA: Si

TALLERISTA: Voy a averiguarle

INVITADA: No haga esa, la crema de manos le echa azúcar

TALLERISTA: Si, le voy a averiguar, yo he escuchado que así de primerazo los cristales de la sábila son muy buenos para hidratar, por ejemplo, cuando uno está quemado pues como uno se pone cristales de sábila, eso lo que hace es precisamente hidratar y refrescar, entonces, sí. Pero digamos mascarillas que hidraten, por ejemplo: El aguacate, también hidrata porque el aguacate, también es graso sito.

PARTICIPANTE 1: Yo me he hecho todo eso, porque en el campo también hay aguacate.

TALLERISTA: Bueno, pues con estas plantas que hoy tenemos acá, (...), entonces voy a aprovechar entonces este pedacito que nos queda de taller no para hablar sobre el apio y de la sábila, si no para contarles como le fue lo que averigüé para hacer bien el herbolario. Entonces, resulta que uno llega y coge una tabla, papel periódico y una planta y uno la acomoda, según la forma que uno quiere que quede, otro periódico otra planta , otro periódico y también hay que intercalarlo con estas toallas que son de cocina de papel otra tabla y algo que amarre , pueden ser unos cinturones para que quede bien apretado o no se pueden ser unos pernos, el caso es que la tabla tiene que quedar así como si fuera una carpeta bien apretada más o menos dura como unos 2 o 3 días, dependiendo de la planta en secarse, hay unas que si duran una semana pero la mayoría si duran 2 o 3 días según lo que estuve averiguando, ya después es sacar la plantita seca y ponerlas en unas hojas y según como yo me lo estaba imaginando; era ponerlas como en una especie de medio pliego más o menos no tan grande, quizás ponerlas, acomodarlas y se pegan con esparadrapo y no, el esparadrapo que no es el café rustico, sino que hay uno que es como parecido a ese plástico blanquito que es muy delgadito, bien bonito, se pega con eso y a este lado se hace una ficha de la planta , entonces la ficha de la planta: El nombre científico, que eso lo podemos investigar por internet, el nombre popular que es el que estamos aquí reconociendo ¿para qué sirve? Entonces por ejemplo Suelda con Suelda: Para los

dolores de tal y al final ponemos cómo es la infusión o como se toma, en eso sí, tenemos que ser muy precisas porque pues recuerden que son cosas que van a consultar la comunidad y, pues una mala indicación, también puede ocasionar problemas. Entonces, hacer la indicación de: Esto se toma así, esto se utiliza así, y listo.

PARTICIPANTE 3: Y ¿después? ¿Forrarla?

TALLERISTA: Y, después, la podemos forrar, y averiguamos por internet, no sé si hay un video en Youtube, de cómo podemos hacer una gran carpeta, un gran folder, donde podamos meter todas esas hojitas y ya simplemente sea, cuando vayamos a hacer la exposición, porque la idea es, hacer una exposición pública para todos, entonces, las podemos colocar en diferentes lugares para que se vea la lámina con la planta, y después ya solo finalmente la guardamos en el folder y queda cómo...

PARTICIPANTE 3: Porque también se puede hacer, yo tengo una idea digamos cómo en cartulina negra, y, como hacer como una especie de álbum, y se va pasando hojita por hojita, entonces, esa cartulina, así con la hierbita, con la información, y forrada, de manera que, en ese plástico, va protegida la hojita de la planta.

TALLERISTA: Yo vi en internet dos formas: Que lo que hacían era forrarla en plástico, o la otra era que cogían digamos un pliego y, entonces, acá colocaban la planta, y aquí en la otra mitad del pliego, simplemente lo que hacía era cubrirla, pero, me parece más chévere, la de cubirlo con plástico, entonces, eso fue lo que descubrí; me parece cómo chévere, práctico,

INVITADA: Hay una experiencia en Popayán, que se llama el álbum de las plantas, el jardín de las plantas; y ellas hicieron así un libro súper grande con varias plantas, pero, esas plantas también hablan de las historias de ellas; de estas señoras, de todo lo que ellas han vivido, o sea, cómo yo tengo una planta de afectos, pero, también cómo tengo plantas que cuentan también mi historia y han estado presentes en mi vida, entonces eran hombres y mujeres que se identificaban con una planta, daban toda la descripción que tú decías, pero también, esa planta tienen una historia, es la historia que queremos que se reconozca y que se ponga ahí en ese espacio, entonces esta, desde el centro se hizo como un acompañamiento para el jardín de la memoria, y ellos se quedaron con el libro grande, pero, por ejemplo: Usted hizo lo mismo con otras mujeres que se conocen, entonces ya son muchos libros, que tienen muchas historias no dé, solamente de la planta, sino que de mi relación con la planta y en Medellín nosotros tenemos un proceso, y hablamos de los niños como si fueran una planta, como una semilla, pero esa semilla necesita agua, que son los papás, que son la familia, que ayudan, y también se cuidan, y se hacen custodios para esas plantas, entonces, así como todo el crecimiento y qué relación tenemos nosotros con la planta, o sea nosotros como no personificamos con la planta; una planta que está dando, una planta que se está fortaleciendo, entonces, personas como plantas, hacemos la analogía, entonces, todas las cosas que se hacen es a partir de las plantas.

TALLERISTA: El siguiente taller, es plantas para la mujer, entonces para que también vayan investigando, la idea sería que ustedes me dieran un sábado, nos veríamos en dos semanas para yo

poder organizar esta información, y decir: Estas son las plantas que vamos en realidad a organizar y que vamos a dejar para la biblioteca comunitaria; que yo organice los nombres de las plantas y las indicaciones que ustedes han dado de –Cómo es que se toman; y después la idea es que sean de setenta a ochenta plantas; entonces, lo otro que yo les diría es que, nos fuéramos todos el siguiente sábado a conseguir las plantas, igual solo necesitamos una plantita de cada una, esa es mi idea, ya después, entonces, con esas plantas, la idea es sentarnos a aplanarlas, a organizarlas; ese sería el taller en el que vendría don Alejandro, ya después de que hagamos esa, que las plantitas estén secas, que las tengamos en las dos tablas entonces ahí si traemos más mesas, traemos todos los materiales y empezamos a llenar las fichas, entonces, éste es el nombre científico, quizá hacer esas fichas bus demoren , nos tocaría dos sábado

PARTICIPANTE 1: ¿El próximo taller de que es?

TALLERISTA: Plantas para la mujer

PARTICIPANTE 1: Y no es lo mismo para la mujer y para el hombre

TALLERISTA: No, por ejemplo, no recuerdo el nombre, pero sé que son diferentes plantas para tratar la mastitis, yo por ejemplo a mi gata le curé una mastitis con sauco

PARTICIPANTE 3: Es cómo yo le curé la amigdalitis con limón y cuando se recuperó se perdió.

TALLERISTA: Bueno, pues ,entonces, la próxima semana: Plantas de la mujer y ya cuadramos un cronograma sabiendo más o menos, cómo es que vamos a hacer las carpeticas, cómo vamos a hacer las fichas y todo eso, entonces, ahí vamos cuadrando si vamos todas, unas nos vamos para un lado, otras para el otro o llegamos todas con diferentes plantas, ahí miramos la próxima semana y vamos cuadrando, Invitada invitadísima para el próximo taller que es el de las mujeres y nos trae una muestra de la chuchuguaza

Anexo I. Transcripción Taller No. 4

TALLERISTA: Hoy vamos a hablar de las plantas para la salud de la mujer. Las plantas que ustedes han utilizado durante su adolescencia, durante su embarazo, cuando han tenido el ciclo menstrual, ¿cómo están manejando la menopausia?, si la están manejando con tecitos o infusiones de alguna planta... Ese tipo de plantas son de las que vamos a hablar hoy; Esa es la idea. Y más tardécito le comento bien la idea, ya que estuve averiguando por internet y efectivamente hay la posibilidad de hacer como un herbario, pero no en tarritos como yo me lo había imaginado en un principio con las hierbas secas, sino más bien en láminas o en fichas: La planta seca puesta en una hoja con su descripción y forrada; y se puede meter en un folder, ya sea para sacarlo y exponerlo; en el folder se queda ahí guardadito como si fuera un libro. Esa es la introducción del taller de hoy, y antes de empezar a hablar sobre las plantas específicamente, quería hacerles una pregunta, y es: ¿Ustedes cómo sienten, o cómo creen, o cómo ven la relación de las plantas con las mujeres? ¿Cómo sienten ustedes como mujeres esa relación con las plantas?

PARTICIPANTE 1: Pues es una cosa que le ayuda a uno, que le ayuda para el cuerpo de uno.

PARTICIPANTE 3: Y como que ya uno se va empapando del tema, porque ya me pasó precisamente con mi amiga, la del niño. Yo le estuve comentando sobre eso. Como que ya uno ve algún tema de algún problema de salud y como que uno tiene metido el tema en la cabeza.

TALLERISTA: Esta pregunta que yo les hago, para hacer la reflexión, es porque las mujeres siempre hemos estado relacionadas con la mayoría de las plantas. Históricamente las mujeres se han quedado en la casa, mientras los hombres se iban hacer otras cosas. Ahí, en la huerta de la casa, ahí hemos ido cultivando un conocimiento que se ha desarrollado implícitamente, pero que se le facilita más a la mujer. Hay unas culturas indígenas... el trabajo de plantas a nivel mágico. ¿Se acuerdan de que nosotros teníamos de estas propiedades físicas y mágicas, que las propiedades mágicas las manejan los hombres, pero las propiedades físicas que son curativas las manejamos nosotras las mujeres? ¿Sí? Era: ¿Ustedes cómo sienten esa relación con las plantas desde chiquitas? ¿Cómo ha sido su acercamiento a las plantas? Y ¿cómo ha sido su acercamiento como hombre?

PARTICIPANTE 7: Yo tengo dos puntos de vista. Primero, la relación de la mujer con las plantas para mí es una relación muy íntima; es decir, para cualquier tipo de dolencia o enfermedad, la mujer siempre es la que dice: “No, mira: Hagamos esto, estas agüitas aromáticas...” y siempre es a base. Se puede decir que el 98% siempre la idea es de la mujer. Y, en el caso de los hombres; por ejemplo, en el caso mío, personalmente lo que digo es que estaba interesado en aprender muchas cosas, inclusive, yo he aprendido poco y bendito sea mi Dios, me han servido; y pienso que es una relación de una a otra forma en cuanto a la mujer y la planta muy íntima. Y, en cuanto al hombre, pues sí está ligado y esto,

pero como tal, la que maneja la raíz de todo esto siempre ha sido la mujer, que me pareció muy espectacular y muy positiva esa relación.

TALLERISTA: Sí, muy chévere ¿qué nos cuenta?

PARTICIPANTE 2: A concepto mío, yo digo que así es lo mismo, porque yo me crié casi con mi abuelita y ella sabía mucho de plantas, hasta el cilantro: que tenía que comer uno bastante cilantro para el apetito; también la zanahoria que, por ejemplo, para la vista; que la hierbabuena para el dolor de estómago, que el paico, entre muchas cosas más; y hay veces por ahí gente que pasa o que me dice, mis hijos, mis nietos: “ay, mamacita, ay, abuelita, usted que sabe tanto de hierbas, dígame qué es bueno para tal cosa”.

TALLERISTA: Yo les hago una pregunta: ¿Esos conocimientos que ustedes tienen, se han encargado de pasárselos a alguien para que no se pierdan?

PÚBLICO: Claro, sí.

TALLERISTA: De ir diciendo, por lo menos: “¡Mire, le voy a enseñar porque eso también hay que aprenderlo!”

PARTICIPANTE 2: Claro, sí, señora, porque los pequeñitos van para adelante, uno ya qué. Uno les tiene que ir enseñando para que vayan conociendo y después digan: “mi abuelita me dijo esto para tal cosa”. Hay veces hasta anotan.

PARTICIPANTE 3: Yo anoche también, con mi hijo mayor, que me comentó que el chiquitico también está enfermito de gripita, porque le han querido molestar mucho las amígdalas. Él me comentó anoche y yo le dije: “papito, pues toca hacer del tema que estamos ahorita tratando -y le comenté que estoy yendo mucho a un taller de plantas medicinales-, pues tocará cómo recurrir a las plantas y hacerle como un baño o algo”. Y se quedó mirándome y me dice: “¡Uy, mami! Está como buena la idea”. Se quedó como intrigado y en la expresión vi como si me dijera: “Mi mamá, sí... Mejor dicho, ¿en qué es que no está?”

TALLERISTA: Claro, y como en las que buscan consejos es en las mamás, en las mujeres. Obviamente ese conocimiento que se tiene se difunde más fácil. Lástima que no podamos ver los videos hoy, porque estábamos muy conectados con este tema, pero la idea es eso: hacer énfasis sin desmeritar a los hombres, pero hacer relación de las mujeres con las plantas, porque esa relación es una relación que se da desde la antigüedad. Además, nosotras también tenemos unos ciclos menstruales que, por ejemplo, se relacionan con los ciclos de la luna, que es una cosa que se da natural; también con los elementos de la naturaleza. Y explorar esos conocimientos sería muy chévere para todas, pero espero más adelante, con los talleres que vienen, que se plantean, hacer la elaboración de cremas, de tinturas, saber más sobre plantas. Vamos a dejar acá y vamos a empezar a hablar sobre las plantitas para la salud de la mujer, pero ustedes me van a regalar dos minuticos y ya les traigo la infusión, que yo creo que ya está el agua de panelita.

TALLERISTA: Yo les quería compartir un parrafito de un texto que me pareció muy chévere, que hablaba acerca de las enfermedades de la mujer, pero explicándolas de una manera holística, y también de las emociones, de alguna manera que nosotros asumimos las cosas emocionalmente, y eso también afecta físicamente. No es que yo me enfermé y me dio neumonía por unos problemas que no he podido resolver. Todo eso va haciendo que el cuerpo pueda responder algunas situaciones, tanto en lo físico como emocional. Todo lo que no reprime después del cuerpo en una enfermedad le dice: “Mire, saquemos esto ya sea con mocos, con gripa, con dolores, con lo que sea, pero saquémoslo”. Les quería compartir un párrafo muy chiquito que dice así: “Entendiendo la salud como algo armónico y holístico. Una mala salud viene de varios factores anteriores que se van manifestando hasta que se palpa en los órganos. En el caso de las mujeres, por ser cíclica, fluctúa en una variedad de dolencias que se deben orientar a un equilibrio alimenticio, la inteligencia emocional y las actividades sociales; entendiendo siempre que, cuando nosotros vamos a tratar nuestra propia salud, no es asunto simplemente de tomar aguas porque sí, sino también de revisar dentro de nosotros qué otras cosas estamos haciendo mal en nuestra vida diaria para que podamos ayudar también el cuerpo a sanar”. Es la idea del párrafo, es decir: Que, si constantemente tienes calambres uterinos, de alguna manera debes revisar tu forma de alimentarte; si eres una mujer que cambia de humor rápidamente sin motivo y sin razón, antes y después de tu luna (el período), debes revisar qué es lo que no terminas o inicias, que mantiene tu carácter a flor de piel, y así sucesivamente. Siempre pensando en las planticas para mejorarnos, pero siempre pensando en la causa de lo que nos estemos enfermando.

Quería leerles eso y, ahora sí, ustedes me dirán en su experiencia de vida, en lo que estuvieron investigando con otras personas, con internet, ¿cuáles son las planticas para las mujeres?

PARTICIPANTE 2: Yo no digo que yo soy muy entendida. Yo hice un curso en Gachetá cuando yo tenía 25 años, que se me reventó la vena, que yo me podía coger así la vena y el alcohol. Una señorita Dominga, que, si ya murió, en paz descansa, y si no, que mi Dios la tenga con su salud. El doctor era de Boyacá, me dijo: “Usted sí podía ser bien partera”, y yo le pregunté: “¿Por qué?” Y él me dijo: “Porque usted no tiene asco de nada”, y yo dije: ¿Yo? ¿Por qué asco? No, porque vea: Una señora, en su organismo, le pasa cualquier cosa de lo que le pasa ya, es la menstruación”. Me dijeron: “Y, ¿usted no tiene asco?” Yo les dije: “Doctor, señorita Dominga, ¿por qué?, si todas las mujeres somos iguales. Entonces ella me preguntó: “¿Usted sí se atrevería a recibir un niño?” Y yo le dije: “¿Por qué no?, si yo lo he recibido y yo nunca he ido a un hospital. Yo misma he recibido mis niños”. Me dijo que cómo. Yo le dije: “Mire, yo cojo con una sábana y me amarro así, me cojo a la pata de cuja, porque eso sí lo he hecho así, y de ahí, me amarro y saco mis niñas, que es la mayor. Las saco para afuera, hasta que ya llora el niño y ahí me retiro para atrás, ya la arreglo y pido que me alcancen un cordón, sálgase que ya les llamo, y así...” Y el día que el doctor y la señora Dominga me dijeron: “Venga y recibe”, yo, común y corriente. Y el doctor me dice: “¿A usted no le da asco?” Y yo le digo: “Pero doctor, pero ¿por qué?, si todos somos humanos. Y recibir la sangre de una mujer es común y

corriente”. Había un señor que se llamaba Marcos Urrego y él fue a levantar un bulto de cemento y tuvo un trastorno y se quebró. Él se quebró y la piel que le envuelve a uno las tripas se explotó y me llamaron a mí. Ya hacía, yo, como 20 días que estaba en la casa. Y me dijo Marcos: “Ay, pero yo, para entregármelo como un niño”. Yo, que siempre he sido chancera, recochándolo le dije: “Mejor que fuera un niño, con eso lo privo”, y apriete duro y cierra sus ojitos y me llama porque mejor no y medio para una vergüenza digámoslo así no es sino sentir que tiene algo aquí. TALLERISTA: yo le hago una pregunta: ¿Usted, que fue partera, qué plantas recomienda que son buenas para la mujer?

PARTICIPANTE 2: La raíz de la chipaca blanca. Eso se machaca, se cocina y se toma, y es muy bueno para una herida.

TALLERISTA: Ah, para una herida.

PARTICIPANTE 2: Y ese señor, cuando yo fui, lo miré. A mí me dio un dolor. Y le dije: “Don Marquitos, tranquilo, no le vaya a dar pena conmigo, cierre sus ojitos y apriete bien esas manos”. Y le dije: “Don Marquitos, yo no puedo hacer nada porque esta es una ingle, o sea una turmita. Hablémoslo así, este es el pene y esa es la otra turmita y esta es la telita que se le rompió. Yo ya no puedo hacer nada, le toca inmediatamente irse para Gachetá”. Como a los 20 días volví y me dijo: Esta señora sí sabe. Qué pena de haberle cogido las huevas. Dijo: “Ahí me cogió mi pajarito”. Y yo dije: “Tranquilo, ahí lo único fue que no probé”. Como nos chanceábamos con él... Y hace como 15 días, 20 días, falleció el hombre, y dijo que lo más bonito de mi era que no se burlaba de nadie y no me la van a creer, pero yo he recibido 33 niños, y en la Calera, me hicieron venir una prima hermana a recibir unos niños. Y esos niños de señoras ya grandes, ya adultas, y esos fueron los últimos niños que recibí.

TALLERISTA. Ahorita retomamos eso, porque son muchos conocimientos los que debe tener usted. Y además de que es un oficio que ya está desapareciendo... y ahorita todo es “para el hospital”. Pero el oficio de partera es un oficio que debemos volver a recuperar; porque nosotras, siendo hembras porque también somos animales-, porque las hembras... Yo no sé si ustedes han visto por ahí una gata y ellas instintivamente saben qué hacer. Y nosotras, las seres humanas, no sabemos. Llega el momento del parto y es “no, que el médico nos abra”. Y nosotras necesitamos es de un médico que nos diga cómo se trae los niños al mundo, porque nosotras lo olvidamos.

PARTICIPANTE 3: Investigué que la manzanilla es potente antiséptico para la conjuntivitis, para relajar el sistema nervioso, para las digestiones pesadas; un excelente tónico digestivo para los períodos dolorosos y abundantes, para la irritación vaginal; y elimina el exceso de líquidos. El frambueso, o sea el palito que da la frambuesa, es un tónico astringente para el útero, lo fortalece y prepara para el parto y, en infusión, para períodos dolorosos y abundantes. El jengibre...

PARTICIPANTE 7: Una pregunta que yo tenía es: ¿para disminuir el dolor o para disminuir el período en abundancia?

PARTICIPANTE 3: Para juntas cosas: para disminuir el dolor de los cólicos y para disminuir el sangrado.

TALLERISTA: También una bebida calientica ayuda mucho a que el útero, si recoge un frío durante el mes, se caliente y se suelte; porque cuando está sufriendo cólicos, es recogido, tensionado, porque está intentando sacar coágulos. Entonces, cuando no puede sacar los coágulos, el útero está contraído. Entonces, cuando uno se toma una agüita caliente, el útero se relaja y empieza a eliminar los coágulos.

PARTICIPANTE 3: El jengibre combate el frío de las extremidades, previene mareos, náuseas del embarazo, inflamaciones y dolores reumáticos.

TALLERISTA: El limón también quita las náuseas; chupar limón. ¿Y sumercé qué plantas ha usado usted para sus hijos antes de tener sus hijos?

PARTICIPANTE 3: No, no necesité. Solamente cuando tuve al menor; de la misma alimentación que me dio la amiga donde yo estuve esa semana. Como yo estuve donde esas abuelitas antiguas que saben mucho de alimento, ella me hacía unas avenas, unos caldos; mejor dicho, cosa especial. Todo eso me hizo producir mucha leche y yo me inflamaba mucho, y el dolor era terrible, y me afiebré. Cuando yo llegué a la finca, otra amiga me vio que yo iba mal; me dijo que me hiciera baños con hinojo. Ese fue el único remedio que yo me acuerdo, y era santísimo, porque yo me bañaba y tomaba agüita de hinojo, y eso me ayudó a bajar la fiebre, y me fui desinflamando.

TALLERISTA: Le dio fue una mastitis y la fiebre era porque tenía infección.

PARTICIPANTE 3: Sí, porque el dolor era muy duro, y entonces ella me hizo eso y duré, creo que una semana, tomándome eso y me sirvió muchísimo. Esa es la yerba, así, que más me acuerdo. Ya he utilizado otras hierbas, así, para el dolor de estómago y cosas comunes.

TALLERISTA: ¿qué nos puede contar?

PARTICIPANTE 1: Pero ¿qué?, si ya lo dijo todo. Pues yo investigué una cosa poquita, unas plantas que son importantes para la mujer en la lactancia: el comino, el fenogreco, el cardo marino, el sésamo y la leche de arroz; como la manzanilla, el hinojo. Eso como tal es para la lactancia; ahora para el flujo vaginal de la mujer, el jengibre; el ajo: hacer un aceite de ajo; aceite de coco y oliva; el vinagre de manzana; el árbol de té para perder grasa de la mujer; la ortiga que, precisamente, me la estoy tomando.

PARTICIPANTE 3: Y hay dos clases de ortiga.

PARTICIPANTE 1: La ortiga se toma antes de cada comida para bajar el estómago.

TALLERISTA: Yo no sabía que bajaba el estómago. Por ejemplo, la ortiga se utiliza para cólicos y sangrado abundante: Lo que hace es disminuir, pero la ortiga tiene sus contraindicaciones; precisamente por lo fuerte que es. Hay que tomarla siempre con precauciones, parar la dosis porque pronto está generando otros remedios.

PARTICIPANTE 1: Pues yo me la empecé a tomar antes de ayer para bajar de peso, pero yo tomo muy poquita y me he sentido bien, y he sentido que el estómago se está recogiendo.

PARTICIPANTE 3: Yo he oído que la ortiga también sirve mucho para sacar el frío de la sangre, tomando agua en aromática.

PARTICIPANTE 1: Sí, esta sirve para la sangre para los diabéticos: se cocina y se toma agüita, y se toma como un tecito o una infusión.

PARTICIPANTE 2: Sí, me dieron un remedio para la sinusitis. El señor que me lo dio me dijo: “Consígase un chulo, cocínelo y haga un caldo; y también, si puede, comérselo -pero yo sé que no-, guarde los huesos y quémelos por allá y ojalá se los fume. Y yo le dije: “Ay, no, compadre, no sea puerco”. Entonces me dijo: “Después de que se tome ese caldo, tómese un poquito de ajo y sal vigua: la pone a derretir en un poquito de agua y después de que se tome ese caldo, sí tómese el ajo y empiece a escupir y con la sal vigua”.

TALLERISTA: Yo les iba a compartir unas que traje, que algunas las he probado y otras han sido realmente aquí. Yo las invito a que ustedes vayan conociendo las plantas que ustedes recuerden y yo busqué en mi cuadernito las plantas que he escuchado, que me han contado por ahí, y aquí lo organicé. Por ejemplo: para regular el ciclo menstrual -porque hay mujeres que les llega este mes y en cuatro meses les vuelve a llegar-, infusiones de perejil o salvia y romero que, si se hace constantemente la agüita, ayuda a regular el ciclo menstrual; para los dolores de cabeza, porque hay mujeres que también les da dolores de cabeza antes del ciclo y es cuando ya saben que les va a llegar, o también se les hinchán los senos. Ah, y también para la hinchazón es bueno tomar planticas que le ayuden a la desinflamación como, por ejemplo, el apio, la cebolla y el pimentón. Y para los dolores de cabeza, recomiendan la infusión de romero, una cremita de menta, las infusiones de manzanilla, hierbabuena o canela, que eso también es muy bueno para los cólicos. Para los flujos vaginales están los lavados de caléndula, que es hacer agüita de caléndula y uno se baña; y las vaporizaciones: sentarse en una ollita caliente con agua. También estuve averiguando y, por ejemplo, recomiendan mucho el yogurt. Hay un yogurt que se llama “yogurt griego”, que no tiene ningún sabor, no tiene nada que ver con ese yogo-yogo, y uno se aplica el yogurt griego. El yogurt maneja la flora vaginal. Hay señoras que se acuestan antes de dormirse, lo aplican por la noche, es mejor. El ajo también es bueno para las infecciones de diferentes formas de consumo, por ejemplo: las mujeres mapuches en Chile tienen algo que se llama el ritual del ajo. Ellas, con un ajito, lo atraviesan con un hilo como especie de tampón y se lo introducen. Entonces el ajo funciona como antiséptico y recoge la infección que puede tener la mujer, y él mismo sale que sale, sale con otra coloración y, por lo general, la naturaleza siempre actúa muy bien. Y ya, por último, para manejar la depresión, el mal humor, recomiendan mucho la infusión de toronjil, de orégano, la de valeriana, la de albahaca; que para trabajar nerviosismo y la depresión son muchas cosas que hay.

PARTICIPANTE 3: Yo no sabía que la canela regula los niveles de azúcar en la sangre.

TALLERISTA: Sí, por ejemplo: el agua de berenjena es muy buena para controlar el colesterol y la de la alcachofa. El agua de berenjena con el agua de alcachofa le baja los niveles de colesterol, sin necesidad de tomarse tantas pastillas. También quería señalar que en las mujeres está esto: el nerviosismo, la depresión, los dolores de cabeza antes de la menstruación, el ciclo irregular. Son cosas con las que tenemos que vivir diariamente en nuestra vida, y que solo nosotras sabemos cada uno de nuestros malestares y las formas de expresarse del cuerpo con dolencias físicas; y que empecemos a auto cuidarnos o hacernos nuestras propias curaciones, porque la relación entre las plantas y las mujeres es increíble. Cuando uno empieza a tratarse uno mismo, ya puede empezar a ayudar a tratar a los demás, porque uno ya se conoce y ya conoce la planta. Yo quería invitarlas a ser más observadoras con esas dolencias físicas, y también a que nos cuidemos entre mujeres.

PARTICIPANTE 3: Pienso yo que las plantas no son un medicamento que sea de uso privado. Las plantas no tienen esta contraindicación, las plantas no tienen esta contraindicación como las pastillas que uno se toma.

TALLERISTA: Por ejemplo, también conocí una abuela de una comunidad indígena, y ella me comentaba que no tenía menopausia debido a la manera que, primero, ellas se alimentan, y no como nosotras, que comemos muchas cosas de la ciudad que son tan dañinas para el cuerpo; segundo, porque precisamente todo el tiempo están ejerciendo esos saberes y, tercero, porque es tanto trabajo y tanta cosa que hacer, que no hay tiempo de que el cuerpo se enferme. Y ella tenía 85 años y todavía seguía menstruando normal, y me pareció muy bonita esa historia cuando me la contó.

PARTICIPANTE 3: Yo encontré una para los síntomas de la menopausia, y es la salvia.

TALLERISTA: La salvia también. Hay varios tipos de salvia: la salvia blanca; hay una salvia que es exclusivamente para la cocina y las hojas son distintas, y los colores son distintos; que es grisácea y otra que es verde.

PARTICIPANTE 3: Otra que encontré para la menopausia fue el sauzgatillo y la otra fue la damiana.

TALLERISTA: Aquí recoge algunas plantitas y con esto terminamos alguna parte de los talleres que era hablar sobre las enfermedades de la mujer y también las plantas para la mujer. La idea es sentarme a sistematizar todas estas plantas. Es como decir la ruda, porque hemos hablado muchas veces en los talleres de la ruda. Buscar todo lo que hemos hablado de la ruda y decir: la ruda sirve para esto, sirve para lo otro. También de la sábila, que en todos los talleres hemos hablado. La idea es hacer esta sistematización de todas las plantas, y ya después, el siguiente taller sería que yo les trajera las plantas; y después, que ustedes pudieran traer algunas, para dar inicio al proceso manual de secar las plantas. No sé cómo acomodamos para que su merced venga también a esa sesión de trabajo; porque después de hacer el secado de las plantas, nos dedicaremos a hacerlas fichas, y ya se forra en plástico para que quede bien bonita y, lo que yo les digo, o se expone, porque la planta va a estar directamente como un cuadro, o se guarda en un folder para que se conserve, y ya quedaría la colección para la biblioteca.

PARTICIPANTE 1: ¿Después de este taller va a haber más tiempo mientras se esté organizado todo eso?

TALLERISTA. Pues el tiempo que yo estaba pensando era este sábado no hacer taller y, el siguiente sábado, ya los materiales para empezar y alguna de ustedes que me colaborara trayendo unas maticas. Traer las maticas con florecitas, con tallo, con hojitas, o sea, que estén bien bonitas y ustedes las puedan traer (...)

PARTICIPANTE 2: Sí, porque está la salida a Ibagué.

Participante 1: Y ponernos de acuerdo que platica vamos a traer cada una.

TALLERISTA. Yo les propondría que, por ejemplo, de aquí al otro sábado, yo estaría organizando la información y, el siguiente sábado, más bien veámonos, pero no como tiempo de taller, sino veámonos un momento y yo les muestro: “miren, está la lista”. Ustedes miran qué pueden traer y yo voy tachando muy rápidamente qué es lo que van trayendo, y ya el siguiente sábado nos vemos con todos los materiales.

PARTICIPANTE 3: O sea, dentro de 15 días usted ya tendría la lista.

TALLERISTA: Sí, nos vemos una horita. No sé si yo bajó ahí al comedor, o lo podríamos hacer en otro lugar y ahí dividimos qué plantas.

PARTICIPANTE 3: Pueden traer la del arrayán, la flor de Jamaica, y las dejamos bien guardadas.

TALLERISTA: Sí, claro. Esa es la idea de cuando yo sistematice esta información, porque, como me voy a demorar dos semanas, entonces tengo que confirmar que la ruda, especialmente, sí sirve para eso. De todas maneras, no podemos ser irresponsables de poner una información para la comunidad que puede ser contraproducente, si no somos claros en el mensaje.

PARTICIPANTE 7: Y lo otro importante es que uno, a veces, como ser humano cuando está vivo tiene una apariencia y, cuando está muerto, tiene otra, por ejemplo. Una pequeña sugerencia sería que, cuando te llevamos las maticas, la idea sería preservar las maticas para que la gente se vaya con la idea o la imagen.

PARTICIPANTE 3: Lo otro que yo también le iba a comentar era ir investigando el nombre científico de cada planta

(...)

Anexo J. Transcripción Taller No. 5

(...)

PARTICIPANTE 4: Perdón, Clara, perdón que la interrumpa. Esos tiempos ya no se ven.

TALLERISTA: Eso ya no se ve. Traer seres humanos al mundo uno mismo.

PARTICIPANTE 2: Yo tuve mis hijos en la casa. Nunca fui a un hospital, nunca fui a un hospital.

TALLERISTA: Eso ya no se ve.

PARTICIPANTE 3: ¿Cuántos tuvo?

PARTICIPANTE 2: Diez.

TALLERISTA: ¿Diez hijos en la casa?

(...)

TALLERISTA: (...) La idea es que yo, esta entrevista que les voy a hacer no es una evaluación, tranquilos. Si ustedes no saben la respuesta, me pueden decir tranquilamente que pasan de la pregunta. La idea es que hablemos sobre todo del sentir y del pensar de ustedes, cómo han sido el proceso. También en una forma de retroalimentación para mí y saber qué tengo que (...)

(...)

TALLERISTA: (...) La idea es el círculo. La palabra, lo que les digo, no es un debate para que nos llevemos la contraria; es simplemente escuchar, escuchar, porque el escuchar es práctica que casi no hacemos en la vida diaria. No solemos escuchar al otro; entonces, vamos a escuchar. Les voy a hacer unas preguntitas, no se preocupen, la idea es que hablen desde su sentir. La primera pregunta que le quiero hacer (...) -nos vamos a mover así después - ¿cómo ha sido su proceso en todo este proceso de los talleres, en este proceso que estábamos haciendo, en el conocimiento del lanzamiento los talleres?, ¿cómo ha sido su experiencia?, ¿cómo se ha sentido?, ¿cómo se ha visto?, ¿cómo ha sido su experiencia?

PARTICIPANTE 3: Bueno, mi experiencia ha sido muy bonita porque son cosas que uno con el tiempo ha ido olvidando y, al volver uno a encauzar el tema, vuelve a refrescar la memoria de la época de nuestros abuelos, la época de nuestros padres. Ellos en esos tiempos qué medicina ni nada, sino era solamente con plantas medicinales. Entonces es algo muy bonito. Tener uno esa oportunidad de volver a retomar esos temas en la época de ellos, para mí, ha sido muy especial.

TALLERISTA, ¿cómo ha sido su experiencia?, ¿qué ha sentido en este proceso de venir aquí a los talleres de plantas medicinales?

PARTICIPANTE 7: Bueno, para mí, personalmente, ha sido fundamental el nivel de conocimiento que he adquirido; o sea, no queda con todo grabado, pero, las experiencias le enseñan a uno muchísimo a tener en cuenta cada uno de los participantes, que cada uno da su aporte. Son experiencias que son valiosas. Me sentía feliz porque [es la] primera vez que yo participo en un taller de plantas. Uno va a talleres de muñecos, de música, de pronto, de cualquier otra clase de taller. Esta vez es primera vez de

mi vida. Queda una gran expectativa, como, de pronto, organizarse y aportar lo que haya uno ha aprendido con la gente que convive con uno (...), muchas gracias por estas enseñanzas, por el taller y a cada uno de los participantes, hacernos sentir un taller de asistentes, sino como en familia. Yo me llevo eso: Lo más importante. Uno no llega y se sienta a escribir, a hacer esto, sino chiste va y chiste viene; sonrisas. Eso forma un clima de cordialidad o de ambiente de familia.

TALLERISTA: Yo le hago una preguntita: ¿Qué decía? Este es el taller de plantas al que usted asiste y usted ha asistido a otros talleres porque ese taller le interesó tanto y usted que ha asistido. El primer día estuvo súper activo; así que, ¿qué vio distinto a este taller que no ha visto en otro?, ¿qué le gustó tanto?

PARTICIPANTE 7: A pesar de que no tuve en un taller completo; cuando yo iba trabajar nuevamente los sábados, venía por ratitos, pero, es decir, aprender cosas nuevas con base en que debemos de aprender la naturaleza. Por lo menos, unos talleres de artes plásticas: Que hacer muñequitos, de pronto, son talleres muy cotidianos. Estos talleres son muy esporádicos. Es como cada año que es bisiestro, cada cuatro años se ven. Por lo menos, para mí, me impactó muchísimo; una forma muy positiva. Y, en veces, yo llego a la tarde; cuando yo dejo todo listo, al otro día salgo y me meto a internet, y me gusta meterme a mirar lo de las plantas medicinales, qué flores bonitas tenemos en Colombia; así, consultar no todo en este sentido. Y distrae uno su mente. Cuando uno está encerrado en cuatro paredes, se viene todo lo negativo. Yo lo veo desde ese punto de vista. Para mí, crea un impacto muy positivo desde la vista que uno pueda aprender y sigue cultivando ese conocimiento.

TALLERISTA: Muchas gracias, ¿cómo ha sido su experiencia desde el primer día que llegó?

PARTICIPANTE 2: Me sentí desde la primera época feliz por todas mis amigas. Me he sentido feliz. Una reunión muy alegre, muy queridos. A mí me quieren y yo los quiero a todos. La experiencia, que recordar es vivir de todo lo que fue, en antemano en mi tierna edad de las plantas, cuando hice de maternidad, de recibir bebés en Gachetá. Recordar es vivir todas esas cosas que me hacían hacer, que preparar, para los embarazos míos como para los embarazos de los demás. Afortunadamente Dios me dio la inteligencia de traer 33 niños 34, con el que recibí ayer.

TALLERISTA: ¿Ayer recibió uno?

PARTICIPANTE 2: Sí, la niña.

TALLERISTA: Estaba muy ocupada.

PARTICIPANTE 2: Me siento muy feliz. Le doy gracias, en primer lugar, a Dios y a la santísima Virgen, pues a todo mundo, porque todo mundo me aprecia y yo los aprecio a todos.

TALLERISTA: una pregunta: Usted, que dice que recordar es vivir, recordar lo que hacía antes, ¿no recordaba cotidianamente y lo comunicaba a otras personas o solamente acá?

PARTICIPANTE 2: No, no, no. Yo les decía a varios.

TALLERISTA: Ah.

PARTICIPANTE 2: Hay que hacer tal y tal cosa.

TALLERISTA: Ah, bueno.

PARTICIPANTE 2: Que qué hay de remedio, porque estoy con unos dolores de parto y que no hallo qué hacer. Consígase la ruda, consígase la manzanilla de la pequeñita y cocínela. No hay que tomar mucha, porque la ruda es anticipada; la manzanilla es para que no se vaya a apurar y le dé calorías; lo mismo, échele una gótica de aguardiente, unas góticas y verá que eso es rápido. Poquito aguardiente, poquita ruda, manzanilla, esa sí se puede echar un poquito más. Eso se acuerda uno para darle a otra persona que aprenda, porque no es para mí, nomás, sino es para las demás personas que aprendan.

TALLERISTA: Muy bien, muchas gracias

PARTICIPANTE 1: Ya lo dijeron todo.

TALLERISTA: No, no señora.

PARTICIPANTE 7: ¿Puedo hacer un aporte?

TALLERISTA: Claro que sí.

PARTICIPANTE 7: La vez pasada, cuando yo, hace tiempo, estaba trabajando con ingenieros químicos, un ingeniero me dijo: “Ay necesito un favor”. Y ellos, es decir, hacían equipos nuevos, equipos que usan de laboratorios farmacéuticos y entonces me dijo: “este equipo hay que entregarlo nuevo, con una autoclave”. Una autoclave es un aparato que se utiliza donde esterilizan todos los equipos médicos, entonces había que dejarlo como nuevo y que lavarlo y dejarle lo de la tarjeta electrónica, limpieza y pintarlo. Me dijo: “Vea, ayúdeme”. Yo cometí el error y me metí sin ningún tipo de protección, y luego, eso me repercutió a mí. Yo empecé a ir al médico y me empezaron a formular medicamentos y, en la última cita que fui, yo llegué allá y la señora me dijo: “Uy, sumercé, yo cada día lo veo más enfermito. ¿Y le dieron pastas?” Yo le dije que sí, y ella me dijo: “Vea, le tengo un remedio que es súper económico, pero eso sí, le hace doler hasta el alma, y se evita tomar todo eso”. Yo tenía en cuenta que aquí todo esto y lo de las axilas pasaba así y se me caía la piel. Y me dijo: “Coja limón, piedra alumbre y sal”. Me dijo que lo hiciera dos veces al día: uno en la mañana y uno en la tarde, pero yo me acuerdo de que yo dije: “En la mañana no lo puedo hacer, porque sería muy incómodo estar trabajando”. Eso me lo dijo y me acuerdo tanto. Eso fue en octubre, como para un miércoles, y el lunes próximo de la semana siguiente era festivo. Yo dije: “Pase lo que pase, me lo voy a hacer”. Y le dije: “Su merced, ¿cómo es el remedio? ¿Qué hay qué hacer? Entonces me dijo: “Usted coge la piedra alumbre, dos limones de los grandes y la salecita y usted se va a dar cuenta”. Fui y compré las cositas: \$1.800 me valieron. Y me dijo que, entre más limón y más sal les colocara, mejor sería el efecto. Que eso sí, cuando empezara a hacer el tratamiento, debía coger una toalla y apretarla; que con una mano apretara y con la otra me iba aplicando el tratamiento. Que debía aplicarlo en todas las partes del cuerpo. Y bueno, el viernes, me acuerdo tanto de que el ingeniero tenía pico y placa, y yo fui a hacer las vueltas que él me había ordenado y llegué como a la una o dos a la oficina y dejé todo listo. Le hice aseo a todo el primer piso, dejé lavado el taller, el baño, todo. Entonces, yo le dije al ingeniero que ya había quedado todo arreglado y todo listo, que si me podía ir a

las dos y media; y me dio el permiso. Llegué y empecé a hacerme el remedio. Ella sí me dijo que empezara de a poquito, y después iba aumentando. Me preparé psicológicamente y, lo que sea, yo lo hacía. Me lo hice tres veces en el día: a las 5:40 de la mañana, a la 1:00 p.m. y a las 5:30 p.m. Eso sí, me lo aplicaba hartísimo, y dicho y hecho. Ella sí me dijo que, si me hacía el remedio, me iba a acordar de ella. Y eso sí me hizo como cortadas y todo, pero valió la pena. Entonces, la vez pasada, un hijastro, que desde pequeño ha sufrido de dermatitis, me dijo: “Hermano, es que estoy más aburrido con esto”. Yo le dije: “Yo tengo un remedio que es muy bueno, pero ese sí le va a doler hasta el alma; y el remedio es económico, pero eso sí le va a doler”. Y me dijo: “Y, ¿qué hay que hacer?” Yo le dije: “Hay que comprar alumbre; limón y sal no, porque yo aquí tengo”. Y me dijo: “¿Me acompaña a comprarlo, pero usted me hace el favor y me lo aplica?” Yo le dije que sí. Y lo compramos en \$1.500 y él, que había pagado como \$400.000 en esos tratamientos. Entonces le preparé el tratamiento. Harto limón, harto alumbre y harta sal le preparé y quedó como una crema y le dije: “Acuéstese, quítese la ropa y, eso sí, apriete las cobijas con cada mano, hermano, prepárese psicológicamente, porque le va a doler y empezamos desde las piernas”. Y ese muchacho apenas gritaba.

TALLERISTA: Y, ¿sí le hizo?

PARTICIPANTE 7: Sí, señora.

TALLERISTA: Y, ¿al cuánto tiempo uno se da cuenta de que sí le hace? ¿Ahí mismo?

PARTICIPANTE 7: Sí, ahí mismo. Lógicamente se debe aplicar varias veces. No es que uno se hace la primera aplicación y ya le pasa, no. Eso inicialmente ayuda a secar, quita la rasquiña y, cuando uno tiene esa sensación, las uñas son las que traen la contaminación, y de tanto rascar, se puede hacer salir sangre y eso es lo más perjudicial para la salud. Ya después me dijo que se sentía bien y yo le dije que ahora tenía que seguirselo aplicando.

TALLERISTA: Ah, qué bueno, y eso es muy bueno, sobre todo, el acto de compartir. Eso es lo más importante, más allá de los remedios. Como lo que decía (...) “Eso no es para mí solamente”.

(...)

PARTICIPANTE 7: Ahora sí, somos todos oídos.

TALLERISTA: Y no, no es porque todos hayan dicho lo que usted iba a decir, sino, porque como uno tiene un sentir diferente, de pronto usted tiene algo distinto que nos pueda enseñar hoy.

PARTICIPANTE 2: Este señor me hizo acordar una vez allá, en Laguna Azul, allá cerca donde yo vivía, había un señor. “Había”, porque ya falleció hace varios años. Un señor con que nos chanceábamos mucho; él se llama Marcos Urrego y entonces él era guapo para trabajar. Y entonces él se puso a levantar un bulto de cemento y tuvo por ahí un trastorno, algo así, y se quebró. Entonces, le dijo a otra señora, que era partera también, y le dijeron que fuera donde la señora Elicinda y dijo: “No, no, yo no. Con esa señora, yo no voy. ¡Tiene una mano tan pesada, tan pesada!”. Entonces la señora Ana dijo: “No, yo con esa señora me chanco, con esa loca. Y era que éramos locos para hablar”. Y

entonces al fin dijo: “Bueno, ahí verá. Mándeme entonces con esa loca”. Cuando llega la señora Carmen y me dice: “Que le manda a decir Marcos que vaya, que le pasó esto y tal, tal cosa, y se quebró y él no puede casi caminar”. Y fui y le dije: “Don Marquitos, ¿qué le pasó?” Y me dijo: “Bien, bien, pero eso usted me hace apenar”. Y le dije: “Don Marquitos, yo tengo mi esposo, yo tengo mis hijos, yo fui mujer y he visto muchas mujeres. ¿Usted cree que yo voy a burlarme? Nunca, nunca”. Entonces, me dijo: “Bueno, entonces, ¿qué hay que hacer?” Yo le dije: “Desnúdese de la cintura para abajo, coja algo en las manos, así sea de la chambrana de la cama, así; y cuando esté así, me llama”. Y así fue. Y me dijo: “Ya”. Y entonces yo le dije: “Cierre los ojos y apriete bien la mano con lo que le dije y no piense en nada”. Cuando yo lo miré, le dije: “Ay, Don Marquitos, eso no le va a pasar nada”. Y ya me puse a sobarlo, yo le dije: “Vea, don Marquitos, le toca que vaya a un hospital, porque se le reventó la tela de las tripas que va a la vejiga y a las partes íntimas; y no le puedo hacer nada”. Yo le decía que tranquilo, y le dije: “Tranquilo, mire, esto es una ingle, o sea, una turmita; esta es la otra, que es la otra turmita; tranquilo. Yo le digo la verdad, y este es el pene que ya lo tiene es casi muerto. Ya no podemos hacer casi niños”. Y le dio risa y yo le dije: “No se ría, no se ría. Le toca que vaya lo más pronto -fue el lunes-, porque le toca que le peguen la tela que se le rompió de las partes íntimas a la vejiga que une a las tripas, les toca mandarlo a pegar para que se sostenga y si no, de lo contrario, no, yo no puedo”. Me dijo: “¿Verdad?” Yo le dije: “Sí, y ya me voy. Yo le digo a Carmelita que lo vista y lo lleve mañana, cuanto antes, antes de que vaya y le pegue el cáncer, el martes madrugó y se fue. A los quince días volví a visitarlo y dijo: “No, esta señora sí sabe. Esta señora se la encomiendo, no sé, a todos, sino a Dios. Y así fue y quedó después bien. Y no podía era hacer fuerza.

TALLERISTA: No, y saber usted eso. Mandarlo al hospital.

PARTICIPANTE 2: Y como ese doctor me enseñó muchas cosas, y me cogió mucho cariño ese doctor; y la señorita Dominga, que sí ya murieron, en paz descansen.

TALLERISTA: Gracias por compartírnos esas experiencias

PARTICIPANTE 1: Y, ¿no tiene otra historia, señora Rosita?

TALLERISTA: No, pero ahora sí vamos a darle paso

(...)

TALLERISTA: Sigamos (...) y cerramos esta pregunta. Es ¿cómo ha sido su experiencia? ¿Cómo le ha parecido? Además de que usted no solo siempre ha asistido a los talleres, sino que además siempre ha estado pendiente de la huerta. Ya tiene su huerta, o sea, ya se ha ido relacionando más con las plantas, incluso usted, en estos últimos meses, entonces también chévere escucharle su experiencia. ¿Cómo ha sido su experiencia personal?

PARTICIPANTE 1: Bueno, pues, en este taller, yo, para serle sincera, yo no había asistido a un taller de plantas medicinales. Sí las he cultivado y sé cómo se cultivan y todo, pero no había asistido a un taller. A mí me impactó mucho cuando...

(...)

PARTICIPANTE 1: Este fue mi primer taller. Por lo menos yo no sabía y me impactó mucho. (...) trajo el aparato para prensar las plantas. Yo pensé que era con una tabla común y corriente, y dejarla ahí y ya; esas se secan solas; pero eso tiene que ser con un aparato especial. Y sí, es una experiencia muy bonita porque aprendimos con las que estuvimos, con mis compañeras, aprendimos muchas cosas bonitas de todas las plantas que vimos; porque son todas plantas medicinales, que son útiles para la vida de uno. Y me trajo mucho recuerdo cuando mi juventud porque en los tiempos de mi abuela y de mi mamá, siempre era todo medicinal, no había tanta pasta, que hay ahora; entonces, fue una experiencia muy bonita. Y, en cuanto a la profesora que nos tocó, ¡una maravilla!

TALLERISTA: Muchas gracias. Bueno, en ese sentido, voy a hacer una pregunta. Esta sí la voy a lanzar aquí, al círculo; entonces, ya sea uno o, entre todos, la resolvemos. Como ustedes saben, nosotros hemos estado organizando todos los saberes sobre plantas y quiero saber. Yo les hice esta pregunta el primer día en los talleres que hicimos, y ahora, ya cerrando este proceso, quiero hacerles esta pregunta a ver si han aprendido un poquito más; y es: ¿Lograron identificar, es decir, para ustedes, ¿qué es un saber popular? Esa pregunta yo se la hice en el primer taller, y ustedes, algunos, me respondieron; pero quisiera saber si, tras todo este proceso, identifican mejor qué es un saber popular. El que quiera responder.

PARTICIPANTE 7: Yo, desde mi punto de vista. Un saber popular es un conocimiento que uno va adquiriendo por experiencia propia; por ejemplo, como en el caso de (...) que ella, de pronto, hoy en día, analizando todas las experiencias que tiene, es una Biblia. Pienso yo que es un conocimiento que se adquiere desde la experiencia propia y que uno, es decir, uno, a nuestras abuelitas, nunca las oía hablar de pastas, de una aspirina, no. Ella decía: “Venga, mijito, tráigase esto, esas hojitas de tal plátano”. Y había otras hojitas, de pronto. Hoy en día no se acuerda uno del nombre de la planta, pero ella decía: “¿Dónde le duele?” Y ellas hacían sus remedios. Y lo otro, pienso yo, que fundamentalmente el saber popular es el mayor tesoro que hay a nivel de sabiduría. Uno siempre está mirando, sobre todo, actualmente la tecnología; en cambio, anteriormente, uno miraba era este remedio para la soltura, agüita de tal hojita, sin necesidad de tantas pastas. Uno va a decir que tan importante, y lo más importante es eso, revivir, volver a tocar y a compartir ese conocimiento que está ahí, en el baúl de los recuerdos.

TALLERISTA: ¿se animó? Una cosita antes de que empiece, la idea precisamente no es solamente que yo venga a decirles: “Mire, un saber popular es ta, ta, ta, ta. Ustedes se lo aprenden y se lo memorizan, porque esa no es la idea. La idea es recurrir a esos saberes propios que tiene cada uno para comprender un fenómeno o un problema que tiene en este momento. En este momento, ¿cuál es? El de reconstruir saberes o sistematizar los saberes, pero sí, sí señor, los saberes populares son uno de sus factores más característicos. Y ¿qué diferencia hay, por ejemplo, con un saber cómo el que está acá, en esa enciclopedia? Es que son saberes que vienen de la experiencia, son saberes que están implícitos en nuestra forma de actuar, de comportarnos, de hacer, de pensar, porque así nos educaron

y nosotros nunca nos hemos parado diciendo: “¡Yo cómo sé de cosas!; sino, simplemente, esas cosas van fluyendo en nuestra forma de ser; son producto de la experiencia. La señora sabe cultivar plantas, es producto de la experiencia; (...) sus saberes son producto de la experiencia y hay muchísimos saberes. No solo hay saberes de plantas, no solo hay saberes de cocina, también hay saberes de, por ejemplo, aquí en Ciudad Bolívar, toda la organización barrial que ha habido, de cómo se han ido arreglando, cómo se han ido acomodando los barrios, también producto de los saberes populares; de cómo traer, por ejemplo, agua de la montaña a los barrios. Y eso son saberes populares, los que, en algún momento también tenemos que rescatar, porque en algún momento también va a ser muy difícil el acceso al agua, entonces, nosotros también tenemos que tener esos recuerdos de antes de la gente (...)

PARTICIPANTE 3: Para mí, el saber popular, ya ahora, culminando todo este lapso de tiempo de los talleres, [en] el cual volvimos otra vez, de pronto, a recordarlo que en un tiempo nosotras hacíamos con las plantas, pero, que va pasando el tiempo, y uno como que va dejando eso atrás y se somete solamente a la época de hoy en día que es solo medicamentos, solo pastillas, una cosa y otra. Entonces es bonito volver, uno, a retomar nuevamente esos saberes que uno tuvo en un tiempo y que, de pronto, también nuestros padres nos enseñaron y también saberlo que otras personas saben, porque uno, en el transcurso de los talleres, también ha oído a las compañeras y los compañeros, que saben cosas que, de pronto, uno ni sabía, de plantas que uno no conocía. En mi caso, me ha pasado que he conocido plantas que en mi vida nunca las había oído nombrar y no sabía para qué se utilizaban; entonces, para mí, eso ha sido el saber popular de que retoma uno todo eso y, a la vez, al amor que uno tiene de las plantas, le agrega los conocimientos de los demás.

(...)

PARTICIPANTE 2: Eso fue cuando mi hija, esa noche sufriendo, ya la iban a llevar ese día para un hospital, en eso yo llegué. Eso fue un 24 de noviembre. Derly, mi nieta: “Llegó mi abuelita, llegó mi abuelita”. Y dijo mi otra hija: “Traígame la otra cobija para taparme y Álvaro, mi yerno, en vez de llevarla al médico”. Entonces yo ya llegué y le dije: “¿Qué le pasa?” Y me dijo: “Tengo una pereza para levantarme...” Le dije: “¡Bonita su pereza! Usted, lo que tiene, es síntomas de bebé”. Dijo: “Sí, mami, lléveme al médico” Yo dije: “Vayan y me traen un paquete de toallas, y llamen a Jaime”. Jaime es un primo, para que viniera en el carro; y yo me fui para allá, para esa tienda, cuando vi a Álvaro, y entonces yo me fui rápido y, claro, ya se veía de aquí para abajo no más la niña. Y estaba trancada y yo le dije a Álvaro que me prestara una botella y fue y me trajo un botellón y yo le dije que no, que una botella pequeñita y alcohol y anís. Anís es una hierbita que no crece tanto. Entonces, tráiganme una ramita de anís, y fue y me alcanzó la botella y le dije: “Mijita, coja esa botella, cójala así y no vaya a dejar que se salga el vaho; cuando le venga el dolor, hágale así, no deje sacar el vaho y tranquila, cierre sus ojitos y no piense más en cosas. Y claro, cuando le vino el otro dolor, y cogí el anís y nada; apenas hacía así los piecitos de la niña. Y dijo Álvaro: “Pero ¿qué se le puede dar de

comer? Y yo le dije: “Nada, ahorita nada. Lo que han de hacer es que huela el anís, y denle un poquito de agüita de ruda, pero poquita, y un poquito de aguardiente, pero poquitico”. Yo le dije: “¿Ya el otro dolor?” Cuando nació la niña y ya la arreglé, me dijo: “Mamacita, bendito sea Dios”. ¿Cuánto hacía que yo no recibía una criatura así? Y nunca había recibido una niña que se viniera de piecitos, porque es peligroso de ahogarse.

TALLERISTA: De pronto, muy chévere de los saberes populares que ellos nos permiten también improvisar lo de la experiencia; como que nos enfrentamos a una nueva situación y los saberes son también como una especie de herramienta que nosotros tenemos para solucionar esos problemas, a pesar de que nunca en la vida nos hemos enfrentado a eso, pero la experiencia nos dice siempre y cómo resolverlos rápidamente.

PARTICIPANTE 7: (...) dijo una frase que me parece a mí espectacular y es “Recordar es vivir”. Esa frase me parece maravillosa y le enseña a uno mucho. Son experiencias que han sido vivas, de un ser humano que ha tenido esa experiencia, y que la ha hecho realidad.

TALLERISTA: (...) ¿Ustedes creen que es útil para la comunidad que estos saberes se recuperen? ¿Porqué?

PARTICIPANTE 1: Pues, para mí, yo veo que son útiles para la comunidad estos talleres, pero yo veo una de las cosas: Ya la gente mayor no quiere asistir a un taller de estos, porque ya no es de agrado de ellos, y la juventud, ahorita no cree absolutamente nada de esto. La juventud, ni para qué nombrarla en esto, porque ellos dicen que eso es la medicina y que ya las hierbas no, ya casi ni se ven en las plazas; entonces, en cuanto a la juventud, para que vuelva a retomar esto, es como difícil. Y ya adulto mayor, hay muchísimos, pero ya se siente con pereza para retomar estos talleres.

TALLERISTA: Sí, eso sí es cierto. No sé qué más quieran hablar sobre este tema o qué piensan sobre la utilidad que nos dan los saberes populares. ¿Ustedes creen que esta labor vale la pena hacerla de recoger todos estos saberes?

PARTICIPANTE 3: Pues, para mí, sí es bonito volver a recuperar esos saberes porque, uno se lo puede volver a explicar a otras personas y compartir con otras, y vuelve uno como a enseñarles también esos saberes a personas que nunca en su vida han oído hablar de la utilidad de las plantas medicinales.

TALLERISTA: No sé (...) si creen que vale la pena hacer esta labor, si es útil para la comunidad que estos saberes se recuperen y queden en una biblioteca para su uso.

PARTICIPANTE 2: Claro, sí señora. Eso es muy bueno hacer todas esas experiencias, porque hay veces que no hay plata, y no hay como Dios y las plantas. ¿De dónde sacan para algún remedio? ¿No es de las plantas? Hay muchas cosas, por ejemplo, la sal vigua, la piedra de gotera, el anís, que poco ya lo hay; el arrayán, la cáscara del arrayán, ¿cuándo lo utilizamos? Yo sí, porque yo he tenido mucha experiencia por una señora que se mejoró de la diabetes, y ya sí se mejoró, y a mí, yo lo he preparado. Hasta ayer me trajeron otras cáscaras; se me olvidó traer una cascarita.

TALLERISTA: Ah, pero ¿usted tiene en la casa? ¿Y por qué no se toma una foto también con la cáscara del arrayán?

TALLERISTA: Y ¿qué piensa usted? ¿Sí cree que vale la pena? O, por ejemplo, esa reflexión (...) que ha hablado acerca de que los jóvenes ya no quieren saber nada de plantas y que los abuelos ya no quieren ni siquiera contar esos saberes que tienen. ¿Usted cree que es útil para la comunidad recoger estos saberes?

PARTICIPANTE 7: Sí, claro. De todas formas, yo creo que los abuelitos saben mucho, pero hay veces les da pereza, que ya no les nace, falta es como, de pronto, animarlos, incentivarlos, para que ellos, todo ese conocimiento que tienen allá muy al fondo, lo pongan a flote. En cuanto a la juventud, es decir, los jóvenes, hay unos que, de pronto, unos sí prestan atención y, como uno a la juventud, hoy en día, los ve centrados en la tecnología, que el internet... Porque, yo decía, por ejemplo, hoy en día sale un celular de quinta gama, mañana de sexta gama, a la basura el de quinta y compra el de octava; entonces, ellos están en ese cuento. Pero sí, yo pienso que es importante, sea como sea, llegar a un punto en el cual, cuando nos demos cuenta, todos estos libros van a ser importantes y, sobre todo, este libro, que es de plantas medicinales; es decir, estos son, chino, las semillas. Cuando se siembran las semillas, que hay que regarlas, florecen; pero con que vaya quedando una, es un motivo de alegría. De todas formas, pienso que es un punto de partida muy positivo, que, lentamente, ya mi idea de que la gente se va dando cuenta de que no sé, mayores, es decir, ni de tecnología, es decir, desplazamientos sin que diga de mayor inversión que uno mira y dice: Allá está mi remedio, principios y es fundamental, importante para la comunidad...

TALLERISTA: Muchas gracias, don Alejo; tiene toda la razón. Cerrando un poco ahí, no sé si ustedes recordarán cuánta gente llegó ante la presentación de los talleres, el primer taller, el primer taller, cuántos llegaron hace dos semanas; pero que, siempre, ha habido unas semillitas que se han mantenido, que son ustedes, que son las personas que han creído en el proceso, que son los que creen la utilidad de esto, en la importancia de hacer esto. Y yo también creo que, cuando nosotros hagamos la socialización del espacio, mucha gente también va a empezar a darse cuenta también que, en el hacer, ahí está el ejemplo. Y alguien tiene que hacer esta labor; si nadie cree en uno, alguien tiene que hacer esta labor, porque después, más adelante, se va a ver la importancia de este tipo de cosas. (...)

TALLERISTA: Fue su experiencia acá, en el proceso de los talleres; haga de cuenta qué esto no está. Y, simplemente, cuéntenos. ¿Cómo ha sido su experiencia?, ¿Cómo le pareció el proceso? Durante todos estos meses qué hemos estado investigando sobre plantas.

PARTICIPANTE 1: ¿De todo el tiempo que yo he estado aquí? Pues, yo me he sentido muy bien aquí, porque he aprendido el saber de las hierbas medicinales, que yo no sabía de muchas plantas para remedios y, lo segundo: Con todos los profesores aquí, con todos los señores y señoras; muy tratables y me he sentido muy bien.

TALLERISTA: A bueno, muy chévere; me alegro. Después estuvimos preguntado que si identificábamos a estas alturas del proceso: Qué eran los saberes Populares y después; algunos ya los identificaron y dijeron que eran los saberes populares, eran saberes producto de la experiencia, de la práctica, que se transmitían de familias de mamá a hija, de los hijos a los nietos, que son saberes que se van como ligando ahí en la memoria de todos; después también estuvimos preguntando que si estos saberes serían útil para la comunidad que estos saberes se recuperaran y se sistematizaran , entonces, que si era útil que la comunidad supiera sobre plantas. ¿Usted qué cree? ¿Que, si es útil, hacer esta labor?

PARTICIPANTE 8: Claro que sí, si señora, hacer esta labor es muy bueno porque, uno que no sabía para qué servía las plantas, qué remedios se puede hacer con las plantas; ¡Está muy bueno!

TALLERISTA: Y, entonces ahora, yo les quiero preguntar, en realidad solo me quedan dos preguntitas por hacerles. ¿Cómo ven ustedes ahora que, digamos ustedes antes venían a la casa del centro social, participaban de las actividades del centro social, pero, los talleres de las plantas medicinales se hicieron desde la biblioteca comunitaria del centro social, ustedes antes sabían que existía esa biblioteca? ¿Dentro de aquí de este espacio? ¿Cómo la veían la biblioteca? ¿Cómo veían ese espacio de la biblioteca comunitaria?

PARTICIPANTE 1: Nosotros cómo, yo por ejemplo no sabía que existía esta biblioteca; hasta que, por medio (...) que me comentó de los talleres, entonces empezamos a conocer que existía este centro para el adulto mayor, y para los niños.

TALLERISTA: ¿Y arriba? ¿Ustedes sabían que existía esta biblioteca antes?

PARTICIPANTE 8: No, yo hasta hace poquito que supe (...), hasta que ya vi la llegada, pero, me gustó; sí, es muy bueno aprender varias cosas.

TALLERISTA: Y ¿Usted la conocía antes?

PARTICIPANTE 7: La verdad no, no tenía conocimiento porque yo antes me acercaba hasta la biblioteca o la Parroquia, nunca había escuchado sobre este Centro Social Libertaria y que realizara actividades que tuvieran esta labor, lo vine a conocer ya después cuando me hablaron de estos cursos.

TALLERISTA: Sí, Ahora, yo les quiero preguntar ustedes ¿Cómo ven el espacio de la biblioteca ahora? Ustedes que estuvieron en la biblioteca trabajando, que están construyendo una colección, de esas que ustedes consultan en la biblioteca pública, que hay colección, general, colección infantil, pero que ahora estamos construyendo una colección, que es solo con sus saberes; cómo ven la biblioteca que hay aquí arriba. ¿Cómo la ven?, ¿Cómo la perciben?, ¿Cómo les parece? Esa biblioteca. ¿Creen que deben seguir trabajando en ella para mantenerla?

PARTICIPANTE 8: Claro, sí señora

(...)

TALLERISTA: Y si ustedes creen que vale la pena continuar el espacio, ahora que saben que hay una biblioteca comunitaria, con la colección que es hecha con los saberes de ustedes, es decir Qué es una

colección abierta al público, que la gente va a consultar lo que ustedes escribieron, lo que ustedes contaron, lo que ustedes encontraron sobre las plantas y ustedes cómo ven un espacio así, que tenga la colección con saberes de ustedes; (...)

PARTICIPANTE 4: muy bonito porque como yo hay veces llegó y me pongo a leer, Pues no sé leer muy bien, pero, me gusta libros y tratar de entender lo que dice, lo que se trate del libro y así. (...)

PARTICIPANTE 8: Pues sí señora es bonito, por consulta con el libro, para qué sirve la hierba, para qué se utiliza, eso es muy bueno. (...)

PARTICIPANTE 3: Pues para mí, va a ser muy novedoso, porque va a hacer algo nuevo que uno va a tener acá, que uno de pronto en ninguna biblioteca haya visto; porque hay muchos libros de consultas y todo pero no un libro así tan especial como el que se va hacer acá, entonces, si va a ser especial, que no sólo va a ser para nosotros, sino para nuestras amistades, nuestra familia, que uno les va a comentar y ellos van como a llamarles la atención, de pronto el tiempo y venir a ver esa novedad que hicimos acá.

TALLERISTA: Claro que sí, ¿qué piensa? la biblioteca con los conocimientos que usted tiene hechos para el público.

PARTICIPANTE 1: a mí se me hace muy bonito porque hay que rescatar todo lo antiguo; o sea, rescatar todo lo de nuestras abuelas, abuelos, para que así mismo los niños se incentivan también a tomar esos programas, qué son muy bonitos de las plantas medicinales.

PARTICIPANTE 7: El taller me parece positivamente porque vamos a encontrar serie de conocimientos populares, de experiencias, y sobre todo porque, es decir, son conocimientos que digamos recientemente se puede hacer como una enciclopedia, qué va a dar un sentido positivo tanto para la comunidad, como para todos nuestros familiares y amigos.

TALLERISTA (...) ¿Cómo se sienten ustedes? ¿Cómo se reconocen ahora, que se reconocen como personas que portan saberes, y que esos saberes son útiles para la comunidad, cómo los hace sentir a ustedes?

PARTICIPANTE 1: Pues nos vamos a sentir muy importantes, porque la juventud y toda la comunidad del Centro social Libertatia, acogen ese programa, Cómo es muy orgullosas; porque son cosas que mejor dicho esto ya estaba muerto, pero, con esta incentivación qué nos da de parte de aquí de la profesora, entonces eso sería muy bonito.

TALLERISTA: ¿usted cómo se siente de saber que usted es una mujer que porta saberes y que se van a socializar con la comunidad, o qué, al menos van a estar ahí para uso de la comunidad, cuando ella misma lo decida; usted cómo se siente con eso?

Participante 3: Pues yo me siento muy bien, porque nunca uno se imaginó que de pronto uno iba a tener un taller así tan especial, y que llegar uno volver a recordar esos saberes, esas creencias de la

época de nuestros abuelos, y llegar de un momento a otro a plasmarlas en algo; pues, yo me siento muy feliz con eso.

TALLERISTA: Me alegra mucho. ¿Cómo se siente usted?

PARTICIPANTE 8: Se siente uno como útil a una persona que está enferma uno le dice: Mire, esta hierba sirve para esto, eso es muy bueno, es muy importante.

PARTICIPANTE 4: Pues yo también digo lo mismo, me siento tranquila de que lo tengan a uno en cuenta, en todo esto, a esta edad que uno tiene y pueda que uno todavía voy a servirle a las personas.

TALLERISTA: ¿usted cómo se siente de saber que está produciendo todo este montón de conocimiento para la gente?

PARTICIPANTE 7: Yo me siento muy bien, haber tenido esta experiencia; yo había participado en otros talleres de español, de matemáticas, de todas las materias que uno ve generalmente, y que se usan en los colegios, pero, un taller tan importante como es éste plantas, es la primera vez en mi vida, y lo asimilo como una experiencia que uno empieza a regar esos conocimientos que recibió, es una forma de u no poder expresar, hay veces uno le dice a las personas ánimo, uno digamos sentimentalmente anima mucho a las personas, Qué bonito uno decirle a las personas: haga esto y que las personas lo apliquen y se vea el beneficio

TALLERISTA: Bueno, y la última pregunta que es así es muy fácil (...) ¿Qué saberes populares ustedes creen que deberíamos seguir recuperando para la biblioteca; para seguir aumentando más esta colección de saberes? (...)

PARTICIPANTE 3: Entre esos saberes están también los productos del campo qué que eran la guatila, la calabaza; ya hoy en día casi la gente no, como que no utilizan eso, como que ya lo han dejado, ya no usan eso, ninguno le llama la atención, porque de pronto o no fueron acostumbrados, a esos productos del campo, entonces, por ejemplo, por mi parte, yo sí sé hacer qué tortas, qué buñuelos, entonces, sería como muy bonito.

TALLERISTA: Entonces, además de la cocina, sería recuperar alimentos que ya no comemos; (...) Entonces, podemos hacer eso; investigación sobre alimento campesinos que ya no se utilizan; ¡eso está muy chévere! ¿qué más?, ¿qué otros saberes se les ocurre, qué otro saber cree usted que vale la pena compartirle a la comunidad? (...)

PARTICIPANTE 3: y el botiquín no entra dentro de esos saberes, porque pronto algunos sabían hacer las cremas para hacer masajes, por ejemplo con mi hijo mayor fue que aprendí a sobar las descuaja duras; porque yo no sabía; y de tanto porque como sufrí mucho con él por eso, de tanto llevarlo pues dije: No pues tengo que aprender (...) Y dije al papa, bueno, a Santa Rosa o al charco, lo mejoro, o mato a mi hijo, pero, esto ya no aguanto más, eran tres o cuatro horas de viaje para llevarlo uno al pueblo a que lo sobaran; y otra vez para la finca.

TALLERISTA: ¿Y usted aprendió a sobar? ¿usted sabe sobar?

PARTICIPANTE 3: Sí señora, los niños descuajados, yo aprendí.

PARTICIPANTE 4: Yo me acuerdo de que para un frío o un dolor de espalda le hacía a uno las ventosas; con un machito y alcohol, yo le colocaba eso a mi esposo.

TALLERISTA: Y las ventosas además de eso, en el malestar muscular, si hay una molestia muscular, además son desintoxicantes.

PARTICIPANTE 7: Cuando hay un famoso mico, entonces cogen una toallita, con agua calientica, se la coloca suavcito, empieza a girar suavcito.

PARTICIPANTE 8: Sino eso de las ventosas, eso los médicos lo prohíben porque es peligroso.

PARTICIPANTE 1: Eso lo reemplazaron por el parche.

(...)

Participante 8: Pero ahora los doctores, lo prohíben, también antes uno les colocaba Vick VapoRub con papel periódico, y ellos dicen que no, eso lo prohíben que, porque se pueden morir, pero para mí eso es mentira.

(...)

PARTICIPANTE 8: saben que me pusieron a tomar todos los días? Leche con casquitos de ajo, en ayunas todos los días.

TALLERISTA: Y ¿Eso para qué sirve?

PARTICIPANTE 8: Para las lombrices.

TALLERISTA: Yo comía era piña en ayunas, para las lombrices.

PARTICIPANTE 7: Y eso que una vez una prima de la mamá de mi hija yo le dije: Tengo ganas de purgarme. Y me dijo: Yo le tengo el purgante, eso la hace botar hasta... ya la mamá la iban a operar del estómago y le dijeron sobre ese purgante (...) que si el purgante o la cirugía y la mamá le dijo que el purgante y con ese purgante la señora disque sacaba todo.

TALLERISTA: ¿Y ese purgante cómo es?

PARTICIPANTE 7: Es cómo preparar el masato qué le echan piña la panela y todas esas cositas y otro, pero no recuerdo, pero eso sí le saca todo. Y la señora unos días antes de la cirugía le dijo al doctor: Bueno como me preparo y le hicieron el último examen cuando le dijeron: No, sumercé, ya no hay necesidad de cirugía, ya usted no presenta nada, ¿que tomó? ella le dijo que un remedio campesino.

TALLERISTA: Bueno, y yo les preguntó los cuentos, ustedes saben cuentos? recuerdan cuentos de su tierra? de sus historias? no les parecería chévere compartir cuentos, leyendas, historias, no?

PARTICIPANTE 7: Por ejemplo unos cuentos, que a veces la gente adulta tiene muchas creencias, si han visto que a veces uno va a muchos lugares colocar que la mata de sábila hay detrás de la puerta.

PARTICIPANTE 8: La mata de sábila sí la colocaba, cuando yo estaba pequeña, veía que la colocaban detrás de las puertas, en los negocios, empezaba como agacharse la sábila, ya toda decaída, entonces, el negocio estaba mal, eso tantas cosas que hay.

PARTICIPANTE 7: Esos son como creencias, porque hay veces uno se da cuenta, y que llegue una persona tiene unas energías como tenaces.

PARTICIPANTE 3: Por ejemplo, esa que uno carga un ajo en el bolso, que para que no lo roben.

TALLERISTA: El de las creencias está muy chévere, ese tocaría mirarlo, pero, el de los cuentos me dicen que son muy malas para contarlos, entonces, y, sobre la historia del barrio, y si tejemos entre todos los que estamos acá la historia del barrio; el más antiguo que está acá dentro del taller, dentro del grupo.

PARTICIPANTE 3: Yo si graves, porque yo como yo hace poco vivo acá.

TALLERISTA: ¿Hace cuánto está aquí en el barrio?

PARTICIPANTE 3: Hace 8 años.

TALLERISTA: Ah noo, pero ya lleva su tiempito, hace 8 años no era lo mismo que es ahora, lo que podemos hacer es organizarnos cronológicamente de quién es la más antigua, quién le sigue, la persona que era más antigua, cuando llegó.

PARTICIPANTE 3: Yo le puedo contar la historia, pero de pronto de cuando estaba estudiando, que estaba con mi mamá.

TALLERISTA: ¿Acá?

PARTICIPANTE 3: Sí, acá en Bogotá sí, toda la mayoría estuve acá en Bogotá.

TALLERISTA: No, pero yo decía es por ejemplo que ustedes dijeran: No, es que tal barrio surgió en tal época, yo estaba viviendo al lado de ese barrio, empezó llegar gente así, de lo que ustedes se acuerden de cómo fue llegar acá a vivir.

PARTICIPANTE 8: Pues muy distinto cuando yo llegué de cuando vivía en pesca, haya uno compartía con el vecino, con la vecina, de aquí a Bogotá, había como 4 inquilinos, yo traje unas tajaditas de queso, y mi hijo me decía: Mamá, eso aquí no se puede dar, Porque en mi época se le compartía en semana santa, se llevaba a los vecinos, se la invitaba a la comadre, era tan bonito, y también le invitaban a uno.

TALLERISTA: Usted, ¿Hace cuánto que está viviendo acá?

PARTICIPANTE 8: Yo, hace 20 años ya.

TALLERISTA: Y, era a más Potrero. ¿Cierto?

PARTICIPANTE 8: Sí claro, y tan bonito que uno tenía su huertica allá en la casa, yo por lo menos, yo por lo menos, toda la vida, he tenido mi huertica casera; que el cilantro, que la cebolla, zanahoria, que la remolacha

TALLERISTA: Entonces, ¡Usted también siembra! Chévere, entonces, tenemos que...

PARTICIPANTE 8: Yo siempre tenía mi huerta, esa nunca me faltaba.

PARTICIPANTE 7: Nosotros llegamos a San Francisco en 1960; y me acuerdo tanto que nosotros alma bendita con mi mamá, ya los domingos en el famoso puente del Indio que era al pie del cai, un centro turístico; eso era un puente por donde casi nadie pasaba; estaba uno y preparaba como quien

dice " el piquete" y bueno hija, vamos al puente del Indio; y como los domingos hacia buen solecito, ya uno veía las familias y era como una salida campestre; cuando eso era sitio turístico porque eso era Loma, hasta el Tunal y todo esto. El único barrio que estaba era San Francisco, Santa Lucía, inclusive Villa Gloria so era Lomas (...)

Anexo K. Cartilla Plantas de la memoria



Esta cartilla es el resultado del primer ciclo de **Talleres Plantas de la Memoria**, realizados en la biblioteca comunitaria Centro Social Libertatia en el barrio Arboleda Alta en Bogotá D.C.

Autoras y Autores Ana María Camargo / Ana Rosa Acosta / Benilda Eslava / Blanca Lucía Ibañez / José Alejandro Bernal Ángel / María Esperanza Maldonado / Margarita Duarte / María Inés Calcedo / Ofelia Bermúdez / Biblioteca Comunitaria CSL



**Fotografías plantas interior
cartilla** Colectivo Ralces

Exposición Fotográfica Colectivo Ralces / Biblioteca Comunitaria CSL

Diseño y diagramación Biblioteca Comunitaria CSL

**Ilustraciones plantas interior
cartilla** Freepik

Año publicación 2017



RECUPERANDO LOS SABERES



TABLA DE CONTENIDO



PRESENTACIÓN 4	PEREJIL 11
ALTAMISA 5	RUDA 11
CALÉNDULA 5	SAUCO 12
CEDRÓN 6	SUELDA CONSUELDA 12
EUCALIPTO 6	TOMILLO 13
HIERBABUENA 7	TORONJIL 13
HIERBAMORA 7	VERBENA 14
LAUREL 8	OTROS REMEDIOS 15
LLANTÉN 8	PROPIEDADES 16
MANZANILLA 9	PREPARACIONES 17
MENTA 9	RECUPERANDO LOS SABERES 18
ORÉGANO 10	
ORTIGA 10	

PRESENTACIÓN

Este material contiene información sistematizada de los talleres Plantas de la Memoria, desarrollados por la biblioteca Comunitaria Centro Social Libertad, durante el segundo ciclo del año 2017.

Como resultado de estos talleres de investigación popular, se presenta a la comunidad del barrio Arboleda Alta y de otros territorios, el herbario Plantas de la Memoria, que contiene una gran variedad de plantas conservadas e identificadas.

El herbario Plantas de la Memoria busca ser un gran depósito de información sobre especies vegetales y sus usos medicinales y espirituales; recuperando su importancia y valor en la vida cotidiana de la comunidad para el tratamiento y alivio de enfermedades comunes en el barrio, como son las enfermedades respiratorias, dolores corporales, problemas estomacales, entre otros.

El herbario Plantas de la Memoria es el primer aporte a la Colección Saberes Populares de la biblioteca comunitaria Centro Social Libertad. Una colección que busca recuperar los saberes populares tejidos en la memoria de los miembros de la comunidad, presentándolos como herramientas de empoderamiento y resistencia cultural. El saber popular se adquiere en la práctica y se fortalece compartiéndolo, pues se construye, se expande y se potencializa entre todas y todos.

Los talleres desarrollados contaron con la presencia de mayores de la comunidad, quienes recordaron su historia de vida y a través de ella su relación con las plantas. De esta manera, el herbario es el cúmulo de saberes individuales traídos al presente y que desde el hacer colectivo se transforman en información útil para el mejoramiento de las condiciones de vida de quienes habitan el territorio y que pueden encontrar en las plantas una manera económica y sana de curarse y cuidarse.



PREPARACIONES

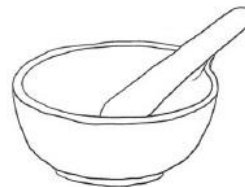
Cataplasmas: Pasta húmeda de plantas secas o frescas que se aplica directamente en la zona afectada. Esta pasta se esparce en un paño o gasa para ponerla en contacto con la herida o la zona adolorida.

Compresas: Paños o gasas impregnadas del jugo o infusión de una planta que se aplican sobre la zona del cuerpo a tratar.

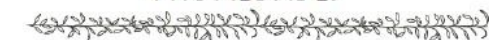
Decocción/Cocción: Cocimiento de la planta en agua hasta que reduzca el volumen de líquido y así aumentar la concentración de la cocción. Para hacer decocciones o cocciones las plantas deben hervir con el agua y se usa sobre todo con partes duras como tallos, cortezas y raíces.

Infusión: Verter agua caliente (sin que esta llegue a hervir) sobre las partes mas tiernas de la planta (hojas o flores), se tapa y se deja reposar entre 3 y 5 minutos.

Maceración: Se dejan en remojo plantas en agua, aceite o alcohol por varias horas de acuerdo a cada remedio.



PROPIEDADES



Antiespasmódicas: Plantas que ayudan a prevenir o a calmar los espasmos o calambres

Analgésicas: Plantas para calmar o aliviar el dolor

Antialérgicas: Plantas que no tienen efectos alérgicos

Antibacterial: Plantas que evitan la proliferación de bacterias

Antiinflamatorias: Plantas que reducen la inflamación

Antisépticas: Plantas que ayudan para desinfectar heridas

Astringentes: Ayudan a controlar el exceso de secreciones

Calmantes: Plantas que tienen efectos relajantes del sistema nervioso

Cicatrizantes: Plantas que ayudan a regenerar los tejidos de la piel

Diuréticas: Plantas que ayudan a eliminar líquidos

Expectorante: Plantas que ayudan a la expulsión de secreciones en las vías respiratorias

Laxante: Plantas que facilitan la eliminación de heces

Emanagogas: Plantas que favorecen la menstruación, en los casos en que se interrumpe, o es muy escasa.

Anticoagulante: Plantas que evitan la coagulación de la sangre

PLANTAS Y SUS USOS MEDICINALES

ALTAMISA

Nombre científico: *Ambrosia cumanensis* Kunth.

Nombre común: Altamisa—Artemisa

Familia: Asteraceae.

Propiedades: Desinfectante / Astringente

Uso medicinal:

Para tratar el reumatismo aplicar cataplasmas de flores y frotarla sobre la zona / Para parásitos preparar una infusión / Para suavizar la piel preparar un cataplasma de hojas y flores de planta y aplicar / Para desórdenes menstruales o estomacales preparar infusión y tomar dos veces al día

Contraindicaciones: Tomar con moderación pues puede producir dolor estomacal

CALÉNDULA

Nombre científico: *Calendula officinalis*

Nombre común: Caléndula

Familia: Asteraceae

Propiedades: Antiinflamatoria / Cicatrizante / Analgésica /

Antiséptica / Antiespasmódica / Antiulcerosa

Uso medicinal:

Para tratar la gastritis, tomar infusión de flores / Para desinflamar articulaciones se aplican cataplasmas de la planta / Para las heridas en la boca como úlceras o enfermedades de las encías se realizan enjuagues de agua de caléndula, esta misma agua si se hacen gárgaras ayuda a aliviar la amigdalitis / Para aliviar la conjuntivitis, aplicar cataplasmas en la zona de los ojos / Para la vena várices hacer baños con agua de toda la planta y se masaje

Contraindicaciones: No recomendada para personas que estén en medicación, mujeres embarazadas o en lactancia. Es importante que para uso interno se tomen pequeñas dosis para comprobar si existe alguna molestia.



16

5



CEDRÓN

Nombre científico: *Aloysia citrodora*

Nombre común: Cidrón

Familia: Verbenáceas

Propiedades: Digestiva / Calmante / Sedante / Anti vomitiva / Antibacteriana / Expectorante

Uso medicinal:

Para estómagos débiles tomar con frecuencia infusión de la planta después de cada comida / Para dolores menstruales preparar una infusión de la planta / Para nervios, ansiedad o estrés, preparar una infusión de cedrón

Contraindicaciones: Mujeres embarazadas o en lactancia tomar con precaución



EUCALIPTO

Nombre científico: *Eucalyptus*

Nombre común: Eucalipto

Familia: Mirtáceas

Propiedades: Analgésico / Antiinflamatorio / Antiséptico / Antiviral / Cicatrizante / Expectorante

Uso medicinal:

Para la gripe preparar tomar una infusión de hojas secas 2 veces al día. / Para la amigdalitis o dolor de garganta, hacer gárgaras con decocción de las hojas / Para tratar rinitis o sinusitis, hacer vaporizaciones con cocción de hojas de sauco cubriendo la cabeza con un paño o toalla

Contraindicaciones: se recomienda iniciar el tratamiento con dosis pequeñas para comprobar molestias o alergias



OTROS REMEDIOS

Para la debilidad: Se prepara un chocolate y cuando este a punto de fundir se agrega un huevo crudo y se bate

Para el estómago débil: Infusión con agua de panela de piedra de gotera para mejorar la firmeza del estómago

Para la soltura : Preparar un caldo de colísero con sal

Para limpiar los pulmones: Mantequilla y panela

Para absorber el calor en los ojos cuando se trabaja con soldadura: Aplicar en los ojos rodajas de papa

Para la úlcera: Tomar en ayunas jugo de papa cruda por 3 días

Para la diabetes: Tomar infusión de cáscara de arrayán negro / Se seca la pepa de mamónillo, se machaca para cocinarla con guatila y se toma dos veces en el día

Para el dolor de estómago: Preparar y tomar infusión de quiebrabrissa

Para torceduras o dolor de rodillas: Masear la zona con crema de chuchugua

Para la presión arterial: Se licua tomate en agua y se toma en ayunas por nueve días

Para la mastitis: Se prepara una decocción para realizar baños

Para el frío en el pecho: Para recoger el frío se calienta la hoja de tabaco y se pone en la espalda o pecho de la persona enferma / Para tratar el "frío" se calienta el cristal de la sábila en la estufa y posteriormente se aplica en el pecho de la persona

Para dolores musculares: Para tratar los dolores musculares se maceran hojas de marihuana en alcohol, preferiblemente artesanal, se guarda en un sitio oscuro por varios días y posteriormente se aplica sobre la zona adolorida y se realizan masajes. Se recomienda abrigarse bien después del masaje

Para la bronconeumonía: Se licua el cristal de sábila con miel de abeja y se toma tibio en cucharadas

Para las quemaduras leves por aceite, agua caliente, o exposición al sol: lavar la herida o la zona y aplicarle el gel de la sábila



6

15

VERBENA

Nombre científico: *Verbena officinalis*

Nombre común: Verbena

Familia: Verbenaceae

Propiedades: Sedante / Antiespasmódica / Analgésica / Expectorante / Emenagoga

Uso medicinal:

Para personas con nervios o ansiedad preparar una infusión de verbena / Para tratar las caries hacer buches con maceración de hojas de verbena / Para depurar el hígado tomar agua de verbena

Contraindicaciones: No recomendada en mujeres embarazadas o en lactancia

HIERBABUENA

Nombre científico: *Mentha spicata*

Nombre común: Yerba buena

Familia: Lamiaceae

Propiedades: Antiespasmódica / Carminativa / Antiséptica / Analgésica

Uso medicinal:

Para problemas digestivos como estreñimiento o gases, preparar una infusión de la planta / Para atender heridas o raspones, preparar una cocción de la planta y bañar la zona afectada / Para los nervios o estrés preparar una infusión y tomar antes de dormir

Contraindicaciones: No tiene contraindicaciones



HIERBAMORA

Nombre científico: *Solanum nigrum*

Nombre común: Hierbamora

Familia: Solanaceae

Propiedades: Analgésica / Antiespasmódica / Sedante / Antiinflamatoria / Purgante

Uso medicinal:

Para tratar el dolor de estómago, machacar hojas y frutos y tomar unas cucharadas / Para el dolor de cabeza, poner cataplasmas en la zona de la frente / Para los nervios o ansiedad tomar una infusión fría

Contraindicaciones: No tiene contraindicaciones



LAUREL

Nombre científico: *Laurus nobilis*

Nombre común: Laurel

Familia: Lauráceas

Propiedades: Antiinflamatorio / Calmante / Sedante / Digestivo / Emenagogo / Expectorante

Uso medicinal:

Para problemas respiratorios como tos o bronquitis preparar infusión de las hojas / Para problemas digestivos preparar infusión de laurel preparar infusión de las hojas / Para tratar infecciones de la piel, llagas o quemaduras aplicar aceite de laurel

Contraindicaciones: No recomendado en niños menores de 12 años y mujeres



LLANTÉN

Nombre científico: *Plantago major*

Nombre común: Llantén

Familia: Plantagináceas

Propiedades: Antiinflamatorio / Cicatrizante / Diurético

Uso medicinal:

Para limpiar el hígado, se machaca hojas con jugo de limón y tomar en ayunas 3 días seguidos / Para eliminar líquidos tomar una taza de hojas al día / Para tratar el dolor de garganta tomar y/o hacer enjuagues con infusión

Contraindicaciones: No tiene contraindicaciones



TOMILLO

Nombre científico: *Thymus vulgaris*

Nombre común: Tomillo

Familia: Teneadas

Propiedades: Digestivo / Antiséptico / Expectorante / Antirreumático / Relajante

Uso medicinal:

Se utiliza para agilizar el proceso de sarampión y viruela en niños / Para tratar la tos, se prepara una infusión con leche / Para malestares estomacales, tomar infusión de la planta / Para tratar heridas se hacen lavados con cocción de la planta / Para problemas de la garganta, preparar infusión con hojas y hacer gárgaras / Su uso más común es como condimento en la cocina

Contraindicaciones: No tiene contraindicaciones

TORONJIL

Nombre científico: *Melissa officinalis*

Nombre común: Toronjil

Familia: Lamiáceas

Propiedades: Antiespasmódico / Calmante / Tonicante / Antidepresiva / Antiséptica

Uso medicinal:

Se macera el toronjil, se vierte agua hirviendo, se tapa 2 minutos y se procede a tomar / Alivia la gastritis / Nerviosismo y ansiedad tomar infusión / En uso externo para la cicatrización de cortes, raspones / Para aliviar el dolor de estómago por estrés.

Contraindicaciones: No tomar en altas dosis



SAUCO

Nombre científico: *Sambucus nigra*

Nombre común: Sauco

Familia: Adonaceae

Propiedades: Estimulante sistema inmune / Diurética / Laxante / Expectorante / Anticatarral / Antiinflamatorio / Purgante

Uso medicinal:

Para la tos se prepara una decocción en agua o en leche y se agrega miel de abejas o polvo, se toma depende de la tos por cucharadas / Con hierbas dulces como la Altamisa, Albahaca, Romero, Salvia, se hacen baños de hierbas para aclarar el aura / Para la inflamación de las encías se hacen enjuagues con la infusión fría de la planta / Coccción de agua de sauco para tratar las picaduras de hormiga

Contraindicaciones: No se recomienda la ingesta en mujeres en etapa de lactancia o embarazadas.

SUELDA CONSUELDA

Nombre científico: *Symphitum officinalis*

Nombre común: Suelta consuelta

Familia: Boraginaceae

Propiedades: Antiinflamatoria / Cicatrizante

Uso medicinal:

Para atender trinchaduras o fracturas, preparar un cataplasma de la raíz y aplicar sobre la herida o hacer baños con una decocción / Para heridas abiertas en los pezones preparar un jugo fresco y hacerse lavados. / Para úlceras en la boca, hacer buches con maceración de la planta

Contraindicaciones: Se recomienda especialmente su uso externo



MANZANILLA

Nombre científico: *Matricaria recutita* o *Matricaria chamomilla*

Nombre común: Manzanilla Dulce

Familia: Asteraceae

Propiedades: Calmante / Antiinflamatoria / Antibacterial / Antialérgica / Cicatrizante

Uso medicinal:

Para ayudar a la digestión o para expulsar gases, se toma una infusión hecha con flores secas después de las comidas / Para tratar la fiebre se usa emplastos de manzanilla previamente macerados / Para el insomnio, se toma una infusión hecha con flores secas antes de dormir / Para episodios asmáticos preparar una infusión de manzanilla y hierbabuena / Para aliviar cólicos menstruales tomar una infusión de flores secas 2 o 3 veces al día o aplicar emplastos de la misma en el vientre / Para la gripe, bronquitis y tos excesiva realizar inhalaciones de vapor con la planta / Para aliviar el dolor de muelas se hacen enjuagues fríos con la infusión de la planta seca.

Contraindicaciones: Tomar dosis pequeñas para comprobar molestias

MENTA

Nombre científico: *Mentha*

Nombre común: Menta

Familia: Lamiaceae

Propiedades: Calmante / Anticoagulante / Antioxidante / Estomacales / Analgésica

Uso medicinal:

Para el estrés tomar infusión antes de dormir / Para infecciones vaginales se prepara una decocción de la planta y se hacen lavados o vaporizaciones / Para tratar dolores musculares y de vértebras aplicar cataplasmas de la hoja de menta remojadas en agua caliente

Contraindicaciones: No recomendada para niños pequeños



ORÉGANO

Nombre científico: *Origanum vulgare*

Nombre común: Orégano

Familia: Lamiaceae

Propiedades: Antioxidante / Emenagogo / Aparato circulatorio / Antiséptico / Antiinflamatorio

Uso medicinal:

Para la fiebre tomar una infusión bien caliente / Para los gases estomacales preparar una infusión y tomar / Para evitar dolores durante la menstruación se recomienda tomar infusiones una semana antes del periodo / Para la amigdalitis se prepara una decocción y se hacen gárgaras

Contraindicaciones: No recomendada para mujeres embarazadas

ORTIGA

Nombre científico: *Urtica dioica*

Nombre común: Ortiga Blanca—Ortiga Negra

Familia: Urticaceae

Propiedades: Astringente / Calmante / Expectorante

Uso medicinal:

Para dolores menstruales preparar infusión y tomar una o dos veces al día / Para fortalecer el cabello hacer una decocción de la planta y hacerse masajes en el cuero cabelludo / Para desintoxicar el organismo tomar una decocción de la raíz y beber tres veces al día / Como planta alimenticia se puede utilizar después de hervirla durante 10 minutos

Contraindicaciones: No se recomienda dosis altas y mujeres embarazadas o en lactancia



PEREJIL

Nombre científico: *Petroselinum crispum*

Nombre común: Perejil

Familia: Apiaceae

Propiedades: Digestivo

Uso medicinal:

Para problemas digestivos preparar infusión de perejil antes de cada comida / Para mejorar la función renal tomar agua de perejil recurrentemente / Para favorecer la menstruación y aliviar dolores relacionados tomar una decocción de la raíz una vez al día

Contraindicaciones: No recomendado para mujeres en estado de embarazo

RUDA

Nombre científico: *Ruta graveolens*

Nombre común: Ruda

Familia: Rutaceae

Propiedades: Antiespasmódica / Astringente / Abortiva / Antimicótica

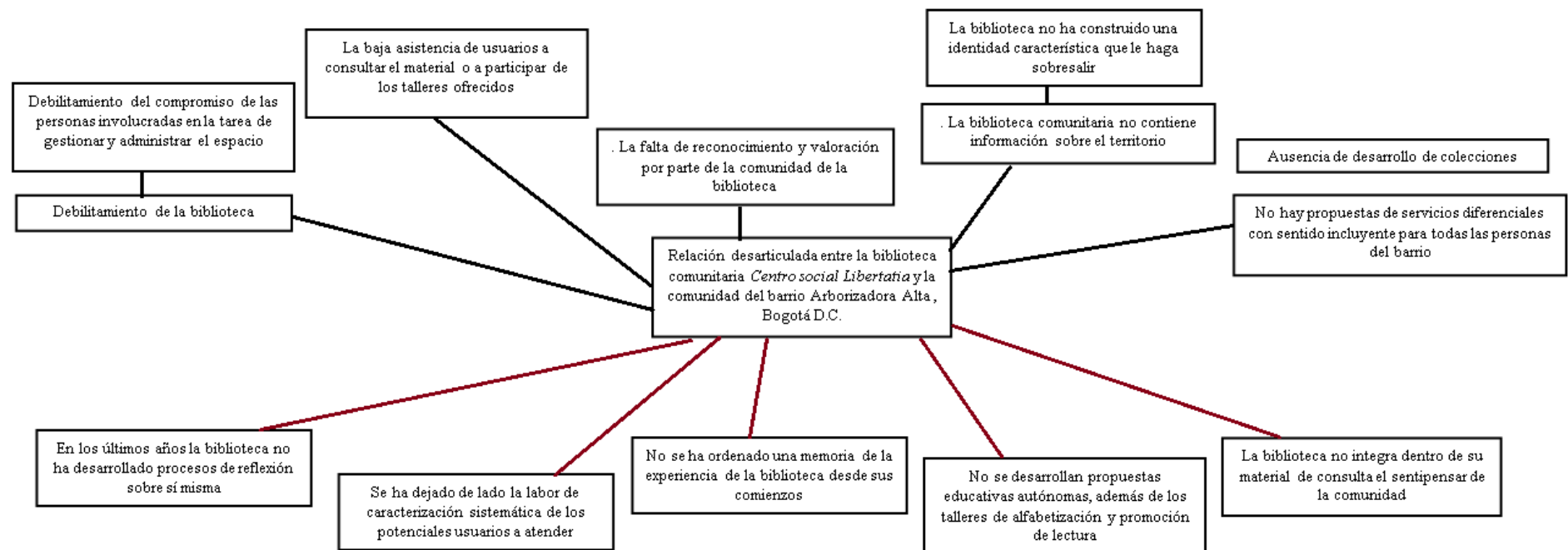
Uso medicinal:

Para sacar el hielito de difunto, se hace una coccción de hojas de ruda en leche de una vaca negra y se hacen baños / Una infusión de ruda y manzanilla para agilizar el parto / Huevo tibio con ruda picada para la debilidad de la matriz

Contraindicaciones: Consumir especialmente las hojas secas / Consumir en pequeñas cantidades y por periodos cortos / No se recomienda en niños, mujeres en la etapa de lactancia o embarazadas.



Anexo L. Árbol de problemas



Anexo M. Carta de consentimiento informado

3/6/2018

Documento de Iver - cmbetancurr@misena.edu.co - Correo de Servicio Nacional de Aprendizaje - SENA

New File06.01.2018

Abrir con

 **UNIVERSIDAD DEL QUINDIO**
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y BELLAS
CIENCIA DE LA INFORMACIÓN Y LA DOCUMENTACIÓN, BI
ARCHIVÍSTICA
COMITÉ DE TRABAJOS DE GRADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Iver Alexander Cruz Ávila identificado con la C.C. 1.024.54; Coordinador de la Biblioteca comunitaria Centro Social Libertadía, al trabajo de grado SISTEMATIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA CON DE LA MEMORIA, PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA R BIBLIOTECA COMUNITARIA CENTRO SOCIAL LIBERTADIA Y BARRIO ARBORIZADORA ALTA (BOGOTÁ D.C.); así mismo la estudio y publicación de la entrevista realizada durante el desarrollo de l

Por el presente autorizo a la estudiante de CIDBA a publicar la inf resultado de la participación en el trabajo de investigación, en la sus legales y de permitirles revisar el proyecto guardando la debida CON derechos de autor.

Firma del Responsable: Iver Alexander Cruz Ávila

Firma de estudiante CIDBA: Clara María Betancur E.

Fecha: 12/05/2018

Página 1 de 1